

В сентябре 2016 года, на базе отделения социального обслуживания на дому в станице Петропавловской, государственного бюджетного учреждения социального обслуживания Краснодарского края «Курганинский комплексный центр социального обслуживания населения» открылся спортивный клуб для граждан пожилого возраста и инвалидов «Живи».

Клубная работа направлена на удовлетворение разнообразных духовных потребностей его участников. Целью кружковой работы является помощь пожилым людям в преодолении одиночества, замкнутого образа жизни, наполнение существования новым смыслом, формирование активного образа жизни.

С возрастом появляются серьезные проблемы со здоровьем, вызванные как неизбежным старением организма, так и стрессами, а главное – менее подвижным, чем в молодости образом жизни. Однако не стоит терять оптимизм – многие из уже имеющихся проблем со здоровьем можно поправить регулярными занятиями фитнесом, или, по крайней мере, притормозить процессы старения. Медики считают, что спортивные занятия позволят пожилому человеку выглядеть и чувствовать себя намного моложе

