

Добрые начинания



ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

зева отметила, что видит одной из самых важных задач создание комфортных условий для проживания в районе, что возможно только тогда, когда все жители сплотятся и будут совместно решать насущные задачи для общего блага. Данная акция показала, какие отзывчивые люди и сколько талантов живут в нашем районе. Благодаря их стараниям и душевной щедрости удалось украсить стены больницы, чтобы они радовали глаз и способствовали выздоровлению пациентов. В своей речи Татьяна Александровна поблагодарила всех участников акции и отдельно отметила высокий профессионализм и отзывчивость персонала больницы.

Руководитель муниципалитета ВМО Щукино Жанна Михайловна Водолазова выразила свою благодарность всем учреждениям, которые поддержали эту акцию: МБУ «СДЦ «ЩУКИНЕЦ», БУК Выставочный зал «ХОДЫНКА», ГБУК «Клуб «Феникс», детские сады и школы района, воскресная школа

при храме иконы Божией Матери «Скоропослушница», «Сретение» при Сретенском монастыре. Среди участников были не только маленькие дети, но и профессиональные художники О.П. Федеров и Е. Исаенко. Благодаря их стараниям более 150 рисунков и картин украсили в тот день стены ГKB № 52.

Главный Врач ГKB № 52 Владимир Иванович Вторенко рассказал, что, несмотря на модернизацию больничных корпусов (оснащение современным оборудованием, проведение капитального ремонта), оставалось ощущение некой незакон-

ченности. Руководство больницы решило не останавливаться на достигнутом и постараться создать на и б о л е е комфортные условия для пациентов и с психологической точки зрения, что стало возможным благодаря акции «От сердца к сердцу».

По мнению Владимира Ивановича, искусство тоже обладает лечебными свойствами. Совершенно невозможно остаться равнодушным, глядя на рисунки юных художников, а положительный эмоциональный

сопереживать им, у них развиваются морально-нравственные качества.

Все участники акции выразили свою готовность и желание продолжать принимать участие в подобных благотворительных мероприятиях и дарить свое тепло другим людям. Мы надеемся, что с помощью таких акций будет создан уют еще не в одном оздоровительном учреждении.

Наша редакция будет и в дальнейшем освещать различные благотворительные мероприятия. И мы рассчитываем, что наши читатели с удовольствием примут в них участие.

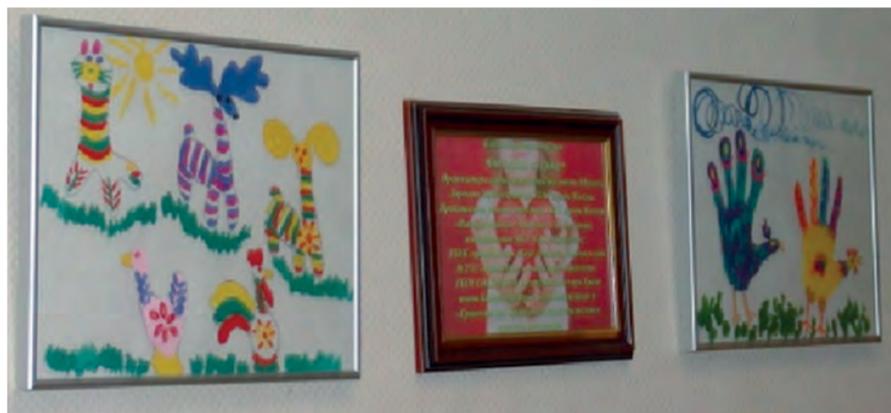
А. Аникина,
фото: С. Уланов

Мы хотим рассказать нашим читателям о замечательной благотворительной акции по оформлению учреждений здравоохранения творческими работами жителей района «От сердца к сердцу». Местом проведения стала ГKB № 52 в районе Щукино.

Инициативу муниципалитета района Щукино и главного врача ГKB № 52 Вторенко Владимира Ивановича активно поддержала управа района. Организаторы были приятно удивлены тем, какое большое количество людей и организаций изъявило желание поучаствовать в этой благотворительной акции и поделиться теплом своего сердца. А роль этой инициативы в жизни пациентов сложно переоценить: ведь людям, которые находятся вдали от дома, особенно не хватает уюта и человеческого участия.



Руководитель ВМО Щукино в городе Москве Татьяна Александровна Кня-



фон безусловно способствует скорейшему выздоровлению пациентов.

В свою очередь руководители учреждений, воспитанники которых предоставили свои рисунки для акции, заметили, что данная инициатива имеет большое значение не только для пациентов, но и для самих юных художников, так как они учатся заботиться о других людях,



СОВЕТЫ ВРАЧА

Накануне Дня семьи главный врач ГKB № 52, доктор медицинских наук Владимир Иванович Вторенко поделился секретами здоровья с нашими читателями.



Корр.: Что Вы подразумеваете под здоровым образом жизни? Какие советы по его ведению Вы можете дать нашим читателям?

В.И.: Безусловно, ведение здорового образа жизни требует индивидуального подхода. Основными принципами здорового образа жизни являются хорошее моральное и физическое самочувствие.

Первичная составляющая – моральная. Она включает в себя успешность, удовлетворенность тем, что происходит в стране, в районе, в семье, т. е. самодостаточность человека.

Вторичная составляющая – физическая. Здоровый человек не замечает, что он здоров, он об этом не задумывается... Человек начинает вспоминать о здоровье только, когда у него что-то начинает болеть. Тогда он начинает думать о мерах по поддержанию своего здоровья...

Некоторые люди уповают лишь на лекарства, однако это тупиковый путь. В определенных случаях медицинская поддержка просто необходима, но нельзя забывать и о здоровом образе жизни. Основные его составляющие – занятия спортом, здоровое питание. Мы, конечно, не говорим о спорте больших достижений, мы говорим о спорте для себя, скорее даже о физкультуре. Катание на велосипеде, плавание, ходьба – это лишь некоторые универсальные физические упражнения, которые подходят практически всем. Занятия в фитнес зале, которые позволяют умеренно нагружать определенные группы мышц, тоже оказывают положительное влияние на наш организм.

Корр.: Согласны ли Вы с мнением, что профилактика – лучшее лечение?

В.И.: Предупредить болезнь всегда легче, чем излечить. Поэтому здоровый образ жизни и своевременная кон-

сультация врача – это две важнейшие составляющие хорошего самочувствия. Именно поэтому специалисты ГKB № 52 пошли по пути увеличения консультативной помощи населению. И мы думаем над новыми формами взаимодействия с населением, чтобы подхватывать пациентов еще на той стадии, когда им требуется минимальное медицинское вмешательство.

Корр.: Ведете ли Вы здоровый образ жизни? Что Вы для этого делаете?

В.И.: Да, я стараюсь поддерживать себя форме. Например, с удовольствием посещаю фитнес зал.

Корр.: Что Вы пожелаете нашим читателям накануне Дня семьи?

В.И.: Желаю всем здоровья, так как это базис, на котором строится вся наша жизнь. Но если вдруг возникнут вопросы или проблемы, мы всегда придем Вам на помощь!