

Песни Победы в Доме-интернате

Хор «Зоренька» поздравил ветеранов с 81-й годовщиной

■ Елена САУШКИНА

Хор ветеранов «Зоренька» и их бессменный руководитель Иван Балуев в преддверии Дня Победы посетили дом-интернат с праздничным концертом, чтобы поздравить его жителей с наступающим великим праздником.

В уютном холле второго этажа для пожилых людей и получателей социальных услуг прозвучали самые тёплые и искренние слова. Гости выразили слова благодарности старшему поколению, пожелали крепкого здоровья, бодрости духа и долгих лет жизни. Праздничная программа была посвящена 81-й годовщине Великой Победы, и каждое выступление наполняло зал атмосферой уважения и памяти.

Со сцены звучали знаменитые песни военных лет, которые исполнили как солисты и дуэты, так и весь хоровой коллектив. Многие зрители подпевали знакомым мелодиям, а на глазах у некоторых блеснули слёзы — эти песни хранят в себе целую эпоху, воспоминания о молодости и испытаниях,



выпавших на долю их поколения.

Особым украшением концерта стало участие самих проживающих дома-интерната: они читали стихи о войне и мире, исполняли танцы, делились своими воспоминаниями. В завершение мероприятия артисты вместе со зрителями исполнили любимые песни, объединив всех в едином порыве радости и благодарности.

Проживающие были очень рады такой встрече. Для них подобные мероприятия — это не только возможность услышать живую музыку и пообщаться, но и настоящий источник позитивной энергии, тепла и надежды.

Многие с нетерпением ждут новых визитов хора «Зоренька».

— Мы надеемся, что наше выступление подарило радость и хорошее настроение на ближайшие дни всем жителям Дома-интерната. Праздничная атмосфера никого не оставила равнодушным, все получили массу положительных эмоций, — поделился руководитель хора «Зоренька» Иван Александрович Балуев.

Такие встречи становятся доброй традицией, укрепляют связь поколений и напоминают о том, как важно проявлять заботу и внимание к тем, кто прошёл долгий жизненный путь.

Поздравляли ветеранов

7 мая, в преддверии Дня Победы глава Бековского района Светлана Кудаченкова вместе с руководителями учреждений социальной защиты населения, исполнительным секретарем Бековского местного отделения партии «Единая Россия», волонтерами Победы и юнармейцами навестили и поздравляли ветеранов Великой Отечественной войны Голдаева Федора Демьяновича и Балуеву Анну Зиновьевну.



Ветеранам вручили поздравительные открытки и подарки от Губернатора Пензенской области, главы Бековского района, главы партии «Единая Россия», выразили бла-

годарность за героизм, стойкость, мужество, пожелали здоровья и долгих лет жизни.

Депутат Законодательного Собрания Пензенской области Борис Ку-

лагин оказал ветеранам денежную помощь, а также подарил по 50 кг сахара.

Волонтеры и юнармейцы прочитали ветеранам стихи, исполнили песни военных лет, поблагодарили за Великую Победу и мирную жизнь.

Несмотря на почтенный возраст, Федор Демьянович и Анна Зиновьевна помнят и с удовольствием читают наизусть стихи, поют песни, обладают чувством юмора. Рассказы об испытаниях, которые им пришлось выдержать в годы войны, растрогали до слёз всех присутствующих.



Первый рейс винтокрылой скорой



6 мая, первый в 2026 году рейс по маршруту Пенза-Сердобск-Пенза совершил вертолет санитарной авиации.

82-летней жительнице Бековского района, поступившей в кардиологическое отделение Сердобской ЦРБ им.А.И.Настина, срочно потребовалась замена электрокардиостимулятора.

— Устройство стало работать неадекватно, задавая хаотичный ритм сердечных сокращений, вследствие чего возник риск тяжелых необратимых последствий, — пояснил начмед больницы Павел ШЕЛКУНОВ.

По договоренности с сосудистыми хирургами Пензенской областной клинической больницы им. Н.Н. Бурденко пациентка в срочном порядке с помощью винтокрылой «скорой» была доставлена в областной центр для проведения соответствующей хирургической процедуры.

Здоровое долголетие

Основой здорового образа жизни является сбалансированное питание. ТФОМС Пензенской области призывает жителей региона пересмотреть свои пищевые привычки, отдавая предпочтение натуральным продуктам, богатым витаминами, минералами и клетчаткой.

Ограничение потребления сахара, соли и насыщенных жиров, а также увеличение доли овощей, фруктов, цельнозерновых продуктов и нежирного белка в рационе — ключевые шаги к укреплению иммунитета и профилактике многих заболеваний. Важно помнить, что правильное питание — это не временная диета, а долгосрочная стратегия, формирующая основу для крепкого здоровья на долгие годы.

Физическая активность играет важную роль в поддержании здоровья и предотвращении возрастных изменений. Регулярные занятия спортом, будь то утренняя зарядка, прогулки на свежем воздухе, плавание или более интенсивные тренировки, способствуют укреплению сердечно-сосудистой системы, нормализации обмена веществ, улучшению настроения и повышению общего тонуса организма. Даже небольшие, но регулярные физические нагрузки способны принести значительную пользу.

Кроме того, регулярные профилактические осмотры и диспансеризация по полису ОМС позволяют своевременно обнаружить потенциальные проблемы со здоровьем, даже при отсутствии явных симптомов, и принять необходимые меры для их устранения. Пройти профилактические обследования можно в поликлинике по месту жительства без предварительной записи.

Важно слушать свое тело, обращать внимание на любые изменения в самочувствии и своевременно обращаться за медицинской помощью, не игнорируя тревожные симптомы.

По вопросам проведения профилактических мероприятий обращайтесь по телефону «горячей линии» Единого Контакт-центра в сфере ОМС Пензенской области: 8-800-100-80-44 (звонок бесплатный).