

## Третьему возрасту – активное долголетие!

Бабушки, скупающие на лавочке у крыльца, дедушки, сражающиеся во дворе в домино, – похоже, такой стереотип о пенсионерах уходит в прошлое. Принцип активного долголетия в последние годы находит все больше сторонников. Пример такой «оздоровительно-спортивной» тенденции – спортивное мероприятие «Третьему возрасту – активное долголетие!», проведенное «Павловским комплексным центром социального обслуживания населения» в рамках Всемирного дня здоровья, который ежегодно отмечается 7 апреля.

Участниками встречи стали волонтеры серебряного возраста Павловского и Новолеушковского сельских поселений.

Спортивные соревнования проходили в манеже Павловского спортивного комплекса. В состязаниях на ловкость, быстроту и внимательность команды проявили активность, выносливость и дисциплинированность. Играли в дартс, бросали мячи в корзину, участвовали в эстафетах; с огромным азартом играли в подвижные игры, соревновались на быстроту и выносливость.

Организаторы и сами удивились энтузиазму и спортивному азарту участников, ведь этот месяц – горячая пора для пенсионеров, разгар посадочных работ на дачах-огородах. Но многие предпочли им соревнования. Кстати, самая старшая участница соревнований уже отметила семидесятилетний юбилей.

Внимательный и справедливый судья – тренер спортивного комплекса, подвел итоги встречи и провел церемонию награждения.

В торжественной обстановке членам команд были вручены грамоты и медали. Все участники зарядились позитивом и хорошим настроением, выразили желание сделать подобные встречи регулярными, так как они «Бодрят, повышают тонус, заставляют забыть о возрасте и повседневных проблемах, заряжают позитивной энергией и вдохновляют на новые свершения!

Подобные мероприятия - пример старшего поколения, которое показывает, что в любом возрасте можно оставаться бодрым телом и духом!»



