



Государственное бюджетное учреждение
социального обслуживания населения

«Комплексный центр социального
обслуживания населения
Новолялинского района»

Официальный сайт: www.kcsonl.ucoz.ru

Островок надежды

Ноябрь-Декабрь 2016 год





КАКИМ БУДЕТ ГОД ПЕТУХА 2017

Символом 2017 года будет Петух, управляющая стихия года – огонь, поэтому Петух будет Огненным.

Главный цвет – красный и все оттенки, близкие к нему, в том числе и огненные тона – это золотой, оранжевый, желтый. Как отмечают на Востоке – Петух является главой семейства, он рано встает, следит за порядком и все держит под контролем. Именно поэтому в наступающем году следует постараться не выпасть из ритма, держать руку на пульсе, всюду успевать и тогда удача обязательно окажется на вашей стороне.

Для многих знаков зодиака 2017 год огненного Петуха может стать судьбоносным. Это может касаться деловой сферы, денежной или любовной – любой, каждый из нас ощутит на себе влияние непростого нрава покровителя 2017 года. Если говорить о том, каким станет 2017 год Огненного Петуха, то можно точно утверждать, что этот период будет ярким, как петушиный хвост, бурным и непредсказуемым как характер символа года. Одно событие будет стремительно менять другое, поэтому важно успевать следить за происходящим, чтобы успеть вовремя принять правильное решение. Изменения произойдут как в социальной жизни людей, так и в мире в целом.

Некоторые астрологи предсказывают крайне нестабильную обстановку в мире, однако учитывая расположение планет, пока поводов для серьезного беспокойства нет. Год будет плодотворным и успешным для тех, кто постарается проявить себя, блеснуть своими талантами, неординарным подходом к ситуации. Если такой шанс представится, а он обязательно представится, то упускать его нельзя ни в коем случае.

Петух не терпит бездействия, во всем ценит аккуратность и порядок, многим придется привести в порядок мысли, составить план действий и планомерно идти к своей цели без ненужной суеты. Если для ее реализации придется пересмотреть свои принципы, отношение к жизни, мировоззрение, то лучше поработать над этим. Петух – карьерист, а Огненный Петух – лидер, организатор, ответственный руководитель и мозговой центр многих операций. Если в вашем окружении есть такой человек, то новый 2017 год будет благоволить его карьерному росту, а вам следует прислушиваться к его мнению – он может помочь и вам. Если же вы сами чувствуете в себе уверенность и твердость в решении деловых вопросов, имеете опыт, знаете, как лучше выполнить ту или иную работу – этот год полностью ваш. Вы сможете добиться многого, если отдадитесь своему делу. Звезды советуют в год Огненного Петуха научиться быть ответственным, взяв на себя определенные обязательства, не стоит ими пренебрегать.

КАКИМ БУДЕТ ГОД ПЕТУХА ДЛЯ ЗНАКОВ ВОСТОЧНОГО ГОРОСКОПА

Рожденным в год Крысы — Для людей данного знака восточного календаря все должно пройти довольно таки неплохо, а происходящие вокруг перемены в обществе, мало будут трогать этого человека.

Рожденным в год Быка — К этому человеку вернется уверенность в своих силах, а значит, можно браться за новые дела — все у вас получится. Не доверяйтесь «первым встречным», равномерно рассчитывайте свои силы и возможности.

Рожденным в год Тигра — Для него предстоящий год — непростой период проблем, борьбы, бунта и разочарований. У Тигра мало что получится, хотя он будет прилагать немало усилий для достижения успеха.

Рожденным в год Кролика/Кота — У этих людей, ожидается не очень хороший период в их жизни. Их будет раздражать окружающая бесполезная суета и бесконечные надуманные проблемы, которые, тем не менее, решать придется.

Рожденным в год Дракона — Дракону можно сказать повезло, ему представится очередной случай блеснуть в этом году, в чем ему поможет Петух... Но вот захочет ли он сам проявить себя — большой вопрос.

Рожденным в год Змеи — Для представителей этого знака восточного календаря просто суровый и опасный год. Петух может заклевать вас, «забросать» проблемами, довести до отчаяния.

Рожденным в год Лошади — У этих людей все прекрасно, созданный запас прочности позволит спокойно прожить год. Если Петух станет вредить этому человеку, то рискует быть растоптанным Лошадью.

Рожденным в год Козы/Овцы — Весь грядущий год пройдет на мажорной ноте, эти люди будут стремиться к божественной, размеренной жизни, отказываясь прилагать лишние усилия для обеспечения своего благополучия.

Рожденным в год Обезьяны — Хотя и ее год только что завершился, все станет менее забавным, наступает пора будней. Хотя и правление Петуха развлечет Обезьяну, не даст ей заскучать.

Рожденным в год Петуха — Прекрасный год для Петуха и немудрено! Ведь все вокруг сверкает, он в центре внимания, все у него получается. Однако не стоит рассчитывать на то, что все само образуется — трудиться придется, если надеетесь на успех.

Рожденным в год Собаки — Для представителей данного знака восточного календаря год переживаний, преодоления препятствий и борьбы за лучшую жизнь. Настраивайте себя на позитив и не отвлекайтесь по мелочам от поставленной перед собой цели.

Рожденным в год Кабана/Свиньи — Кропотливая работа обязательно принесет свои плоды. Жизнь удался у представителей восточного календаря в лице Кабана/Свиньи в том случае, если они сами не навредят себе своими необдуманными шагами. Не отвлекайтесь на малозначимые вещи, сосредоточьтесь на главном.

8 ловушек на пути к счастью



Что такое счастье. У каждого человека свое понимание что это такое. Интуитивно мы если и не понимаем, то чувствуем «это» в своей жизни. На пути к «этому» мы часто сталкиваемся с «ловушками» собственных доводов, развенчание которых очень важно для реализации права на счастье:

1. Я был бы счастливее, если бы меньше работал.

Наш ум часто прибегает к этому аргументу, утверждая, что мы были бы счастливее, если бы не должны были работать. Мы представляем себе жизнь, полную развлечений, и обманываемся, думая, что от этого мы бы стали счастливее. Однако именно праздность часто является главной причиной скуки и депрессии. Мы – трудолюбивые, творческие создания. Мы должны решать задачи и совершенствоваться, чтобы быть счастливыми. Вложите душу в что-то значимое – и ощутите разницу!

2. Это не я, это все они.

Наш ум пытается заставить нас поверить в то, что причина нашего несчастья – в других людях: знакомых, супругах, родителях... Мы готовы разбрасывать обвинения налево и направо, как малыш разбрасывает игрушки в детском саду. Конечно, для «танго нужны двое» — как мы обвиняем других, так и они обвиняют нас. Тот момент, когда мы берем на себя ответственность за свою жизнь, послужит фундаментом истинного счастья.

3. Чтобы быть счастливым, нужно «открыть секрет» счастья.

Секрет в том, что секретов счастья или успеха нет. Сколько бы ни убеждали нас книги и наш собственный ум, никаких секретных ключей от двери простого человеческого счастья нет. Вы сами создаете картину своего будущего, формируете стратегию и затем усердно работаете над ее воплощением. Здесь нет коротких путей. Принятие этого факта продвинет вас по пути счастья намного дальше.

4. Если бы у меня было...

Наш мозг пытается внушить нам, что мы были бы счастливее, если бы у нас была другая работа, другой дом, другая машина... Поверьте, люди с машиной и домом вашей мечты не более счастливы, чем вы. Тот, кто хочет прочного счастья, должен осознать, что бочка желаний бездонна, и ее никогда не наполнить доверху.

Вещи не дарят счастья. Истинное счастье идет изнутри.

5. Я люблю то, что есть, и не хочу, чтобы что-то менялось.

Позволяя себе думать подобным образом, мы создаем все предпосылки для падения вниз. Жизнь — это путешествие в постоянные изменения. Какие-то из них мы контролируем, какие-то — нет. Соппротивление изменениям или попытка взять все под свой контроль обречены на провал. Изменения неизбежны. Вы должны принять это и научиться плыть в непрерывном потоке изменений. Способность к адаптации очень важна для счастья.

6. Если не сегодня, значит — никогда.

Наш ум часто впадает в отчаяние и поддается разочарованию за несколько шагов от успеха. Настойчивость очень важна для достижения счастья. Никогда не позволяйте своему уму обмануть вас и принять свое поражение. Вы не знаете, что принесет вам завтрашний день. Один день — это может быть все, что нужно для достижения мечты.

7. Я приму решение, когда точно буду знать, что делать.

Чем больше вы думаете, тем быстрее вы заходите в тупик. Взвешивание рисков, анализ возможностей и принятие плана — важные факторы, но ничего не происходит до тех пор, пока нет решения и действий. Мы очень редко имеем полную информацию для принятия решений. Стоп

сомнениям! Неудача — не конец света.

8. Мечты сбываются у тех, кому везет.

Разум рассказывает нам сказки о том, что мы — игрушки в руках судьбы. Это приводит к мысли, что ничего хорошего в такой жизни произойти не может. То, что наш ум расценивает как везение у других, зачастую является результатом невидимой длительной и кропотливой работы. Поверьте в свою мечту, и вы будете удивлены, как часто на этом пути вас поджидает удача.

Счастье не приходит. Приходит умение его видеть.

Чем и зачем кормить свое счастье?

Знаете притчу про двух волков?

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину. В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло: зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро: мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил: «А какой волк в конце побеждает?». Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил: «Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Так и счастье нуждается в питании.
И вот вам несколько аргументов.



Если вы не будете забывать кормить своё счастье, то:

- будете чаще находиться в хорошем расположении духа;
- к вам будут притягиваться такие же счастливые люди;
- вы будете излучать счастье, а это магнетизм, который любят все;
- ваши близкие обязательно оценят преобразование;
- на негатив просто не останется времени;
- вы сможете в любой момент включить состояние счастья!

Наверное, счастье не будет есть все подряд. Нужно подумать о правильном питании! Так чем кормить-то? Да чем угодно, что вызывает у вас то самое чувство!

А теперь, можете присоединиться ко мне, взять листочек, карандаш и составить список того, чем же будем кормить наше счастье.

Итак, вспомните, что доставляет вам радость? Что заставляет вас чувствовать себя счастливым

человеком? Что вселяет надежду, придаёт сил?..

Можно найти себе миллион занятий, если хорошо изучить, на что откликается ваша душа. Подумайте и напишите.

Например:

- чтение любимой книги, блога, автора.
- рисование (попробуйте рисовать мандалу или раскрашивать ее. Это и увлекает, и полезно).
- музыка (написание музыки, прослушивание определенной музыки, пение и т.д.).
- написание текстов (например, мне всегда становится легче, когда отпускаю мысли на свободу).
- общение с определенными людьми.
- хобби (домашнее творчество ручками).
- приготовление вкусняшек.
- походы в кино, театр, на выставку и т.п.
- шоппинг.
- смена имиджа.
- работа.
- игры с детьми или животными.
- мечтание, построение планов.
- путешествие.
- медитация.

Это, конечно, совсем-совсем примерные варианты. А вот вы, если покопаетесь в себе, в своей памяти, сможете сделать удивительные открытия! Возможно, вы чувствуете себя счастливым, когда смотрите в окно по утрам с чашкой кофе в руках или вам вселяет надежду прогулка по местам детства — это может

быть что угодно, но только ваше,
личное.

Вот что такое счастье, и зачем его
кормить. Главное — не забывайте
кормить своё счастье! Не сажайте
его на диету, не морите голодом!

*Психолог ГБУ «Комплексный
центр социального обслуживания
населения» С.В. Костюкович*

Психологическая помощь и поддержка.



**Если у тебя трудности в семье и на работе
Стрессы, конфликты, страхи
Неуверенность в себе
и другие проблемы**

НЕ ПЕРЕЖИВАЙ И ПОЗВОНИ МНЕ:

8-908-921-81-51

Костюкович Светлана Валентиновна

ЭТО РЕШАЕМО!!!

II Городской Фестиваль Игр КВН среди людей пожилого и пенсионного возраста

3 декабря в Новолялинском центре культуры прошел II Городской Фестиваль Игр КВН среди людей пожилого и пенсионного возраста, приуроченного к Году Российского кино. На старт Фестиваля, вышли команды : "Соседи по подъезду" – ИК-54, "6 кадров"- поселок Лобва, и "Синема" – ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения Новолялинского района».

На мероприятии присутствовали жюри и гости: председатель совета молодежи при Главе Администрации Новолялинского городского округа - А.Г. Репина, солист вокально-инструментального ансамбля "Ретро +" - Г. К. Брыляков, председатель территориальной избирательной комиссии - О. Н. Федорова, Заслуженный учитель Российской Федерации - В. Н. Лялина, заместитель главы по социальным и общим вопросам - Е. В. Кильдюшевская, председатель совета ветеранов - И. И. Келлер.

Под бурные овации, начался первый конкурс - приветствие, под названием "Ба, знакомые все лица", и на сцену вышла команда - "Соседи по подъезду", следом "6 кадров" и "Синема". Домашнее задание, прошло под названием - "Герои нашего времени", участники приготовили сценки из кинофильмов, переделанные на свой лад. Биатлон, на тему - "Быть или не быть", команды поочередно

выступили с заранее подготовленными шутками.



Музыкальное задание, под названием "Кому на Руси жить хорошо", участники приготовили различные сценки. Так же, фестиваль сопровождался выступлением: хореографической студии "Тип-Топ" и Анной Мельниковой.

Фестиваль подошел к концу и судейская коллегия решила - наградить все команды дипломом победителя.



*Специалист по социальной работе
ГБУ «Комплексный центр
социального обслуживания
населения»
Н.И. Морозова*

Отчетный концерт клубов по интересам «Старый граммофон»

8 декабря 2016 года по старым традициям клубы по интересам нашего Центра «Русская песня», «Грация», «Рукодельница» совместно с Новолялинским центром культуры провели отчетный концерт, посвященный празднику Дню инвалида.

С теплыми словами благодарности и поздравлениями выступила директор ГБУ КЦСОН Ющенко Н.В.

Волнений было очень много: придут или нет зрители, а все ли получится, как задумано? И все прошло на УРА! Несмотря на холодную погоду люди, пришли послушать душевные песни, посмотреть сценки, танцы клубов по интересам «Рукодельница», «Грация».

Отчетный концерт любого творческого коллектива – это не просто отчет о проделанной работе за год. Это, прежде всего праздник общения со зрителем: близкими, друзьями, знакомыми. Это желание поделиться своими успехами, которых было в течение года немало.



Традиционно представлена была в фойе выставка декоративно-прикладного искусства участников клуба по интересам «Рукодельница».

Праздник подошел к концу, но участники концерта готовы были продолжать его дальше. Несмотря на возраст, они дали такой заряд энергии нам всем, их веселый задор, улыбка, оптимизм подняли настроение.



Благодаря бодрому настроению и сиянию глаз певиц, можно было легко ошибиться с возрастом артистов. В конце мероприятия всем клубам по интересам вручили дипломы, также им вручены сладкие призы.



*Специалист по социальной работе
ГБУ «Комплексный центр
социального обслуживания
населения»
Н.И. Морозова*

Отчет о проведенном мероприятии

07 декабря 2016 года для группы взаимоподдержки инвалидов и пенсионеров «Жизнь в удовольствие» прошло занятие «Дорогу осилит идущий».



Целью занятия было: Движения – это жизнь.

На занятии поставлены следующие задачи:

- Поддержка нормальной жизнедеятельности организма.
- Повышение уровня работоспособности.
- Повышение скорости обмена веществ.
- Получение от движения удовольствия и психологическую разгрузку.

Первая часть занятия была посвящена теории, где рассказывалось о физиологических изменениях организма и влиянии физической активности на наш организм.



Приведены упражнения, повышающие баланс, выносливость, силу и гибкость организма и показаны плюсы этих занятий.

Вторая часть занятия уже была практической. Участники занятия под видео выполняли щадящие простые танцевальные движения под приятную музыку.

Все получили достаточную физическую нагрузку и заряд бодрости, психологическую разгрузку и массу удовольствия.

Психолог ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения» С.В. Костюкович

Акция «Узнай свой ВИЧ-статус!»

01 декабря 2016 года – Всемирный день борьбы со СПИДом.

В центре развития физической культуры и спорта города Новая Ляля прошли веселые старты среди работников культуры и спорта НГО. Было организовано 6 команд. Экспресс-тестирование прошли – 16 человек.



В КЦСОН в течение дня можно было пройти анонимно и бесплатно экспресс-тестирование на ВИЧ-статус и получить до и после тестовую консультацию.



Для работников УСП прошел практико-ориентированный семинар «ВИЧ и СПИД – вопросы и ответы». Присутствовало – 10 человек. В начале семинара было проведено анкетирование на знание проблемы ВИЧ-инфекции. Затем просмотрели видео и нашли ответы на поставленные вопросы. Провели игру «Ситуация», затем было снова анкетирование по пройденному материалу. В конце семинара желающие прошли экспресс-тестирование и получили брошюры: «Коту не важно, а человеку важно», «Знать, чтобы жить», «ВИЧ – вирус иммунодефицита человека», «ВИЧ-инфекция: лечение эффективно», «Зачем обследовать полового партнера на ВИЧ?» и «Вы сделали экспресс-тест на ВИЧ. Что дальше?».



В этот день в акции «Узнай свой ВИЧ-статус» приняли участие 57 человек.

Психолог ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения» С.В. Костюкович

**Лекция для студентов ГБПОУ
СО «СПТ» Филиал г. Новая
Ляля
на тему: «ВИЧ и СПИД –
вопросы и ответы»**

14 декабря 2016 года для студентов 1 курса проведена лекция по профилактике ВИЧ-инфекции на тему: «ВИЧ и СПИД – вопросы и ответы».

В начале лекции студенты прошли анкетирование на определение уровня знаний по проблеме ВИЧ-инфекции.



В результате анкетирования выяснилось, что студенты первого курса имеют средний и высокий уровень знаний по вопросам ВИЧ-инфекции.



На лекции было показано видео о ВИЧ-инфекции, о мифах, путях передачи и т.д. Обсудили задаваемые вопросы по данной теме, провели игру «Ситуация».



В конце лекции по пройденной теме было проведено повторное анкетирование, которое показало, что данная тема студентами усвоена.

Почти все студенты показали высокий уровень знаний проблемы ВИЧ-инфекции. Также студентам вручены были брошюры: «Коту не важно, а человеку важно», «Знать, чтобы жить», «ВИЧ-вирус иммунодефицита человека», «ВИЧ-инфекция: лечение эффективно», «О личном и приличном. 5 правил здорового студента».

*Психолог ГБУ «Комплексный
центр социального обслуживания
населения» С.В. Костюкович*



Социальная реабилитация инвалидов

ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения Новолялинского района» ведет работу по оказанию социальной помощи и поддержки инвалидов в соответствии с Федеральным законом № 442-ФЗ от 28.12.2013 «Об основах социального обслуживания граждан Российской Федерации»

Решение проблем инвалидности в последнее десятилетие становится важнейшим приоритетом в области социальной политики. Подобное положение объясняется увеличением количества людей, признанных инвалидами, что уже, к сожалению, становится тенденцией. И это вполне понятно: помимо болезней, инвалидность зависит от экологической обстановки, условий труда и быта, уровня и образа жизни, питания, качества здравоохранения и других условий.

Центр социального обслуживания населения наряду с другими организациями и учреждениями призваны помочь этим людям не только адаптироваться и органично интегрироваться в общество, но и, по возможности, задействовать имеющийся реабилитационный потенциал.

В Комплексном центре социального обслуживания населения Новолялинского района ведется прием людей с ограниченными возможностями, на которых оформляются личные дела. При обращении инвалидов в центр выявляется потребность в услугах социальной помощи, психологической консультации, в

надомном обслуживании, технических средствах реабилитации. Осуществляется оказание посреднических действий между клиентом и реабилитационными центрами Свердловской области, такие как Областной центр реабилитации инвалидов г. Екатеринбург; «Мирный» г. Первоуральск; «Надежда» г. Красноуральск, «Рассвет» п. Цементный Невьянского района и другие.

Одним из успешно реализуемых центром направлений является социокультурная реабилитация. Проведение культурных мероприятий для людей с ограниченными возможностями здоровья рассматривается не только как организация досуга, но и как способ интеграции инвалида в общество. Такие мероприятия особенно актуальны, поскольку они помогают человеку выйти из социального вакуума, дают наиболее ощутимый эффект адаптации человека с ограниченными возможностями здоровья, помогают найти область применения своих сил, знаний, способностей и таланта.

Центр социального обслуживания населения будет продолжать оказывать инвалидам полноценную, квалифицированную помощь. Более того, будем искать, и находить новые подходы в осуществлении своей главной задачи – защите нуждающихся и в поддержке людей с ограниченными возможностями.

*Специалист по социальной работе
ГБУ «Комплексный центр
социального обслуживания
населения»
Н.А. Куприхина*

Пусть зажгутся свечи
в новогодний вечер!

Пусть о всем хорошем
Вспомнится легко!

Пусть бесценным кладом

Будет счастье рядом!

А плохое в прошлом,

Иде-то далеко!

