



# Пристань

№3 (4)  
Март  
2017

Печатное издание КОГКУСО "Яранский дом-интернат для престарелых и инвалидов"

## План мероприятий на март

**13.03.2017**

10.30 – Гарденотерапия

**14.03.2017**

10.30 – «Мир без Границ»

**15.03.2017**

10.30 – Открытие книжной выставки «Уроки жизни»

14.00 – День именинника  
«Весна по имени..»

**16.03.2017**

10.30 - клуб «Не губи свою душу»

**17.03.2017**

### **Всемирный день сна**

10.30 – «Школа здоровья»

**18.03.2017**

10.00 – литературная гостиная  
«Золотой возраст»

**22.03.2017**

10.30 – конкурс «Поэтической строкой»

**23.03.2017**

10.30 – Библиотерапия

14.00 – экскурсия в

Благовещенскую церковь

**24.03.2017**

10.30 – литературная гостиная  
«Золотой возраст»

**27.03.2017**

10.30 – киноклуб «Старые филь-  
о главным»

**28.03.2017**

10.30 – Музыкотерапия

**30.03.2017**

10.30 – клуб «За здоровый образ  
жизни»

**31.03.2017**

10.30 – лекторий «Свободный  
диалог»

❖ Наша газета «Пристань» выходит с декабря 2016 года и уже сейчас завоевала признание и любовь читателей. Из 86 опрошенных получателей социальных услуг 71 человек считает, что газета «Пристань» нужна, 11 человек считают газету не нужной. Периодичность выхода газеты – 1 раз в месяц – устраивает 81 человека, 5 человек предлагают сократить периодичность до 1 раза в 2 месяца. Нашим читателям нравятся все рубрики в газете, так ответили 48 респондентов. 17 получателям социальных услуг нравится рубрика «Наша жизнь», 4 – «Духовная страница», 5 – четвертая страница.

Мы благодарны участникам анкеты за предложенные новые рубрики, которые появятся в следующих номерах.

Хочется сказать «спасибо» нашим добровольным помощницам Корякиной И.В. и Карповой Л.Г. за своевременную и качественно проведенную анкету.

### Февральская сказка

Еще мороз... Еще до лета  
Сто дней... И птицы не поют...  
Но сколько счастья – сколько света  
В избушке с окнами на юг!  
Как много яркого сиянья  
Прошло сквозь пыльное стекло!  
Через какое расстояние  
До сердца солнышко дошло!  
Дошло! Сверкнуло! Озарило!  
Расцеловало! Обожгло!  
И все вокруг преобразило,  
Как будто впрямь уже тепло!..

Л. Дьяконов



# Наша жизнь



- ❖ Весело прошло мероприятие «Масленичный разгуляй!». Спасибо культурному организатору Емелиной В.А. за хорошее настроение, а спонсорам – за блины!



- ❖ В последний день зимы на празднование коллективного дня рождения собрались именинники февраля. Всех присутствующих традиционно поздравила директор дома-интерната Л.П.Белоусова, каждому были сказаны добрые, теплые слова и пожелания.

Для получателей социальных услуг были подготовлены различные гороскопы: здоровья, удачи, всех заинтересовал кулинарный гороскоп.

Как всегда в гости к именинникам пришел наш гармонист Геннадий Смышляев, но оказалось, что среди именинников есть еще один талантливый гармонист Василий Злобин. Все по достоинству оценили творчество нового музыканта и дружно пели частушки под его веселые наигрыши. А больше всех песен знает 86-летняя Валентина Максимовна Белякова, ей и был вручен приз зрительских симпатий.

Конкурсы, затеи и забавы продолжались бесконечно. Было очень весело!

- ❖ 23 февраля 2017 года состоялся праздник, посвященный самой сильной, мужественной, замечательной половине человечества – нашим Мужчинам. Конкурсная программа «Кто сказал, что нет гусаров» показала всем, что современные мужчины могут и стихи сочинять, и дротики в цель бросать метко, и на каверзные вопросы ведущих отвечать, и традиции гусаров им не чужды. Например, «язык веера» нашим мужчинам понятен. А вы знаете, как настоящие гусары пили шампанское из тужельки своей дамы? А наши гусары знают! И хотя вместо шампанского был только лимонад, но по-гусарски лихо провозглашались здравицы «За прекрасных дам!» А в финале праздника был творческий конкурс: участники читали стихи, играли на гармошке, выступали в номинации «ораторское искусство», пели. И хотя на каждом этапе были свои победители, но в итоге победила дружба. Все участники получили почетные грамоты, подарки от спонсоров и фотографии в гусарских костюмах.



***Никто не знает, каковы его силы, пока их не использует.***

***И. Гёте***

# Духовное наследие

## Почему нужен пост?

Есть порода животных, которых называют coelenterata. Они все - желудок, и у них нет ничего, кроме желудка. Как не стыдно это – но человек стал похож на этих coelenterata. Слишком много внимания отдает он желудку. Вся жизнь его сводится к нему; в сущности, чрево – бог человека.

Один великий философ, создавший план, как устроить будущее счастье людей, пишет, что в этом будущем царстве философию и религию заменит «искусство есть». Что же будет, если человек поставит искусство есть своим идеалом?

Вот для того, чтобы оторвать хоть на время человека от его кумира – желудка, уничтожить это идолопоклонство чреву, и создан Церковью пост.

## Пост и молитва

Не должны мы забывать, что молитва - наше оружие. Для успеха в молитве нужны определенные условия. Главные из них: послушание, смирение и терпение. А также беспопечительность.

Общеизвестна и важность поста, но с удивлением приходится отметить, что никогда так плохо не соблюдали пост, как сейчас.

Пост – это не только воздержание в пище, не только ограничения в количестве питания. Пост – ритм жизни нашей души, её дыхание. Как только мы нарушаем пост, наша душа грубеет и оказывается не способной ни молиться, ни сопереживать чужому горю. Мы плачем и рыдаем, да не о том, о чём следовало бы. Не о грехах своих плачем, а от жалости к себе.

Забываем мы, что тысячу лет крещена Русь, что предки наши свято чтит посты, и нарушение их считалось серьезнейшим прегрешением. Годовой ритм постов и постных дней в неделе передан нам генетически, нарушение его ведёт к нарушению жизнедеятельности всего организма.

Трудности соблюдения поста надуманы. Были бы желание и решимость...

Не буду говорить, чем современный человек питается. Об этом пишут медики, я же хотел бы обратить внимание болящих на то, чего им нельзя употреблять.

1. Придется отказаться от мяса.

2. То же самое касается конфет, шоколада и кофе.

3. Запрещается употребление вина крепостью более 16 градусов, желательнее вообще от него отказаться. Для тех, кто страдает пристрастием к вину, вопрос об употреблении его отпадет. Ответ однозначный – нельзя!

4. Торты, мороженное, жвачка, пепси, кока-кола и прочие газированные напитки также под запретом.

5. Придется обойтись и без острых соусов иностранного производства.

6. Советую меньше употреблять белого хлеба, картофеля, печенья. Особенно тем, у кого опухоль груди, киста, полипы. Нежелательно употребление взрослым молока, особенно коровьего. Лучше простокваша, кефир, сыр.

И конечно, не забывать о главном – о посте духовном.

Что же включает в себя духовный пост, из чего он состоит?

Первое – это сдерживание своего языка. Нам важно хотя бы избегать осуждения, пустословия, обсуждения мирских событий.

Второе - бережение глаз, зрения. Для этого во время поста надо меньше ходить по улицам, базарам, общественным местам, воздерживаться от разглядывания кого- и чего-либо.

Третье – ум наш должен больше заниматься богомыслием, особенно размышлением о временности земной жизни и адских муках, о страданиях за нас Христа.

Схиигумен Пантелеимон (Ледин)

## Молитва святого Ефрема Сирина

*Господи и Владыко живота моего, дух праздности, унынья, лобноначания и праздности не даждь ми. (Земной поклон)*

*Дух же целомудрия, смиренномудрия, терпения и любви даруй ми, рабу твоему. (Земной поклон)*

*Ей, Господи, Царю, даруй ми зрети моя прегрешения и не осуждати брата моего, яко благословен еси во веки веков. Аминь. (Земной поклон)*

*Боже, очисти меня грешного (12 раз с малыми поклонами); потом всю молитву: Господи и Владыко живота моего, дух праздности, унынья, лобноначания и праздности не даждь ми. (и один великий поклон в конце)*

Эта молитва читается в среду и пятницу сырной седмицы и в течение всего Великого поста, кроме суббот и воскресений)

# Календарь интересных дат



Всемирный день сна  
18 марта



Час Земли  
19 марта



День моряка-подводника  
19 марта



Международный  
день счастья  
20 марта



Всемирный  
день Земли  
20 марта



День весеннего  
равноденствия  
20 марта



Всемирный  
день поэзии  
21 марта



Всемирный день  
воды 22 марта



День работника культуры  
25 марта



**Всех мужчин  
приглашали принять участие в  
конкурсе на лучшее поздравление  
к 8 марта, но ...  
здесь могли быть ваши имена...**

	1	2		3	4	5	6	
7				8				
9					10			
					11			
			12				13	
14	15					16		
					17			18
19			20		21			
		22						
23				24				25
			26					
27						28		
					29			

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 2. Ошибка, сбой в программе. 7. Какая река самая хищная? 8. Шоссе под шасси. 9. Рискованное начинание с расчетом на случайный успех. 10. По десятку на шесточке сели умные кружочки и считают громко в слух, только слышно: стук да стук! (загадка). 12. "Сила притяжения" игрока. 13. Стихотворный размер. 14. В средневековых цехах ремесленников – изделие, которое необходимо было представить для получения звания мастера. 17. Реальная действительность, служащая предметом изображения для художника. 19. Зажиточный крестьянин в Турции. 20. Округляется немало у едящих до отвала (загадка). 23. Какая самая длинная река в Азии? 24. Законченный в смысловом отношении отрывок письменной речи. 27. Свежий ветерок, способный выдуть все здоровье. 28. Камень, талисман Близнецов. 29. Морской рак, "десятино".

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. То, до чего может довести язык. 2. Солдат, вооруженный, кроме ружья со штыком, ручными гранатами (известны в России с XVII в.). 3. Мелкая прихоть, причуда. 4. Ложка-то узка, таскает по ... куска: надо её развести, чтоб таскала по шести (погов.). 5. Госпожа из песни Верещагина. 6. Работник, одевающий актёров "с иголки". 9. Французский хулиган и рубашка с открытым воротом. 11. Потерявшийся герой романа Ж. Верна. 12. "Делохраниитель". 15. Реакционное учение об улучшении биологической природы человека. 16. Рабочий, чья сила в плавках. 18. Крылатое средство доставки детей. 21. Метил в лукошко, а попал в ... (посл.). 22. Процесс превращения новой вещи в старую. 25. Праздник с яблочным ароматом. 26. За здоровье пьют до этого места.