

• приглашение

# С уважением к возрасту

Пожилых пермяков приглашают на концерты и танцевальные вечера

День пожилого человека имеет статус международного и отмечается каждый год 1 октября. Однако праздничные мероприятия будут проходить в течение месяца во всех районах города.

### А у нас во дворе

Так, в Индустриальном районе праздничный концерт, посвящённый Дню пожилого человека, состоится 3 октября в 13:00 в Пермском доме народного творчества «Губерния» (ул. Советской Армии, 4). В программе запланированы поздравления и выступления творческих коллективов города.

Культурно-массовые мероприятия также состоятся в ТОСах, образовательных и медицинских учреждениях, на крупных промышленных предприятиях, в районном совете ветеранов.

Чествовать пожилых людей будут и на территории Орджоникидзевского района. Здесь пройдёт более 15 мероприятий: праздничные концертные программы, ретроплощадки, конкурсные программы, выставки, организованные культурно-досуговыми центрами и ТОСами.

Праздничный концерт «Душою вечно молодые» в Новых Лядах состоится в клубе «Юбилейный» 29 сентября в 16:00. На празднике выступят исполнители Дмитрий Шипырев, Оксана Коврищенко и Регина Жакова, студия танца «Тандем» и ансамбль «Завалинка».

В Ленинском районе главной концертной площадкой станет общественный центр «Энергия», где состоятся два праздничных мероприятия 11 и 19 октября, их начало — в 12:00. А семейный клуб «Счастье» проведёт праздничное мероприятие, где пожилых людей поздравят семьи с маленькими детьми.

В Кировском районе в рамках месячника, посвящённого празднованию Международного дня пожилого человека, состоится занятие по скандинавской ходьбе с пожилыми людьми на набережной, пройдёт череда мероприятий во дворцах культуры, парке культуры и отдыха «Счастье есть». Весь месяц в администрации района, территориальных отделений Пенсионного фонда и министерства соцразвития, ТОС «Центральный» будет работать горячая линия по актуальным направлениям: благоустройство, земельные отношения, социальное развитие, пенсионное обеспечение, культура, спорт и юридические консультации. График её работы можно посмотреть в плане мероприятий.

### Поиграем, погуляем

В рамках празднования Дня пожилого человека 1 и 5 октября в парках Перми состоятся развлекательные программы: на нескольких городских площадках планируется проведение концертов с участием творческих коллективов.

В парке «Счастье есть» (ул. Маршала Рыбалко, 106) праздник пройдёт 1 октября. В 14:00 жителей района приглашают на профилактическую гимнастику, которая способствует улучшению самочувствия. В 14:10 музыканты ансамбля «БА-БА-ТУ» исполнят популярные песни в народном стиле, а в 15:00 музыкальную часть праздника продолжит выступление духового оркестра.

В этот же день в 13:00 большой концерт ожидает зрителей парка им. Чехова (ул. Репина, 20), а в 15:00 — сада им. Свердлова («Райский сад»). Вокально-инструментальный коллектив «Россияне» исполнит попурри из ретрохитов и песен современности: «Мой дом — Россия», «Мир непрост», «Колодец», «Мечта», «Звёздочка моя ясная» и др. В течение дня в этих парках пройдёт традиционная для этого праздника игра в лото.

День пожилых людей в саду им. Миндовского (ул. Мира, 9) состоится 5 октября в 17:00. Сначала у главной сцены парка пройдёт игра в лото, а уже в 17:30 оркестр представит программу «Любимые сердцу мелодии».

Кроме того, в месячник пожилого человека некоторые предприятия бытового обслуживания Перми будут предоставлять пенсионерам скидки на различные услуги. Например, в доме быта «Малахит» на ул. Мира, 23 при предъявлении пенсионного удостоверения весь октябрь можно получить 10%-ную скидку на ремонт холодильников и стиральных машин, скидку 5% — на ремонт тelerадиоаппаратуры, скидку 10% — на изготовление ключей и фотоуслуги. Итальянская химчистка «Уномоменто» (по адресам ул. Семченко, 12 и шоссе Космонавтов, 111) предоставит скидку 20%. Салон «Мир красоты» на ул. Мира, 90 сделает 10%-ную скидку на мужские и женские стрижки, а салон-парикмахерская «Ваш стиль» на ул. Леонова, 60 — скидку до 50% на мужские стрижки.

Дарья Крутикова

• здоровье

# Держи давление в норме!

В Пермском крае стартует новый оздоровительный проект

Во Всемирный день сердца, 29 сентября, в Прикамье стартует проект «120/80: Береги жизнь, измеряй давление», направленный на профилактику сердечно-сосудистых катастроф, жертвами которых ежегодно становятся более 12 млн человек в мире.

Целью проекта «120/80», разработанного Пермским краевым центром медицинской профилактики, является привлечение внимания к важности регулярного измерения артериального давления — важнейшего индикатора состояния сердечно-сосудистой системы.

«Нередко люди даже не догадываются, что показатели давления и плохое самочувствие связаны между собой. Наглядно продемонстрировать эту взаимосвязь помогут разработанные нашим цен-

тром дневники измерения давления. Заполняя их, любой человек сможет самостоятельно выявить отклонения от нормы и вовремя обратиться к врачу, предотвратив инфаркт или инсульт», — отмечают специалисты центра медпрофилактики.

С 29 сентября 2017 года каждый житель Прикамья может получить такой дневник в краевом центре медицинской профилактики или скачать его на сайте <http://www.budzdorovpermu.ru>.

В рамках проекта «120/80» в Прикамье запланирован целый ряд мероприятий: лекции,

школы здоровья, акции «Узнай своё давление». В холлах поликлиник 29 сентября развешены «Уголки измерения артериального давления», где можно его определить, получить информацию о правилах измерения давления, дневник и другие печатные материалы по этой тематике. Точное расписание мероприятий можно узнать в регистратуре своей поликлиники.

С 29 сентября по 6 октября в медицинских учреждениях Пермского края будут организованы школы здоровья, посвящённые следующим темам: «Профилактика артериальной гипертензии», «Школа пациента с гипертонической болезнью», «Правила здорового сердца».

Анна Романова



Пермяки отметят День пожилого человека вместе с группой «БА-БА-ТУ»

### План мероприятий в районах Перми ко Дню пожилого человека

Свердловский район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
01.10, 08.10, 15.10, 22.10, 29.10	Танцевальная программа «В городском саду играет духовой оркестр»	15:00–16:00	ДК им. М. И. Калинина (ул. Куйбышева, 140)
02.10	Концертная программа для ветеранов	17:00–19:00	ДК им. А. Г. Солдатова (Комсомольский пр., 79)
30.09	Вечер отдыха с участием духового оркестра	15:00–17:00	ДК им. А. Г. Солдатова (Комсомольский пр., 79)

Орджоникидзевский район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
01.10	Концерт «Золотая осень серебряного возраста»	14:00	Центр досуга «Альянс» (ул. Генерала Доватора, 1)
03.10	Праздничный концерт	17:00	ДК «Бумажник» (ул. Корсуньская, 31)
11.10	Праздничный концерт	18:30	Школа №79 (ул. Томская, 30)
11.10	Концертная программа	19:00	ДК им. Пушкина (ул. Щербакова, 33)
12.10	Концерт «Душою молоды всегда»	14:00	ЦДТ «Родина» (ул. Вильямса, 1)
14.10	Праздничный концерт	14:00	ДК «Искра» (ул. Академика Веденеева, 54)
18.10	Вечер для участников клуба ветеранов «Надежда»	15:00	ДК им. Пушкина (ул. Щербакова, 33)

Ленинский район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
05.10	Праздничное мероприятие	12:00	ОЦ «Энергия» (ул. Монастырская, 96)
11.10, 19.10	Праздничный концерт	12:00	ОЦ «Энергия» (ул. Монастырская, 96)
21.10	Праздничное мероприятие	15:00	Сквер «На Торфянке»

Мотовилихинский район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
04.10	Концертная программа	18:00	МАОУ «Гимназия №7» (ул. Харьковская, 21а)
10.10	Концертная программа	15:00	ОЦ на ул. Уинской, 36
11.10	Торжественная встреча	13:00	Библиотека №4 (ул. Лебедева, 38)
13.10	Мероприятие «Золотая осень»	18:00	ОЦ на ул. Гашкова, 41а
27.10	Мероприятие «День комсомола»	18:00	ОЦ на ул. Гашкова, 41а

Индустриальный район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
01.10	Скандинавская ходьба	10:00	Сбор на остановке «Ул. 9 Мая» на шоссе Космонавтов
03.10	Праздничный концерт	13:00	Пермский дом народного творчества «Губерния» (ул. Советской Армии, 4)
11.10	Праздничный концерт	17:00	ДК им. Ю. А. Гагарина (ул. Мира, 39)

Кировский район			
Дата	Мероприятие	Время	Место проведения
29.09	Встреча «С теплотой и лаской к человеку»	18:00	ДК «Урал» (ул. Фадеева, 7)
01.10	Праздничное мероприятие	14:00	Парк «Счастье есть» (ул. Маршала Рыбалко, 106)
12.10	Праздничный вечер «Душой вы молоды всегда»	18:00	ДК им. С. М. Кирова (ул. Кировоградская, 26)
01.10	Праздничное мероприятие	12:00	ЦДТ «Исток» (ул. Танцорова, 7)
20.10	Синтез-спектакль Бэлы Зиф «Мир Марины Цветаевой»	16:00	Библиотека им. А. П. Чехова (ул. Автозаводская, 48)
10.10	Скандинавская ходьба	10:00	Спуск на набережную за ДК им. С. М. Кирова