

## НАЙДИ СЕБЯ



## КАК ГЕРОИ БЫЛЫХ ВРЕМЕН

27 марта во всем мире отмечается Международный день театра. Эта дата важна не только для профессиональных театров и самых преданных зрителей, но и для театральных коллективов школы-студии «ПЕРСЕЙ-арт», в которых уже пять лет юные чертановцы постигают первые секреты актерского мастерства.



Вживаться в образы самым юным воспитанникам нашей театральной студии помогает талантливый педагог, актриса, выпускница балетной школы при Большом театре, член Союза кинематографистов России, член Гильдии актеров Светлана Орлова, на личном счету которой не один десяток театральных и кино-ролей. И с каждой ролью раскрываются лучшие душевные качества юных артистов, которые на примере героев народных сказок и персонажей известных литературных

произведений постигают главные жизненные ценности.

Но особым успехом у зрителей всех возрастов всегда пользуются театральные миниатюры и литературно-музыкальные постановки, в которых дети выступают в роли защитников страны. И это неудивительно! Ведь для детей это не просто игра. Они гордятся подвигами красноармейцев и в душе стремятся быть похожими на них. Как это важно ощущать в год 100-летия Красной Армии, что для юного поколения героические подвиги дедов и прадедов



навсегда остаются примерами для подражания!

Хочется еще раз вспомнить мгновения из театральных постановок, концертных выступлений и видеоклипы телекомпании «Персей», где наши юные студийцы в роли красноармейцев переносятся в период самых драматических событий в истории нашей страны, чувствуя себя героями былых времен.

Ну и, конечно, с театральной деятельностью неразрывно связано изобразительное искусство, к которому приобщаются воспитанники нашей Студии живописи и рисунка под руководством

известного художника Валерия Челиканова. Большая часть детских работ наполнена светом и неповторимыми красками родной природы, но особенной пронзительностью поражают рисунки, на которых дети, не знавшие войны, по-своему стараются запечатлеть ее эпизоды. И пусть никому из них никогда не придется испытать тех ужасов военного лихолетья, которые выпали на долю красноармейцев, защитников нашей Родины!

Людия ДАВЫДОВА

## РЯДОМ С НАМИ

## Галотерапия полезна В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ



Галотерапия является одним из самых эффективных и безвредных методов немедикаментозного влияния на организм. В основе ее действия лежат лечебные свойства микроклимата природных соляных пещер, который моделируется в специально оборудованном помещении при помощи галогенератора.

Атмосфера в соляной комнате насыщена отрицательно заряженными солевыми частицами, которые во время дыхания попадают в периферические отделы респираторной системы. Галоаэрозоль оказывает комплексное лечебно-профилактическое действие на организм, нормализуя работу дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем.

В каком возрасте показано проведение галотерапии?

Благодаря практически абсолютному отсутствию побоч-

ных эффектов метод широко применяется при лечении пациентов разных возрастов. В преклонном возрасте посещение галокамеры оказывает выраженное оздоровительное действие. Курс процедур способствует насыщению крови кислородом, что ведет к нормализации его поступления в головной мозг. При этом происходит ряд позитивных изменений:

- повышение физической и психоэмоциональной активности;
- замедление процессов угасания функций различных органов и систем;
- торможение возрастных изменений.

Спокойное и глубокое дыхание обеспечивает насыщение крови кислородом и последующую его транспортировку ко всем органам.

Показаниями к проведению галотерапии в пожилом возрасте являются хронические бронхолегочные заболевания, а так-



**ПОДАРОК**

Подарочный купон на оздоровительный сеанс в соляных пещерах Дыши Здорово. На 2 лица.

С тех пор, как в доме на улице Чертановской, 16, корпус 2 открылась соляная пещера «Дыши Здорово», многие ее постоянные посетители забыли дорогу в поликлинику и значительно сократили прием лекарств. В чем же особенности оздоровительного воздействия сеансов галотерапии, которые проводятся в соляной пещере?

же кардинальная патология, которая сопровождается застойными явлениями в малом круге кровообращения. Курс процедур может устранить многие неприятные симптомы и значительно повысить качество жизни человека.

**Особенности галотерапии в пожилом возрасте**

Как правило, пациенты преклонного возраста имеют сочетанную патологию различных органов и систем. Гипертоническая болезнь часто сопровождается вторичными изменениями почечной ткани, а ишемическая болезнь сердца может сочетаться с сахарным диабетом. В таких случаях применение немедикаментозных физиотерапевтических методик предпочтительно, так как многие лекарственные препараты имеют побочные эффекты.

Использование галотерапии оказывает позитивное влияние на бронхолегочную патологию, при этом не усугубляя течение сопутствующих заболеваний. Особенно актуально иммуностимулирующее и саногенное действие метода, так как с возрастом возможности иммунной защиты организма существенно снижаются.

Атмосфера искусственной соляной пещеры характеризуется практически полным отсутствием аллергенов и патогенных микроорганизмов. Поэтому пребывание в галокамере

способствует нормализации иммунобиологических свойств дыхательной системы, стабилизирует процессы вегетативной регуляции и оказывает позитивное психоэмоциональное действие.

Ближайшая к вам искусственная соляная пещера «Дыши Здорово» находится по адресу: ул. Чертановская, дом 16, корпус 2.

Предварительная запись осуществляется по телефону 8-499-755-65-42 или на сайте [www.zdorovo.vip](http://www.zdorovo.vip).

**ПЕРВОЕ ПОСЕЩЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ БЕСПЛАТНО!**

Статья подготовлена по материалам «GALOPORTAL.RU Соляные пещеры России»

**Дыши Здорово Соляная Пещера**

Санкт-Петербургский институт профилактической медицины рекомендует натуральное оздоровление микроклиматом природных соляных пещер

**Частые простуды? Аллергия? Астма?**

**ЗАБУДЬТЕ ДОРОГУ В АПТЕКУ!**

Пройдите курс оздоровления в соляной пещере.\*

Запись на **БЕСПЛАТНЫЙ** сеанс: **8-499-755-65-42.**

[WWW.ZDOROVO.VIP](http://WWW.ZDOROVO.VIP)

\* Услуга не является медицинской и имеет ряд противопоказаний.

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ