

Свое сердце мы отдаем людям

СОЦИАЛЬНЫЙ ВЕСТНИК



**Выпуск № 72
Февраль 2024**

ГБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения Краснобаковского района»

Уважаемые Краснобаковцы!

По вопросам социального обслуживания населения, в части предоставления срочных социальных услуг (патронажа), социального обслуживания на дому, доставки продуктов питания и предметов первой необходимости (за счет личных средств граждан) лицам старше 60 лет, страдающим хроническими заболеваниями, можно обратиться на горячую линию по телефонам: 2-16-64, 89527894053.

Ежегодно 4 февраля отмечается Всемирный день борьбы с онкологическими заболеваниями. В рамках недели профилактики онкологических заболеваний для обслуживаемых Отделения дневного пребывания психолог Алимова С.В провела беседу «Как мы создаем себе болезни?» Целью беседы являлось повышение осведомленности о психологических причинах возникновения рака, привлечение внимания к предотвращению, выявлению и лечению этого заболевания. Всем участникам были предоставлены информационные буклеты.

Специалисты ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа побывали в Центре «Долголетия по-Нижегородски», который находится в парке Швейцария г. Н.Новгород, и провели прекрасные мероприятия! Никому скучать не пришлось, ведь гостям было чем заняться.



Были проведены следующие мероприятия:

- «Двигайся больше-проживешь дольше». Утренняя гимнастика с комплексом упражнений при остеохондрозе и плече-лопаточном периартрозе. Все желающие активно выполняли оздоровительный комплекс.
- Практическое занятие с психологом «Тренировка когнитивных функций».
- Яркая музыкально-развлекательная программа "Алло, мы ищем таланты!". Интересные конкурсы и викторины, сценки и песенные батлы создали атмосферу хорошего настроения.
- Мастер-класс в технике квиллинг «Валентинка к Дню всех влюбленных».



Все с удовольствием начали изготавливать Валентинку. Делали это поэтапно, и теперь их близкие получают прекрасный подарок. Как приятно было слушать слова благодарности за проведённую работу от посетителей Центра.

2024 год объявлен годом семьи. В стенах детской библиотеки обучающиеся Вестужской СОШ приняли участие в семейных посиделках «Роль семьи в жизни человека». Семья – самое дорогое, самое главное, что есть в жизни каждого человека. Это близкие и родные люди, те, кого мы любим, с кого берем пример, о ком заботимся, кому желаем добра и счастья. Гости узнали о семейных ценностях и соблюдении добрых традиций, объединяющих родных и близких. Прозвучали стихи о семье, пословицы и поговорки о значимости семьи. Участникам мероприятия были предложены тематические игровые викторины: "Загадки и песни о семье", "Табличка с буквой Д" в старославянском алфавите "Д" означает "Добро", а внешне она похожа на "дом". Дом - это целый мир. Очень важно иметь дом, где живет дружная, любящая друг друга семья. Потом дети играли в интерактивный пол, проходили правила дорожного движения. Семейные посиделки закончились совместным чаепитием за дружным столом.



В Нижегородском театре юного зрителя прошло мероприятие музыкального марафона «Главные детские песни» в поддержку семей участников специальной военной операции. «Главные детские песни» — это песни про семейные ценности, доброту, честь, мужество и любовь к Родине. Такие добрые, светлые и искренние композиции согревают сердца и делают всех нас добрее. Вот почему они так востребованы и популярны. «Проект «Главные детские песни» затрагивает очень важные темы в воспитании детей — любовь к Родине, любовь к семье. Чем больше будет таких проектов, тем больше эти чувства будут обязательным условием, нормой нашей жизни», — подчеркнула министр культуры Нижегородской области Наталья Суханова. Гостями мероприятия стали семьи участников СВО и ветераны боевых

действий, — всего порядка 800 человек. Они услышали популярные песни проекта «Главные детские песни» о семье и дружбе, о героизме и мужестве в исполнении театр-студии «Непоседы» и группы «Волшебники двора». Также на сцене выступили нижегородские танцевальные коллективы. Исполнители главных детских песен выступают на масштабных городских мероприятиях, на открытии форумов и выставок, принимают участие в патриотических акциях и съемках телепрограмм. Из поездки в Нижегородский театр юного зрителя дети привезли отличное настроение, незабываемые впечатления.

Весело и с пользой провели время обслуживаемые, посещающие дневное отделение ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа, участвуя в спортивном мероприятии «Веселые старты». Участники активно соревновались в эстафетах и подвижных заданиях, проявляя свою ловкость, меткость, скорость и смекалку. Спортивный досуг прошёл насыщенно, интересно и увлекательно! Все присутствующие зарядились положительными эмоциями. Подвижные игры – лучшее лекарство для людей пожилого возраста.



В отделении «Специализированный жилой дом для граждан пожилого возраста и инвалидов» прошло занятие «ШКОЛА ДИАБЕТА». Кроме теоретических знаний, в «Школе диабета» в обязательном порядке даются практические навыки, касающиеся самоконтроля глюкозы крови, техники инъекций инсулина, правил ухода за ногами, выбора правильного питания, физических нагрузок и в целом ведения более свободного образа жизни. Необходимым компонентом обучения является работа с «дневниками диабета». Результаты самоконтроля глюкозы крови обучаемый человек с диабетом заносит в дневник, что служит базисом для самостоятельного лечения и его последующего обсуждения с врачом. Определяя уровень глюкозы крови постоянно в разное время в течение суток, обученный человек сам может менять дозы инсулина или корректировать свое питание, добиваясь приемлемых значений, позволяющих предотвратить в будущем развитие осложнений. На основе дневников диабета, которые ведут обучаемые,



проводится разбор ошибок и разъяснение вопросов, оставшихся неясными во время обсуждения на занятии.

В отделении «Специализированный жилой дом для граждан пожилого возраста и инвалидов» состоялась музыкально-развлекательная программа «Ложка деревянная очень музыкальная». Жители отделения стали участниками мастер-класса по изготовлению куклы ЛОЖКИ-МАТРЕШКИ. Познакомились с историей деревянной ложки как музыкального инструмента. С древнейших времён восточные славяне употребляли ударные инструменты в ратном деле, на охоте, в обрядах, в пастушестве и в качестве музыкального инструмента для ритмизирующего сопровождения пения или пляски. Использование этих инструментов родственно хлопанию в ладоши, притоптыванию, что существовало у всех народов мира с древности. Употребление ложек в качестве музыкального инструмента не уникально. Известно, что на пирушках, в пылу плясового азарта в ход пускались не только ложки, но и сковороды, тазы, печные заслонки, самоварные трубы, кастрюли, вилки, словом всё, что может издавать звук. Каждому участнику встречи тоже захотелось поиграть на ложках, да не просто, а стать частью музыкального оркестра. Мероприятие было наполнено веселыми народными танцами и песнями. Танец «ПЛЕТЕНЬ» объединил всех в дружный круг с бубенцами и ложками. Было музыкально, весело, интересно!



На базе ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» проведена акция «Мой выбор», приуроченная к Международному дню образования. Цель акции - помочь выпускникам определиться с выбором будущей профессии. В рамках акции для учащихся МАОУ Средняя общеобразовательная школа № 2 р.п. Красные Баки проведена экскурсия по Учреждению. Подростки познакомились с рабочими процессами, пообщались с сотрудниками, узнали об особенностях профессии «Социальный работник». Ведь одно из самых важных решений в жизни каждого человека — выбор профессии, потому что это во многом определяет всю его дальнейшую судьбу. Мы будем очень рады, если кто-то из школьников сегодня заинтересовался и в дальнейшем захочет связать свою профессию с социальной сферой.



7 февраля 2023 года ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» приняли участие в конференции Нижегородского регионального отделения общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России». В мероприятии также приняли участие заместитель председателя Нижегородского Союза пенсионеров Богданова Т.А., координатор проекта «Старшее поколение» партии «Единая Россия» Тарасов В.Э., заместитель министра социальной политики Нижегородской области Цыганов В.А., заместитель министра спорта Нижегородской области Парилова Е.Ю., управляющий Нижегородского филиала Банка ВТБ, делегаты из местных (районных) отделений Союза пенсионеров, а также почетные гости. Участники заседания обсудили итоги деятельности организации за 2023 год и план работы на 2024 год. В ходе дискуссии делегаты конференции рассказали о проектах, которые реализуются под эгидой организации: «Мост дружбы», «Литературная мастерская Захара Прилепина», «У победы наши лица», «Тепло для героя», «Компьютерный чемпионат пенсионеров Нижегородской области», «Исконь», «Кнопка помощи», «Чкаловская рыбалка», «Добро пожаловать в Нижегородскую Губернию!».



В дневном отделении ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа инструктор ЛФК



Сенникова Е.Н. провела лекцию «Коклюш у взрослых – симптомы и признаки». В настоящее время значительно увеличился рост обращений по поводу коклюша. Болеют и взрослые, и дети. И пожилые, и подростки. У взрослых людей коклюш, как правило, протекает нетипично, поэтому диагноз либо не ставится совсем, либо ставится очень поздно, что способствует дальнейшему распространению инфекции. Поэтому при первых признаках болезни не надо заниматься самолечением, а стоит обратиться к врачу.



ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» провел мастер-класс по плетению маскировочных сетей в д. Козлово. Они очень нужны бойцам СВО для укрытия своих позиций, складов и техники.



ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» приступили к новой партии пошива флисовых толстовок и шапок для участников СВО. Материал для пошива предоставил Н.Г. Пичужкин (объединение волонтеров в Нижнем Новгороде «Цех 52»). Мы готовы сделать всё, что в наших силах, чтобы помочь нашим ребятам!

В отделении «Специализированный жилой дом для граждан пожилого возраста и инвалидов» проходят занятия по технологии «Нейробика – аэробика для мозга». Получатели социальных услуг с большим интересом выполняют новые увлекательные упражнения: рисуют одновременно двумя руками, запоминают и воспроизводят детали рисунка, представленного на экране, дорисовывают рисунки по клеточкам. Подобранные упражнения стимулируют работу обоих полушарий головного мозга, что способствует улучшению памяти, внимания и мышления пожилых людей. Рисование двумя руками – интереснейший творческий опыт, который можно попробовать в любом возрасте. Положительный эффект от таких упражнений заметен в повышении продуктивности у взрослого человека, в улучшении самочувствия у пожилых людей.



9 февраля 2024 года ГБУ "КЦСОН Краснобаковского муниципального округа" принял участие в открытии Года семьи в Воскресенском муниципальном округе. На мероприятии присутствовали социально активные семьи, которые имеют награды регионального и федерального уровня из Воскресенского м.о.,



из г.Н.Новгород, из Семеновского, Краснобаковского, Ветлужского и Варнавинского округов. С приветственным словом ко всем присутствующим обратились глава местного самоуправления Воскресенского м.о. - А.Е.Запевалов, зам. Министра социальной политики Нижегородской области - В.А.Цыганов, настоятель прихода Собора Воскресения Слоущего р.п.Воскресенское - иерей Роман Смирнов. Семья Гуниных из Н.Новгорода передала Огонь семейного очага, символ старта Года Семьи в Российской Федерации, семье Путюниных Александра и Екатерины из р.п.Воскресенское. Эстафету передачи семейного очага от семьи Путюниных приняла многодетная семья Прониных. Концертная программа мероприятия впечатлила позитивом и теплом души, оставила приятные впечатления.

Федерации, семье Путюниных Александра и Екатерины из р.п.Воскресенское. Эстафету передачи семейного очага от семьи Путюниных приняла многодетная семья Прониных. Концертная программа мероприятия впечатлила позитивом и теплом души, оставила приятные впечатления.

День святого Валентина – это день дружбы и любви, все люди дарят друг другу свои улыбки и добрые пожелания, это праздник, который 14 февраля отмечают многие люди по всему миру. В этот день празднующие дарят близким людям цветы, конфеты, игрушки и особые открытки «валентинки», на обороте которых пишут стихи, пожелания или признания в любви. В дневном отделении ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа прошел мастер-класс по изготовлению валентинки в технике квиллинг. Перед началом мастер-класса наши обслуживаемые познакомились с историей праздника, обычаями и особенностями, которые существуют в разных странах. Отдыхающие мастерили валентинки из цветного картона. Дело оказалось нелегким, но очень увлекательным. Но самое главное это, конечно, фантазия и желание поделиться своими чувствами! Как блестяли их глаза, как они старались, и каждый вкладывал частичку своего сердца!



В гости к обслуживаемым дневного отделения ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа



приехали Татьяна Крускина и Наталья Чиркина, руководители творческого объединения "Бабушкины сказки" ДК «Маяк». Встреча была посвящена самой деревянной ложке: история возникновения, особенности, красота и самобытность, а самое главное - ее назначение и применение. Обслуживаемые под чутким руководством смастерили куколку, с нею поиграли и потанцевали, а затем изучили приемы игры на ложках. Оркестр получился на славу - просто загляденье! Участницы старались от души и зарядились морем позитива и хорошим настроением.

ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» принял участие во Всероссийской благотворительной акции «Тепло для героя», которая направлена на поддержку защитников Отечества, находящихся в зоне СВО, участников СВО, проходящих лечение после ранений в специализированных учреждениях. Были собраны теплые вещи: носки, шапки, перчатки, предметы личной гигиены, бытовая химия, сладости).



13 февраля состоялся выезд "Мобильной бригады" в с. Чемашиха. К специалистам ГКУ НО "УСЗН Краснобаковского муниципального округа" совместно со специалистами ГБУ "КЦСОН Краснобаковского муниципального округа" за оформлением пособий и льгот, за консультированием по социальным вопросам обратилось 15 человек. На выезде работал парикмахер.



13 февраля, накануне одного из самых добрых и красивых праздников - Дня Святого Валентина в дневном отделении ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа коллектив районного Дома культуры "Ударник" подарил нашим обслуживаемым прекрасный праздничный концерт. Наверное, вряд ли есть на Земле человек, который бы не слышал об этом чудесном празднике февраля. Нравится этот праздник не только



молодым, но и семейным парам, которые долгие годы живут вместе. Задушевно исполнил свои лучшие песни о любви Кротов Никита Олегович, также выступила юная вокалистка Лидия Хитрова с песней «Желание». Любовь можно выразить не только в песне, но и в танце, и в этом убедились наши обслуживаемые, когда перед ними выступил танцевальный коллектив "Ветлуга" (старшая и младшая группы). А младшие танцоры просто очаровали присутствующих, исполнив зажигательный танец «Лялечка». Слушая выступления артистов, ловишь себя на мысли: как важно и как необходимо не забывать



говорить своим любимым о том, что лучше, добрее, роднее их никого на свете нет. Говорите о любви любимым, не стесняйтесь, и тогда можно смело считать, что не только день, но и жизнь прошла не зря.

Специалисты ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» приняли участие в мастер-классе по плетению маскировочных сетей в новой технике в р.п. Варнавино. Благодарим наших соседей за полезную информацию.

Продолжается работа с детьми с РАС и другими ментальными нарушениями, два раза в неделю в нашем Центре проходят индивидуальные занятия. Наши специалисты придерживаются единого комплексного подхода, целью которого является общее развитие детей. Ребята на занятии у трудотерапевта изготовили аппликацию из бумаги в технике квиллинг. Социальный педагог провела занятие "Обводилки". Данный вид занятий помогает улучшить внимание, развитие мышления, необходимое для развития детей. На занятии у психолога изучали названия эмоций и их оттенки. Рассматривали, как эмоции отражаются на лице, и какие причины могут их вызвать. Инструктор ЛФК подготовила упражнения на развитие ловкости, глазомера, точности и силы движений. Такие занятия улучшают настроение и мышечный тонус.



16 февраля состоялся особый праздник — торжественное открытие Года Семьи в Краснобаковском муниципальном округе, который принял эстафету у Года педагога и наставника. Семья – это неиссякаемый источник любви, уважения, всего того, без чего не может жить человек. Это крепкий дом, это дети и внуки, это поддержка и опора. В зале звучала тёплая музыка, царил уютная атмосфера. Программа мероприятия была насыщенной и интересной. Главные герои мероприятия – это многодетные семьи, семьи СВО, и которые прожили более 40 лет. Каждая семья уникальна и интересна по-своему, каждая достойна уважения и почитания. Украшением праздника стали и сами дети — они с большим удовольствием и яркостью образа выступали на сцене с театральной постановкой, танцевали, пели песни. Всех присутствующих поздравили Глава местного самоуправления Краснобаковского округа Антон Быков, Н.Н. Клементьева - помощник депутата Заксобрания С.В. Борякина, начальник отдела ЗАГС С.И. Титова. Особого внимания и чествования на праздничной сцене были удостоены многочисленные семьи из числа наших земляков. Важнейшим событием мероприятия стала символическая передача частицы семейного очага «Сердце России». В Краснобаковский округ этот символ доставила многодетная семья Прониных, которая передала символический очаг почетным гостям нашего праздника - семье Тюлькановых из Шахуньи. Хочется выразить слова глубокой признательности всем участникам праздника и пожелать нашим замечательным семьям, чтобы под крышей каждого дома царили взаимопонимание и взаимопомощь, чтобы жизнь была духовно богата и наполнена добрыми событиями. Пусть год семьи принесет нам много радости, счастья и гармонии!



В преддверии праздника 23 февраля "День защитника Отечества" в ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» для учеников младших классов Краснобаковской СОШ №2 прошел мастер-класс по



изготовлению мыла. На мероприятии присутствовала начальник отдела ЗАГС Титова С.И. Подарки, сделанные своими руками, несут в себе много положительных эмоций как тому, кто этот подарок делает, так и тому, для кого он предназначен. Оригинальную открытку из цветной бумаги «Низкий поклон Защитнику Отечества» ребята сделали для своих пап. Детские старания не пройдут даром, ведь теплота души, вложенная ребенком при работе, почувствуется всеми. Участники мероприятия проявили большую фантазию и

остались довольны результатами. Закончилось мероприятие чаепитием.

В отделении «Специализированный жилой дом для граждан пожилого возраста и инвалидов» прошла акция «От сердца к сердцу», воспитанники детского дома пришли, чтобы поздравить мужчин, проживающих в отделении, с предстоящим праздником. 23 февраля вся наша страна отмечает праздник День защитника Отечества. Это, в первую очередь, праздник высшего доверия и уважения народа к своим защитникам. Воспитание первых чувств гражданственности у детей – это воспитание любви и уважения к родному дому, школе, улице, на которой он живёт, к родному городу, гордости за мужество воинов, одержавших победу в Великой Отечественной войне. Дети показали музыкальные номера для пожилых людей и подарили открытки, сделанные своими руками.



В дневном отделении ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа методист Краснобаковского исторического музея Виктория Ниточкина для наших обслуживаемых провела мастер-класс по изготовлению кисетов для военнослужащих СВО. Данный мастер – класс прошел в рамках акции «Солдатский кисет». Кисет - это маленький мешочек, который используют для хранения чего-либо, затягиваемый шнуром. В собственноручно сшитый и украшенный штампами кисет, кроме чая и конфет, вложили записки с поздравлениями и пожеланиями скорейшего возвращения домой целыми и невредимыми.

В истории нашей Родины есть много знаменательных дат, одной из особенно дорогих является 23 февраля. В этот день вся наша страна торжественно отмечает День Защитника Отечества.

В преддверии этого праздника в фойе ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» оформили выставку детских рисунков «Наш защитник», на которой были представлены работы учащихся Государственного казенного общеобразовательного учреждения "Краснобаковская специальная (коррекционная) школа-интернат" Такие мероприятия проводятся с целью пропаганды интереса и уважения к защитникам Отечества, воспитание в детях интереса к отечественной истории, а также предоставить возможности детям показать свои творческие способности.



22-25 февраля состоялся выезд отряда снежного десанта (представители студенческих отрядов, учащиеся всех ВУЗов Нижнего Новгорода) «Горький» в Краснобаковский округ, порадовав жителей своим визитом. Одними из главных задач отряда являются: оказание адресной помощи (очистка придомовой территории от снега, помощь в хозяйственных работах), проведение прикладных мастер-классов для школьников и концертной программы для населения.



Ребята оказали помощь в п. Шеманиха, с. Носовая, с. Кириллово, с. Чашиха, д. Афанасиха, р.п. Красные Баки. Участники акции чистили снег с крыш и прочищали дорожки у дома для граждан пожилого возраста и инвалидов, складывали дрова. Ребята провели мастер-класс по ниткографии для жителей Специализированного жилого дома для граждан пожилого возраста и инвалидов. Кроме того, для местных жителей был показан концерт в Детской школе искусств. Тематикой концертной программы стала всем известная сказка «Волшебник изумрудного города». Ребята представили историю в своей интерпретации, наполнив ее вокальными и танцевальными номерами, а также номерами оригинального жанра. За эти дни ребята стали крепкой, сплочённой и дружной семьёй!



Кроме того, для местных жителей был показан концерт в Детской школе искусств. Тематикой концертной программы стала всем известная сказка «Волшебник изумрудного города». Ребята представили историю в своей интерпретации, наполнив ее вокальными и танцевальными номерами, а также номерами оригинального жанра. За эти дни ребята стали крепкой, сплочённой и дружной семьёй!

ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» продолжает работу по пошиву маскировочного весеннего костюма для участников СВО. Материал для пошива предоставил Н.Г. Пичужкин (объединение волонтеров в Нижнем Новгороде «Цех 52»). Мы готовы сделать всё, что в наших силах, чтобы помочь нашим ребятам!

Надела шляпку, и смотрюсь иначе –
 Не женщина, а дама прошлых лет.
 Ушедший век, по мне скучая, плачет
 Романтикой умчавшихся карет.

В ГБУ КЦСОН Краснобаковского муниципального округа культурный организатор Смирнова Е.А. провела для обслуживаемых дневного отделения музыкально – развлекательное мероприятие « Шляпная вечеринка». Шляпа - неременный аксессуар одежды во все времена. Участники мероприятия совершили увлекательное путешествие в историю возникновения головных уборов, участвовали в конкурсах и веселой викторине.



Изыминкой мероприятия стало "Шляпное дефиле", где каждый присутствующий продемонстрировал яркие, оригинальные шляпки, украшенные своими руками. Затем все приняли участие в мини фотосессии. Развлекательная программа прошла весело, интересно, позитивно и настроение у всех было просто отличное.

Семейный очаг «Сердце России» был торжественно зажжен на Всероссийском семейном форуме «Родные – любимые», где президент Владимир Путин дал старт Году семьи. Огонь для него доставили из муромского Свято-Троицкого монастыря, родины святых Петра и Февронии. 27 февраля ГБУ

«КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» принял участие в передаче огня. Многодетная семья Краснобаковского муниципального округа Родионовы Александр Петрович и Анна Станиславовна передали частичку огня многодетной семье Шутовых из Уренского муниципального округа, им предоставлено почетное право доставить символ года в муниципалитет, поделится теплом и любовью со своими земляками. Семьи обменялись подарками. Мероприятие прошло в Краснобаковском ДШИ в уютной обстановке, где с приветственным словом



ко всем присутствующим обратилась Заведующая отделом ЗАГС Титова Светлана Ивановна. Слова поздравлений и пожелания благополучия, мира и добра прозвучали в адрес участников мероприятия. Концертная программа мероприятия впечатлила позитивом и теплотой души, оставила приятные впечатления. Пусть семейный очаг всегда освещает жизненный путь и согревает наших детей родительской любовью.

29 февраля сотрудники ГБУ «КЦСОН Краснобаковского муниципального округа» провели мастер-класс по плетению маскировочных сетей в новой технике "Джи" для коллектива МАОУ Ветлужская средняя общеобразовательная школа.

Дорогие мужчины, поздравляем Вас с праздником мужества, благородства и чести – с Днём защитника Отечества! Желаем Вам счастья, жизни, наполненной миром, крепкого здоровья, благополучия, успехов и любви близких. Пусть на вашем пути не будет преград, а вы всегда смело шагаете к своим целям. Живите долго и счастливо с позитивным настроением! Пусть все ваши мечты сбываются!!!

