

Каким секретом владеют губкинские пенсионеры

Анна Шишкина

Фото Александра Белашова

Игра в слова

Две компании умудрённых опытом и убелённых сединами людей по очереди аккуратно (одной рукой!) вытаскивают сложенные в башню деревянные брусочки. Затем азартно подбирают слова с буквами, указанными на деревяшках. На каждом из 48 брусочков — буква алфавита. В игре — по два представителя от команды. Остальные подсказывают подходящие варианты. На интеллектуальной игре «Башня» встретились команда волонтеров комплексного центра социального обслуживания населения и пенсионеры Лебединского ГОКа из клуба «Железный запас».

С каждым следующим ходом задача усложняется: целостность башни снижается, а поиск слов замедляется... И всё же первые два раунда закончились ничью, а вот третья «смена» игроков «размочила» счёт: команда комплексного центра была чуть более расторопной в подборе слова. Зато как поддерживали своих болельщики «Железного запаса»! И не зря: в пятом круге счёт сравнялся. А вот на шестом заходе башня рухнула во время хода «Железного запаса».

— Зато сохранили нам нервы! — отметили болельщики. — Игра захватывает так, что ты чувствуешь себя, как на стадионе!

Для ума и тела

— Мы уже не в первый раз уча-



туальных встречах. В «Башню» играли в первый раз, но соревновались на равных, — считает капитан команды «Железный запас» Зоя Долженко.

Кстати, на интеллектуальную игру лебединские пенсионеры пришли сразу после спортивной тренировки!

— Поиск нужных слов заставляет мозг работать, вспоминать слова, которые мы редко используем в обиходе, — делится впечатлениями Евгения Будко, геронто-волонтер из комплексного центра социального обслуживания. — У нас очень хорошие специалисты, которые находят новые интел-

Не скушайте

В понедельник — интеллектуальные игры, во вторник — спортивные тренировки, в среду — познавательные встречи, в четверг — занятия танцами, а пятница посвящена эстетике: красота и стиль ценятся в любом возрасте. Разнообразить досуг старшего поколения решили авторы проекта «ПЯТЬ Активныхостей», победившего в грантовом конкурсе «ВМЕСТЕ! С моим городом» компании «Металлоинвест».

— Мы создаём новые формы досуга для пожилых людей и ин-

по организационно-методической работе комплексного центра социального обслуживания населения. — Проект стартовал в июне и завершится 11 октября, когда мы проведём спортивный фестиваль для губкинцев старшего поколения. Мы пригласили туда команды городского и районного советов ветеранов, общества инвалидов.

Фитнес для бабушки

Впрочем, фестиваль не поставит точку на интересном досуге для бабушек и дедушек. На средства гранта не только

◀ «Башня» — игра увлекательная!

КАК ПРИСОЕДИНИТЬСЯ?

Получить дополнительную информацию о проекте можно по телефонам: 8 (47241) 5-10-11, 5-54-64

или в группах в социальных сетях:

- ▶ «ВКонтакте»
<https://vk.com/kcsongubkin>
- ▶ «Одноклассники»
<https://ok.ru/group/57235840827610>

ние, но и обучили специалистов центра по таким направлениям как «Дыши здорово» и фитнес-технологии.

— Фитнес с гантелями или использованием степ-платформ хорошо известны нашей молодёжи. А вот с пожилыми никто не работает. Мы решили это исправить, — продолжает Вера Бадоева. — Нашим подопечным нравится: уже проводили занятия с фитнес-лентами, с гантелями, а со степ-платформами ещё впереди. Прийти на тренировку может любой пожилой человек. Мы разместили информацию в социальных сетях,