Информационно-методический журнал

Областное государственное бюджетное учреждение
«Комплексный центр социального обслуживания
Еврейской автономной области»

ВЕСТНИК

информационно-методический журнал

№ 28

г. Биробиджан
Декабрь-2023

Уважаемые читатели!

Вот и подходит к концу 2023 год: интересный, насыщенный добрыми встречами, деловыми поездками, яркими событиями и ежедневной слаженной работой всего коллектива Центра. Здесь, конечно, и кадровые перестановки, и повышение тарифов на оказываемые услуги, и внедрение системы долговременного ухода.

Можно вспоминать многое, но с уверенностью могу сказать, что мы справились с поставленными задачами!

А сейчас время подводить итоги и готовиться встречать пока ещё загадочный и таинственный 2024. Каждый Новый год – это как будто ещё один шанс стать светлее, мудрее, чище перед собой и теми, кто ждёт от тебя помощи и участия. Шанс отблагодарить, согреть, что-то создать, кого-то спасти или поддержать, кого-то вспомнить, кому-то пожелать удачи в трудном деле или дальнем пути. Верю, что в Новый год мы придём с положительным настроем, добрыми помыслами и огромным желанием дарить тепло наших сердец.

Желаю прожить 2024 год так, чтобы вспоминать его потом с радостью, гордостью, удовольствием и улыбкой!

Пусть удача сопутствует и в работе, и в личной жизни, пусть дом будет тем спасительным островком уюта и тепла, куда приятно возвращаться после всех штормов и волнений трудового дня. Пусть весь год вас окружают близкие и родные люди, а в ваших глазах как можно чаще сверкают искорки счастья. Здоровья, чистоты помыслов и реализации самых смелых ваших желаний.

Счастливых вам праздников! С наступающим Новым годом и Рождеством!!!

Директор ОГБУ «КЦСО ЕАО» Е.А. Ворошилова

ЧЕТВЕРТЬ ВЕКА ДОРОГОЮ ДОБРА

В любой профессии стаж, исчисляющийся четвертью века, – солидный багаж опыта, знаний, умений и навыков. Но социальная работа относится к тем редким видам профессиональной деятельности, где зачастую не знания и опыт, а личностные качества специалиста во многом определяют успешность и эффективность работы.

Заведующий отделением социального обслуживания на дому **ПЛОТНИКОВА Евгения Константиновна** всю свою трудовую жизнь связала с системой социального обслуживания населения, посвятив любимому делу 25 интересных, наполненных разными событиями лет.

Выбрав профессию социального работника в 1998 году, она старалась делать всё от неё зависящее, чтобы вернуть одиноким пожилым людям веру в будущее, улучшить условия их жизни, сделать быт комфортным, подарить им радость общения.

В 2005 году окончила ГОУВПО «Амурский государственный университет», получив квалификацию «специалист по социальной работе», в 2016 году стала специалистом в социально-досуговом отделении. В 2017 году была переведена на должность заведующего отделением социальной помощи на дому, в которой работает по настоящее время.

Евгения Константиновна – грамотный и ответственный руководитель, которому по душе, да и по плечу то дело, которому она служит все эти годы, вкладывая в каждую человеческую судьбу частичку своего душевного тепла.

Милосердие для неё – не пустой звук. Быть терпеливой, доброй, внимательной непросто, но она старается поддержать подопечных добрым словом, поднять им настроение, найти контакт с каждым. В отделении, которым руководит Евгения Константиновна, активно применяется форма долговременного ухода – предоставление услуг сиделки, помощника по уходу.

Не остается в стороне и активно принимает участие в мероприятиях ко Дню Победы. Ежегодно сотрудничает с волонтёрами Победы,

с благотворительным фондом «Память поколений».

В период ограничительных мероприятий, связанных с новой коронавирусной инфекцией, организовывала большую работу по доставке гражданам пожилого возраста и инвалидам, не состоящим на социальном обслуживании, продуктов питания и медикаментов.

Евгения Константиновна постоянно повышает свой профессиональный уровень, принимает участие в обучающих семинарах, в реализации мероприятий, связанных с основной деятельностью учреждения.

В 2019 году дистанционно повысила квалификацию в частном образовательном учреждении дополнительного образования «Академия бизнеса и управления системами» по программе «Социальная работа».

В 2022 – в НОЧУРПО «Российская академия медико-социальной реабилитации» по программе «Основы ухода за людьми с дефицитом самообслуживания».

В 2023 году прошла обучение в ОГПОБУ «Биробиджанский медицинский колледж» по направлению «Сиделка (помощник по уходу)».

За многолетний и добросовестный труд в системе социальной защиты поощрена: Благодарностью ОГУ «ЦСО г. Биробиджана» (2006 г.); Ценным подарком главы муниципального образования «Город Биробиджан» (2012 г.); Благодарственным письмом КСЗН правительства ЕАО (2013 г.); Благодарственным письмом главы муниципального образования «Город Биробиджан» (2016 г.); Благодарственным письмом Законодательного собрания Еврейской автономной области (2022 г.); Благодарственным письмом губернатора ЕАО (2022 г.); Благодарственным письмом губернатора за арт-проект «Вечерний Биробиджан» (2022 г.).

За плечами **ШАБАНОВОЙ Оксаны Владимировны** большой жизненный и профессиональный опыт.

Начав свой трудовой путь в системе социального обслуживания в должности социального работника отделения социальной помощи на дому при отделе социальной защиты населения администрации МО «Облученский район» в 1998 году, она на четверть века осталась верна выбранной профессии.

Имеет высшее образование, в 2017 году окончила «Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема» по направлению «Социальная работа». В апреле 2022 года повысила квалификацию, пройдя профессиональное обучение в ОГБУ «КЦСО ЕАО».

В настоящее время Оксана Владимировна – социальный работник филиала ОГБУ «КЦСО ЕАО» в Облученском районе. Живёт и работает в селе Семисточный. Работа для неё – искреннее желание быть нужной и полезной пожилым людям, инвалидам, гражданам, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

Работа с такой категорией людей предполагает наличие у социального работника особых навыков и личностных качеств, и Оксана Владимировна именно такой человек – с сильным характером и большим добрым сердцем.

Изо дня в день, из года в год быть терпеливой, внимательной к чужим проблемам и заботам – непросто, но Оксана Владимировна старается не только решить социально-бытовые вопросы, но и всегда готова поддержать своих бабушек-дедушек ласковым словом, поднять им настроение, старается найти контакт с каждым, чтобы подопечный понял, что он по-прежнему нужен окружающим.

«Главное, всем нам, без исключения, научиться смотреть на пожилых людей без раздражения и превосходства. Мы просто должны видеть в каждом из них полноценную и уникальную личность», - считает Оксана Владимировна.

По словам подопечных, Оксана Владимировна энергичная, душевная и преданная своей работе. Подтверждают их мнение грамоты и благодарственные письма за многолетний добросовестный труд, который оценён по достоинству: в 2013 году поощрена Благодарственным письмом комитета социальной защиты населения правительства Еврейской автономной области, в 2017 – Благодарственным письмом Законодательного собрания Еврейской автономной области, в 2020 – Благодарностью Губернатора Еврейской автономной области.

От всей души поздравляем наших коллег,
желаем безупречного здоровья, неиссякаемого энтузиазма
и неизменного успеха в делах!

СПАСИБО ЗА ПРЕДАННОСТЬ ПРОФЕССИИ!

#РаботаПомогать

Сотрудники Центра всегда используют возможность заявить о себе, принять участие в крупных событиях, а также сформировать в себе необходимые навыки. Прямое общение помогает получить дополнительные практические знания, изучить реальный опыт коллег, пообщаться с коллегами в формате «вопрос-ответ».

Так во втором полугодии 2023 года наши коллеги стали активными участниками деловых поездок, выездов на Всероссийские и окружные семинары и форумы.

Всероссийский семинар «Эффективное управление учреждениями социального обслуживания», который ежегодно проводится с целью повышения компетентности и профессионализма руководителей отрасли социального обслуживания, проходил в Екатеринбурге, с 15 по 17 августа 2023 года.

В состав делегации от Еврейской автономной области вошла директор Комплексного центра социального обслуживания Елена Александровна Ворошилова.

На семинаре активно обсуждались вопросы реализации социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере:

• Обзор законодательных изменений в сфере социального обслуживания

• Трехуровневый стандарт оказания паллиативной помощи

• Инновационные подходы к организации социального обслуживания.

• Система долговременного ухода в стационарных учреждениях социального обслуживания

• Цифровые сервисы в системе долговременного ухода

• Сопровождаемое проживание

День пожилого человека активисты «серебряного» волонтёрства из Еврейской автономной области и специалисты Комплексного центра социального обслуживания Анна Владимировна Волкова, Светлана Сергеевна Яковченко встретили в Москве на **VII Всероссийском форуме «серебряных» добровольцев**.

На своих площадках форум объединил 500 участников: «серебряных» волонтёров, сотрудников Региональных центров развития «серебряного» добровольчества «Молоды душой», финалистов Всероссийского грантового конкурса «Молоды душой», послов Федеральной программы «Молоды душой».

На форуме волонтеры смогли задать интересующие вопросы и пообщаться с представителями органов исполнительной власти, развивающими «серебряное» добровольчество и реализующими проект «Старшее поколение». Основной темой образовательных программ форума стало обсуждение современных методов включения добровольцев в волонтёрскую деятельность, моделирование будущего серебряного добровольчества в России.

Добровольцы смогли поработать в новых форматах: форсайт-, лего- и питчинг-сессиях, тренингах по нейрографике и выстраиванию связей, практических занятиях, мастер-классах, деловых играх.

«Серебряные» волонтёры и специалисты Комплексного центра социального обслуживания вошли в состав делегации от Еврейской автономной области для участия **в первом Дальневосточном форуме «серебряных» добровольцев**, который организован при поддержке правительства Сахалинской области и Сахалинского регионального отделения Партии «Единая России» в г. Южно-Сахалинске с 10 по 12 октября 2023 года.

Форум собрал 240 инициативных, целеустремлённых, неравнодушных представителей добровольческих организаций и стал отличной площадкой для знакомства, общения и развития волонтёров Дальневосточных регионов. Команду Центра возглавили Елена Николаевна Смолянинова и Елена

Леонидовна Туболушкина.

В первые дни работы Форума участники познакомились с успешными Сахалинскими социальными проектами: «Сопричастность», «Сахалинское долголетие», «Путёвка выходного дня», приняли участие в торжественном открытии Форума, круглых столах по направлениям работы волонтёров.

Очень важным стали панельные дискуссии с участием федеральных гостей: Юлии Мальцевой – директора АНО САП «Серебряный возраст», руководителя Федеральной программы «Молоды Душой» и Олега Марфина – директора Красноярского Регионального Центра Поддержки Местных сообществ «Развитие», бизнес-тренера ГК «ЕВМ».

Не обошлось на форуме без важных дел – волонтёры приняли участие в скандинавской ходьбе и в экологическом десанте на озеро Изменчивое.

В Хабаровске с 19 по 22 октября 2023 года прошёл **Окружной форум добровольцев Сибирского и Дальневосточного федеральных округов**, который стал уникальным пространством для создания идей в области развития волонтёрства.

В работе Форума приняли участие 300 руководителей волонтёрских объединений, среди них заведующий Службой по развитию добровольческой деятельности Анна Владимировна Волкова, и более 25 экспертов, которые с практической точки зрения прорабатывали на площадках ключевые вопросы организации добровольческой деятельности.

Программа форума была разнообразна, каждый участник смог получить теоретические знания и практический опыт. Сессии, мотивационные встречи, ситуационные игры, нетворкинг, кейс-сессии, мастер-классы – формат работы участников был различен, а тематика включала все самые актуальные

вопросы развития добровольчества.

Полезная программа включала в себя благоустройство территории местного приюта для животных «Милосердие», ремонт в местной школе-интернате, плетение маскировочных сетей и заготовок для снудов-бафов, тактических браслетов.

Сотрудники Комплексного центра социального обслуживания Марина Геннадьевна Щекина и Елена Васильевна Жигуренко вошли в состав делегации от нашего региона для участия **в Международном форуме гражданского участия #МЫВМЕСТЕ**, который проходил в Москве с 4 по 8 декабря на площадке ВДНХ.

Насыщенную деловую программу Форума объединили 5 ключевых направлений-треков: «#МЫВМЕСТЕ благодарим», «#МЫВМЕСТЕ Поколение.Добро», «#МЫВМЕСТЕ с наставниками», «#МЫВМЕСТЕ с героями», «#МЫВМЕСТЕ с миром».

Участники смогли обменяться опытом, рассказать об интересных рабочих проектах, вдохновить друг друга на добрые дела, принять участие в мастер-классах, благотворительных акциях на территории Москвы, экскурсиях по достопримечательностям столицы, посетить площадки выставки-форума «Россия».

Форумы добровольцев – это не только общение организаторов добровольческой деятельности, но и возможность найти решения, технологии и инструменты для работы, чтобы помогать тем, кто в этом нуждается, и именно там, где помощь нужна прямо сейчас.

Повышение информационной открытости учреждения, информированности населения о государственной социальной помощи и социальных услугах

Официальный сайт учреждения https://kcsoeao79.ru/ функционирует с февраля 2020 года. Разделы и страницы сайта постоянно пополняются, обновляются, на них размещены сведения о деятельности Комплексного центра социального обслуживания: представлена подробная информация о поставщике, структуре учреждения, вакансиях, планы и отчёты учреждения, контактные данные руководителей, филиалов и отделений.

Сайт позволяет задать вопросы, дать независимую оценку качества предоставления услуг, оставить отзывы о деятельности учреждения, пройти анонимное анкетирование. Кроме того, на сайте публикуются объявления, информация о проводимых событиях, размещены нормативно-правовые акты, буклеты по направлениям деятельности, выпуски корпоративного информационно-методического журнала «Вестник», памятки, брошюры и пр.

На сегодняшний день сложились новые, более привычные для граждан и регулярно используемые ими способы коммуникации, мир пришёл к тому, что, если человек хочет что-либо узнать об организации, он первым делом ищет её в социальных сетях.

Официальные аккаунты учреждения в социальных сетях Одноклассники, ВКонтакте, Телеграм действуют с 2022 года, что позволяет обеспечить возможность получения гражданами в понятной и доступной форме полной и достоверной информации о деятельности Центра.

одноклассники

ВКонтакте

Telegram

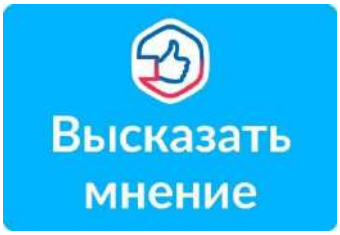
Если Вы ещё не наш подписчик, подписывайтесь на группы Центра и в числе первых узнавайте о самых актуальных новостях, интересных событиях!

Связаться с властью через интернет

Чтобы упростить взаимодействие граждан с государством, в целях создания единого окна цифровой обратной связи, в 2023 году учреждение прошло процесс подключения к ПОС (платформа обратной связи).

Платформа обратной связи – это новый цифровой помощник, интегрированный с Единым порталом государственных и муниципальных услуг (ЕПГУ). Благодаря ПОС каждый, у кого есть подтверждённая учётная запись на портале Госуслуг, через специальную электронную форму может направить запрос в ведомство, сообщить о проблеме, задать вопрос в любое время суток: не убран снег, мусор во дворе, не горит фонарь, не смогли записаться на приём к врачу и т.д., и оперативно получить компетентный ответ в своём личном кабинете. Ответственные службы займутся решением вашего вопроса.

Виджеты «Сообщить о проблеме» и «Высказать мнение» («Решаем вместе») появились на странице нашего госпаблика ВКонтакте и на сайте.



Электронная форма ПОС – это новое поколение каналов связи, с помощью которых вы можете не только отправить обращение, но и оценить работу госоргана, высказать мнение относительно общественной инициативы и принять участие в обсуждении нормативных правовых актов, голосованиях, социологических опросах по различным вопросам регионального и местного значения, национальным проектам.

С помощью ПОС власти наращивают присутствие в соцсетях, оперативно и адекватно реагируют на жалобы населения. Координируют работу этой автоматической системы в субъектах Центры управления регионами, а уже их работу курирует АНО «Диалог Регионы».

НОВОСТИ КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

Межрегиональная общественная организация «АССОЦИАЦИЯ РАБОТНИКОВ СОЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ»

Издательство «СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ»

При поддержке Совета по развитию социальных инноваций субъектов Российской Федерации при Совете Федерации

ДИПЛОМ

лауреата Второго Всероссийского отраслевого конкурса «УЧРЕЖДЕНИЕ УСТОЙЧИВОГО ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ»

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ЕВРЕЙСКОЙ АВТОНОМНОЙ ОБЛАСТИ» (Директор Ворошилова Елена Александровна)

награждается дипломом лауреата Второго Всероссийского отраслевого конкурса «Учреждение устойчивого инновационного развития»

Председатель жюри, Президент МОО «Ассоциация работников социальных служб», генеральный директор Издательства «Социальное обслуживание», член Совета по развитию социальных инноваций субъектов Российской Федерации при Совете Федерации

АРСС

А.М. Пачев

В 2023 году коллектив Центра стал обладателем Диплома лауреата Второго Всероссийского отраслевого конкурса «Учреждение устойчивого инновационного развития»

Каждый смог что-нибудь приобрести выгодно и по душе на ярком празднике «Это ярмарки краски», который состоялся на территории Комплексного центра социального обслуживания 22 сентября.

Покупатели бойко раскупали домашнюю выпечку, соленья и варенье, дары садов и огородов, мёд, молочную продукцию, изделия декоративно-прикладного искусства, которые участники ярмарки – работники филиалов Центра привезли из районов автономии.

В Учебном центре организационно-методического отделения 11 октября состоялось занятие «Школы социального работника» и семинар-тренинг «Доступная среда. Этика взаимодействия с людьми с инвалидностью», на котором присутствовало 30 социальных работников из всех филиалов.

Главной мыслью семинара-тренинга стала фраза «Помогая преодолевать барьеры тем, кому сложно делать это в одиночку, мы делаем мир доступным для всех».

Акция «Красная гвоздика» с 2019 года находит поддержку во всех районах области через сотрудников Центра и его филиалов, которые совместно с Региональным центром «серебряного» добровольчества «Молоды Душой» ЕАО рассказывают землякам о возможности помочь ветеранам боевых действий, сделав небольшие пожертвования.

В этом году жители области приобрели 1500 значков «Красная гвоздика», собрано более 105 000 рублей наличными деньгами и ещё часть средств переведена по QR коду.

Итоговой конференцией завершился социальный проект «Вместе мы можем больше» – победитель Всероссийского грантового конкурса «Молоды Душой» - 2022.

Проект реализовывали «серебряные» добровольцы Регионального центра «Молоды Душой» ЕАО.

Участниками практических занятий стали молодые люди с инвалидностью в возрасте от 18 до 40 лет: подопечные ОГБУ «КЦСО ЕАО», группы воспитанников ОГБУ «Валдгеймский детский дом-интернат» и ОГАУ «Центр образования Ступени».

Впервые для граждан старшего поколения Региональный центр «Молоды душой» ЕАО организовали спортивно-патриотическую игру «Зарница», в которой приняли участие 5 команд по 7 человек.

Главная цель игры – сохранить традиции, разнообразить досуг и поддержать пенсионеров – достигнута.

Опыт первый, но как отметили организаторы – весьма удачный.

С сентября 2023 года наша область стала участником пилотного проекта по созданию системы долговременного ухода за гражданами пожилого возраста и инвалидами, нуждающимися в уходе.

За этот период:

- прошли обучение по программе «Сиделка (помощник по уходу)» - 62 человека;
- включены в систему долговременного ухода – 55 человек;
- ведётся работа по приобретению ТСР для осуществления ухода.

За период с 01.01.2023 по 01.12.2023 профессиональную переподготовку и повышение квалификации прошли 11 специалистов, профессиональное обучение – 34 социальных работника.

НОВОЕ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ

Внесудебное банкротство

Под банкротством понимается ситуация, когда человек не может платить по своим долгам. Такой человек называется должником (или банкротом), а те, кому он должен – его кредиторами.

С 3 ноября 2023 года изменились правила банкротства через МФЦ – больше не требуется финансовый управляющий, госпошлина и суд. Можно просто подать заявление и списать долги по прекращенным исполнительным производствам.

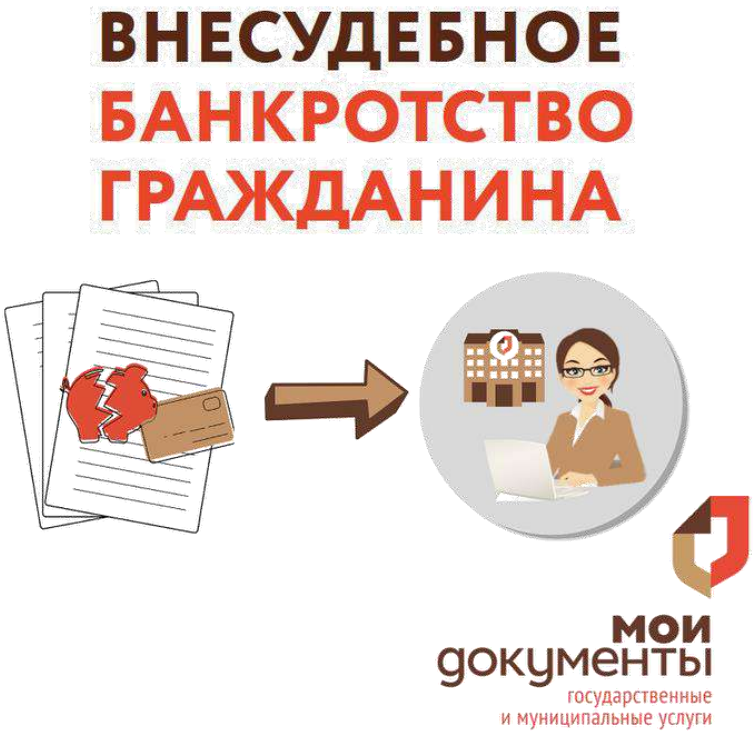
Раньше внесудебное банкротство было доступно при общей сумме долгов от 50 000 до 500 000 ₽. При превышении – только через суд, со сложной процедурой и значительными расходами.

С 3 ноября обратиться в МФЦ можно при наличии задолженности от 25 000 до 1 000 000 ₽. Основные условия прежние:

1. На дату подачи заявления окончено исполнительное производство.
2. Исполнительный документ возвращен взыскателю из-за отсутствия имущества.
3. Нового исполнительного производства нет.

Процедура занимает шесть месяцев. По завершении принудительное взыскание долгов будет невозможным, но наступят негативные последствия: нельзя будет занимать руководящие должности и придется сообщать о банкротстве при обращении за кредитами.

Еще одно изменение касается повторного обращения с заявлением о банкротстве. В следующий раз это можно сделать только через пять лет – до изменений этот срок был вдвое больше.



НОВОГОДНИЕ СТРАНИЧКИ

Новый 2024 год пройдет под покровительством **Зеленого Деревянного Дракона**. Астрологи говорят, что он станет самым успешным за последнее время – это будет время перемен и новых начинаний.

Самым важным качеством в этот год, позволяющим добиться больших результатов, будет уверенность в себе и своих силах, творчество и решительность. Если вы являетесь счастливым обладателем данных качеств, Дракон непременно поможет вам в достижении целей. А если нет, то 2024 год – самое время приобрести новые полезные привычки!

Меню на Новый год: что должно быть на столе в год Дракона

Символ года любит яркие краски и острый вкус, поэтому на столе должны быть специи и продукты, которые подчеркнут яркий и сильный характер Дракона.

1. Мясо. Оно может быть представлено в виде говядины, баранины, свинины, утки или индейки.

2. Орехи – символизируют сильное здоровье, богатство и долголетие.

3. Фрукты, особенно красные: гранаты, яблоки, красные мандарины, замороженная вишня и клубника в десертах символизируют удачу.

4. Рыба – символизирует богатство. Также по вкусу Дракону придётся традиционное новогоднее блюдо – бутерброды с красной икрой.

5. Рис – символизирует изобилие, блюда из риса закрепят финансовый «рыбный» успех. Но рисовая каша – далеко не праздничное блюдо, поэтому есть смысл выбрать новогодние салаты, в состав которых входит рис.

6. Зелень, овощи – это рост и развитие. Чтобы ваши проекты гармонично развивались в следующем году, угостите Дракона свежими овощами и травами.

Дракон любит оригинальность. Поэтому актуальны в новогоднюю ночь порционные салаты и салаты в оригинальном исполнении. Если не можете обойтись без классических оливье и шубы, преподнесите их в необычном оформлении, Дракон оценит.

Каков на вкус драконий фрукт

Драконий фрукт, яйца дракона, сердце дракона, клубничная груша, питайя – питахайя, как и многие тропические фрукты имеет множество названий. Этот экзотический плод можно встретить не только за границей, довольно часто его продают и в обычных российских супермаркетах. Сезон начинается примерно с конца октября. Этот фрукт – близкий родственник кактусов, плоды напоминают инопланетную шишку.

Обычно вкус питайи сравнивают с инжиром, киви и даже бананом. Если кратко – он сладкий и кремовый. В 100 граммах питайи всего 50 калорий, а это значит, что этот продукт диетический. Но употребление питахайи в больших количествах может привести к диарее, изжоге или аллергии. Чтобы этого не произошло, медики рекомендуют съесть изначально небольшой кусочек, чтобы проверить реакцию организма.

Сок драконьего фрукта можно добавить в кондиционер для волос, чтобы восстановить поврежденные многочисленными окрашиваниями локоны.

Сердце дракона – настоящий источник молодости и бодрости, фрукт полезен высоким содержанием витамина В и витамина С. Прибавят жизненной энергии железо, калий и фосфор. Их тоже предостаточно в драконьем фрукте.

Питахайя помогает при проблемах с сердцем и со щитовидной железой, подходит для питания людям, страдающим сахарным диабетом.

Диетологи рекомендуют устраивать разгрузочные дни с питахайей. В ней нет жира и содержится много клетчатки. Такой перекус помогает справиться с голодом между основными приемами пищи без вреда для фигуры. Приготовьте из фрукта смузи, добавьте ягоды, немного орехов и любое молоко. Шикарный завтрак-обед-ужин вам обеспечен. Это вкусно, полезно и… от этого худеют!

Новогоднее гадание

Выберите понравившуюся ёлочную игрушку и узнайте, какие события произойдут в вашей жизни.

Искренне желаем вам получить от новогодней ночи только положительные эмоции. А предсказания пусть полностью оправдают ваши ожидания!

Игрушка красного цвета – вам обязательно повезёт в любви. И пусть, вы уже замужем (женаты) – это значит, что отношения в браке будут только крепче. А может быть и ваша семья увеличится…

Синяя – способствует обретению душевной гармонии. Родственные и дружеские связи будут только крепнуть.

Зеленая – вы добьётесь желаемой цели. Все намеченные дела на этот год у вас исполнятся в том случае, если вы будете избегать конфликтов.

Фиолетовая – вы можете повстречать свою половинку, или вам встретится человек, который поможет добиться успехов в карьере. Будьте внимательны к окружающим.

Белая или серебристая – поскорее загадайте желание, и оно обязательно сбудется.

Золотая – вас ждёт солидная прибавка в зарплате. Все ответственные поручения, которые вы будете брать на себя, приведут вас к достатку. Если вы мечтали начать свой бизнес – дерзайте.

Информационно-методический журнал «Вестник»
Областное государственное бюджетное учреждение
«Комплексный центр социального обслуживания ЕАО»
организационно-методическое отделение
Тираж – 35 экз.

Адрес: 679000 ЕАО, г. Биробиджан, ул. Дзержинского, д. 16
Телефон: 8 (42622) 2–34–69
Официальный сайт: kcsoeao79.ru

г. Биробиджан
2023 г.

	ЯНВАРЬ	ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	ИЮНЬ	
Пн	1 8 15 22 29	5 12 19 26	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24	Пн
Вт	2 9 16 23 30	6 13 20 27	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25	Вт
Ср	3 10 17 24 31	7 14 21 28	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	Ср
Чт	4 11 18 25	1 8 15 22 29	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27	Чт
Пт	5 12 19 26	2 9 16 23	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28	Пт
Сб	6 13 20 27	3 10 17 24	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29	Сб
Вс	7 14 21 28	4 11 18 25	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30	Вс

	ИЮЛЬ	АВГУСТ	СЕНТЯБРЬ	ОКТЯБРЬ	НОЯБРЬ	ДЕКАБРЬ	
Пн	1 8 15 22 29	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30	Пн
Вт	2 9 16 23 30	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	Вт
Ср	3 10 17 24 31	7 14 21 28	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	Ср
Чт	4 11 18 25	1 8 15 22 29	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26	Чт
Пт	5 12 19 26	2 9 16 23 30	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27	Пт
Сб	6 13 20 27	3 10 17 24 31	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9 16 23 30	7 14 21 28	Сб
Вс	7 14 21 28	4 11 18 25	1 8 15 22 29	6 13 20 27	3 10 17 24	1 8 15 22 29	Вс