


С БЛАГОДАРНОСТЬЮ  
ОТ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ  
Г. ЛЮДИНОВО И  
ЛЮДИНОВСКОГО  
РАЙОНА КАЛУЖСКОЙ  
ОБЛАСТИ







Дядя Ваня-инвалид 2 группы, впервые в своей жизни получал подарок, оттого растрогался до слез. Спасибо за добро, которое вы несете людям!



Тетю Нину все в деревне Букань называют божиим одуванчиком, потому что сама доброта, хотя жизнь очень сурова была к ней. Рано потеряв близких людей, осталась инвалидом после всех переживаний. Мучается скованностью в суставах. Но заставляет себя двигаться, при этом еще и улыбается... За подарочек очень благодарила вас!





Полина Ивановна  
страдает артрозом, с  
каждым днем все  
тяжелее  
передвигаться  
становится ей. В  
прошлом -сельский  
учитель.

Дети выросли,  
разъехались,  
приезжают один раз  
в два года, т.к. живут  
очень далеко,  
транспортные  
расходы не по  
карману многим  
нынче.





**Бабушке Дусе уже 95- она долгожитель в местной деревушке. Потому все уважают очень бабушку Дусю. Ваш подарочек почти успел к юбилею, так что радость была двойной! Спасибо вам!**





Тетя Лида недавно потеряла  
мужа, привыкает к одиночеству.  
Очень скучает.  
Надеемся, что ваш подарочек  
послужит утешением для нее.





Нелли  
Петровна-  
верный  
помощник  
сельского  
«доктора»

**ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ / ДЛЯ ЧЕГО ВАМ ЭТО НУЖНО**

**ЗАДУМАЙТЕСЬ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ - ЭТО ВЫГОДНО!**

**2 ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПА:**

**1 Принцип**

Организм человека и многие другие организмы способны выживать в экстремальных условиях, но для этого им необходимо получать энергию из пищи. Энергия, которую организм получает из пищи, используется для поддержания жизнедеятельности и для выполнения работы. Если организм не получает достаточно энергии, он начинает испытывать стресс, что приводит к различным заболеваниям.

**2 Принцип**

Многие люди считают, что здоровое питание - это только овощи и фрукты. Однако это не совсем так. Здоровое питание - это сбалансированная диета, которая включает в себя все необходимые для организма питательные вещества: белки, жиры, углеводы, витамины и минералы.

**ВАЖНО!**



20 V

220 V





Кирилл Петрович живет как отшельник, совершенно одинокий человек, в прошлом писал стихи. Теперь очень замкнут и в свой мир мало кого допускает. Но детскому подарку был несказанно рад! Даже улыбнулся. Спасибо вам!





Дмитрий Васильевич  
инвалид 2 группы,  
давно у него не было  
гостей.

Давно никто не  
проведывал его, еле  
добрались по  
сугробам.

Пришлось потрудиться  
лопатай- расчистить  
снег. Так что  
благодаря вашему  
подарочку и доброе  
дело инвалиду  
сделали- расчистили  
снег!





СПАСИБО!





Бабушка Надя внимательно рассматривает ваш подарочек, принимая его от руководителя срочной социальной помощи ЦСО. Бабушке Наде 78 лет.





Мария Михайловна- одна из 12 в нашем городе ,оставшихся в живых , участников Великой Отечественной войны. Ходячая легенда!





**СПАСИБО!**





**Благодарит вас и дядя  
Коля из деревни Букань!  
Растрогали старика до  
слез! Очень- очень  
благодарил! Спасибо вам!**





Спасибо

