

Кристина ХИЛЬКО

■ Дети и подростки, чье здоровье затронула авария на ЧАЭС, восстанавливаются по союзным путевкам, участвуют в спартакиадах, квестах, отправляются на экскурсии, чтобы после смены вернуться домой розовощекими, довольными, отдохнувшими.

### ЩИБОТ - ОТДЫХ БЕЗ ЗАБОТ

Сосновый бор, березовая роща на берегу живописного лесного озера весной радует цветочным ковром из подснежников и ландышей, вкуснейшим березовым соком, летом - ароматной земляникой и черникой. На Витебщине - в живописном белорусском Поозерье - природа настраивает на позитивный лад и врачует не хуже докторов. Не зря на Лепельщину, где размещается Детский реабилитационно-оздоровительный центр «Жемчужина», больше двадцати лет приезжают мальчишки и девчонки с территорий, пострадавших от аварии на Чернобыльской АЭС. Особый природный микроклимат за двадцать один день настраивает на спокойствие и умиротворение, укрепляет защитные силы организма и заряжает энергией на учебу.

В прошлом году в «экологическом оазисе» набирались сил и впечатлений сто сорок ребят из Калужской и Брянской областей России, Гомельской и Гродненской - Беларуси. Директор центра «Жемчужина» Наталья Калинина рассказала, что с 2004 года по союзным путевкам в центре побывали около пяти тысяч детей из разных уголков Беларуси и России:

- У нас создана необходимая база и условия для комплексной реабилитации детей из регионов, наиболее пострадавших от аварии на ЧАЭС,

Где еще набираться сил,  
как не плескаясь в воде.



Антон СТЕПАНЧИШЕВИЧ/ИД «Беларусь сегодня»

## ЖЕМЧУЖИНА ПООЗЕРЬЯ

мы включены в соответствующую союзную программу. Участие в ней - особая гордость, стимул для дальнейшего развития.

### СОТНЯ ПРОЦЕДУР В АРСЕНАЛЕ

Сразу после приезда - углубленное медобследование. Высококвалифицированные врачи подбирают каждому ребенку индивидуальную программу. Отдыху и оздоровлению в современных корпусах под присмотром профессионалов позавидуют даже взрослые.

Медики делятся наблюдениями: у мальчишек и девчонок сегодня выявляется дефицит витамина Д. Его нехватка в период бурного роста может привести к нарушениям костно-мышечной и эндокринной систем. Поэтому здесь разработали особую схему его применения.

Гордость здравницы - соляная пещера, где создан уникальный «противопростудный» микроклимат. Ребята, уютно расположившись в шезлонгах, с каждым вздохом укрепляют иммунитет. Галотерапия - то, что доктор прописал при бронхиальной астме, аллергических ринитах, бронхитах, простуде.

Улучшить качество сна, укрепить иммунную систему, прогнать вирусы, простуду и другие хвори поможет светолечение или фототерапия - использование светового излучения (видимого, инфракрасного, ультрафиолетового).

В работе с маленькими пациентами главная задача оздоровительного массажа - не навредить. Поэтому все техники выполняются осторожно и бережно, на уровне комфортных ощущений. В по-

мощь специалистам - специальные лечебные кресла.

Особое удовольствие для малышей - релаксировать в ванне. Для отдыхающих - различные аква-зоны: йодобромные, жемчужные, сухие углекислые, бишофитные. Пользуется популярностью и натуральное оздоровление: фитобар, кислородные коктейли, травяные настои. В арсенале специалистов - больше ста видов реабилитационных и лечебных процедур.

От центра до берега озера Щибот с кристальной водой - рукой подать. Хвори выгоняет и природная минеральная вода из собственных скважин. Применяют здесь и целебное грязелечение, которое дарит противовоспалительный, обезболивающий эффект. В ход идет грязь озера Судобль Минской области.

### ВЕСЕЛЬЕ

## НЕ СОСКУЧИШЬСЯ

■ Досугу здесь уделяют особое внимание.

Чтобы отдых в здравнице не запомнился детям исключительно чередой процедур, каждый день здесь масса увлекательных мероприятий: конкурсы, шоу-программы, флешмобы, мастер-классы, спортивные турниры. В хорошую погоду ребята играют в волейбол, гоняют мяч, разминаются на современном стадионе.

Вечером - дискотеки. Арт-терапия - рисование, лепка, пение, танцы. Аншлаг и на кружке по робототехнике, где дети учатся логически мыслить, создавать собственные проекты и находить нестандартные решения.

- Для нас важно, чтобы каждый день прошел с пользой и запомнился ребятам надолго, - отмечает Наталья Калинина.

В «Жемчужине» уверены: самое главное - придерживаться баланса. Поэтому филофония от уроков в сентябре не получится - в центре действует школа сразу по двум образовательным программам - белорусской и российской. Так что нагонять одноклассников после смены не придется.

Современные дети чаще держат в руках смартфон, нежели скакалку или гантели. Неудивительно, что заболевания опорно-двигательного аппарата значительно молодеют: остеохондроз, нарушения осанки, плоскостопие. Тут без физнагрузки никуда. «Жемчужный» тренажерный зал не уступает новомодным фитнес-центрам - оборудование подходит для занятий ЛФК, различных тренировок.

## ГОРЯТ ФЛАГИ НА ДЕТСКИХ ЩЕКАХ

■ Амплитуда праздника простирается от рыцарских турниров до хороводов у комбайна.

Каких только сюрпризов не устраивают организаторы! Молодежь пару лет назад водила хороводы и пела песни у настоящего комбайна, который пришел прямиком с ближайшего поля. Под открытым небом на стадионе прошел большой детский праздник с концертом, квестом, спортивными соревнованиями, городом мастеров. В 2022 году сюрпризом стал рыцарский турнир с перетягиванием каната, стрельбой из лука.

На празднике по юным «жемчужинкам» не понять, откуда они родом, - на щеках нарисованы два флага, в руках символика наших стран. Ребята с гордостью рассказывают, такое Союзное государство, гордятся нашей историей, бережно относятся к традициям, признаются, что нашли новых друзей. В гости приезжают союзные парламентарии, представители Постакома СГ, районной власти.

### ДЕНЬ СГ

Особое внимание - патриотическому воспитанию. Причем без казенщины и занудных лекций. Так, для ребят проводят экскурсию в Ушачском музее народной славы, у мемориального комплекса «Прорыв» под открытым небом оборудуют партизанский привал. Участие в патриотических акциях, творческих конкурсах, знакомство с культурно-историческим наследием белорусской земли становятся яркими страницами отдыха, дарят незабываемые впечатления и воспоминания, создавая завет от попыток фальсификации героического прошлого.

В прошлом году День Союзного государства приурочили к 80-летию Великой Победы. Программа включала тематические мероприятия, торжественную линейку, посадку деревьев на Аллее Памяти и Дружбы, диалоговую площадку, квест, эстафету, концерт. Пришлась по душе мальчишкам и девочкам акция «Письмо в будущее». В посланиях ребята делились смелыми планами, мечтами и задумками. Письма спрятали в капсулу памяти, которую символично вскроют в сентябре 2045 года.



Антон СТЕПАНЧИШЕВИЧ/ИД «Беларусь сегодня»

Ребята ждут  
праздника и готовятся  
к нему.