

В этом году Департамент социальной защиты населения города Москвы начал реализацию нового проекта. При центрах социального обслуживания создаются отделения дневного пребывания со стационаром, где люди старшего поколения, оставшиеся без попечения близких, могут поправить здоровье, отдохнуть, завести новых знакомых.

## В ЦСО – ПОДЛЕЧИТЬСЯ И ОТДОХНУТЬ!

Одним из первых отделение дневного пребывания со стационаром для пожилых и инвалидов открылось в Центре социального обслуживания «Можайский».

– Мы работаем с первого февраля этого года, – рассказывает его заведующая Юлия Анатольевна Пытина. – Сюда приходят одинокие пожилые люди, и наша задача – сделать все возможное, чтобы помочь им поддержать интерес к жизни. На сегодняшний день отделение посещают десять человек. Цикл рассчитан на 22 дня, в течение которых наши подопечные получают комплекс различных оздоровительных процедур: цветотерапию, су-джок, кислородные коктейли, фиточай, релаксацию. Сначала пожилые люди проходят диагностику, чтобы определить, как правильно назначать процедуры. Так, среди них есть люди, недавно потерявшие близких. Для них особенно важна релаксация, которая нормализует давление и помогает прийти в себя.

Есть в Центре спелео-климатическая камера, попросту – соляная пещера. Пол, стены и потолок комнаты сделаны из калийно-магниево-соли. Пребывание в ней особенно полезно для тех, у кого проблемы с бронхами: помогает даже при бронхиальной астме.

Вот в центре «пещеры» в уютных креслах устроились первые посетители.

– Эффект потрясающий, – восхищается пенсионер Михаил Владимирович Честнейшин. – Еще с лета меня мучил сильнейший кашель, а после пяти процедур он практически исчез, и я чувствую себя гораздо лучше. Мягкий свет и тихая музыка способствуют расслаблению, так что процедура не только полезная, но и приятная. Иногда даже засыпаю! Я хожу на су-джок, где преподаватель показывает, на какую точку на теле нажать, чтобы нормализовать давление или снять головную боль. А еще здесь есть кислородные коктей-



ли и такая процедура, как горный воздух. Все в совокупности помогает поднять жизненный тонус. И отдых, и лечение – два в одном! Причем оздоровительные процедуры проходят очень ненавязчиво. Если в больнице устаешь от походов из одного кабинета в другой, то здесь это даже приятно. Добродушный персонал, аппаратура современная... Да и люди замечательные, со многими познакомился и хорошо общаюсь.

– Здесь и друзьями можно обзавестись, да еще какими! – подхватывает разговор Анна Тимофеевна Болохнина. – Ведь



мы и на процедуры вместе ходим, и за одним столом сидим. Я со многими уже и телефонами обменялась, мы частенько созваниваемся.

Все процедуры проходят по расписанию, каждый знает, во сколько ему нужно подойти. А когда оздоровительный сеанс окончен, все отправляются на обед, после которого по графику – сон.

– Пожилые люди находятся у нас весь день, поэтому им обязательно нужен отдых. Для того чтобы нашим подопечным было комфортно, мы оборудовали специальное помещение, – говорит Юлия Анатольевна, открывая дверь в уютную комнатку со слегка приглушенным освещением. – Включаем релаксирующую музыку: птички поют, водичка журчит. Во время сна за ними постоянно наблюдает медсестра, которая, кстати, измеряет давление как до и после отдыха, так и после прохождения оздоровительных процедур.



Но самое интересное для тех, кто посещает это отделение, начинается после отдыха – по желанию можно посетить концерты, кружки, лекции.

Во второй половине дня начинает работу кружок «Пальчики оближешь», занятия которого с удовольствием посещают подопечные отделения дневного пребывания со стационаром. Секретами кулинарного мастерства с ними делится бывший шеф-повар ресторана «Москва» Владимир Николаевич Терехов.



– Каждый готовит по-своему и, безусловно, вкусно. Но есть некоторые тонкости, известные только профессионалам, – рассказывает Владимир Николаевич. – Взять, к примеру, рыбную солянку. Рыба, маслины, оливки... А вот нет у тебя вязиги, и уже не то получается. Хотя далеко не каждый вообще знает, что это такое. Вязига – это спинной мозг осетрины, который находится в хребте. Такой нежный, вкусный. Вот с ним рыбная солянка будет настоящей! Да и уху можно приготовить по-разному. Все вроде приготовил и рыбки разной положил, и картошечки, и зелени, а любой рыбак тебе скажет: «Не уха это, а рыбный суп!» Оказывается, рыбаки-гурманы добавляют в уже готовое блюдо капельку водки – для запаха!

Посетители кружка слушают шеф-повара и наставника внимательно, многие конспектируют. Опытный кулинар рассказывает подробно, с удовольствием, так, что слюнки текут.

– Я переписанные рецепты даю сестре, и она каждый раз удивляется: «Откуда же он знает, как приготовить такую красоту и вкуснотищу?» – говорит одна из участниц кружка.

– А я хожу на занятия второй год и прекращать не собираюсь, – поддерживает ее «соседка по парте». – У Владимира Николаевича в запасе еще много вкусностей. К примеру, я не знала такой тонкости, что в котлеты, когда фарш уже полностью готов, яичный белок нужно добавлять постепенно, взбитый до густой пены. Тогда они получаются пышными и сочными. А лук можно прокручивать не сырой, а пассерованный.

Одним словом, скучать посетителям отделения точно не приходится! Пока оно работает на бесплатной основе, но, по словам директора Центра социального обслуживания Валерия Николаевича Важенина, в связи с Федеральным законом № 83 «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с совершенствованием правового положения государственных (муниципальных) учреждений» вскоре услуги будут предоставляться и за плату.

– Для тех категорий граждан, которые имеют право посещать отделение бесплатно, все останется по-прежнему, – объясняет Валерий Николаевич. – Просто теперь воспользоваться этой услугой смогут и те пожилые люди, которые находятся на попечении трудоспособных, работающих детей, но уже за плату. Тарифы сейчас разрабатываются, но сумма будет приемлемой.

Пока таких отделений в Москве всего четыре. Однако в Департаменте социальной защиты населения полагают, что к следующему году отделения дневного пребывания со стационаром могут появиться в каждом округе, а потом – в каждом районе.

**А. Семенец**

