



НАШ ДЕВИЗ – ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

В ГАУ «КЦСОН Дятьковского района» уже много лет работает «Клуб пожилых людей». Наша задача – укрепление здоровья и продление активного долголетия граждан пожилого возраста. Мы в Клубе знаем, что для этого нужно – ежедневная активность и труд, здоровый образ жизни, положительные эмоции и мысли.

Пенсионеры, посещая наше учреждение, каждый день занимаются физическими упражнениями на групповых занятиях, в тренажерном зале, с использованием спортивного инвентаря; общаются друг с другом, учатся чему-то новому, например, - скандинавской ходьбе.

Забота о своем здоровье, продление молодости и улучшение качества жизни – это девиз пожилых людей, которые посещают наш центр и предпочитают уделять часть своего заслуженного свободного времени коллективному спорту.

Головачева К.В.