



ВЕСТНИК

Печатное средство массовой информации
Думы Сладковского сельского поселения и Администрации Сладковского сельского поселения.
Распространяется бесплатно.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Как ты проживаешь каждый свой день — так проходит и вся твоя жизнь. Как легко поддаться мысли о том, что один день ничего не решает, поскольку впереди у нас еще много подобных дней.

Но замечательная жизнь — это не что иное, как последовательность замечательных, прекрасно прожитых дней, идущих чередой, подобно нанизанным на нить жемчужинам в прекрасном ожерелье. Каждый день по-своему ценен. Прошлое остается позади, а будущее — всего лишь плод воображения, поэтому сегодняшний день — это все, чем ты владеешь. Так распорядись этим днем мудро.

ЕСЛИ КОМУ ТО И СЛЕДУЕТ ИЗМЕНИТЬСЯ, ТО В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ **ВАМ**

Представьте такую картину: пациент приходит к врачу и жалуется на боль. А доктор ему отвечает: «Хорошо, я все понял. Знаете, что я сделаю? Я выпишу лекарства вашему соседу». «Благодарю вас, — радуется больной, — как раз это меня и вылечит».

Абсурд? Но мы все ведем себя именно так. Спящему всегда кажется, что его жизнь значительно облегчится, если окружающие изменятся в ту или иную сторону.

Вы страдаете только потому, что спите; и все же вы думаете: «Как было бы здорово, если бы вот

тот человек стал другим, если бы мой сосед, начальник, жена вдруг изменились».

Нам хочется, чтобы люди вокруг нас изменились, — вот тогда, мол, у нас все наладится.

Но думали ли вы о том, какую пользу принесли бы вам перемены в характере мужа или жены?

Вы-то останетесь таким же ранимым, как раньше, — и таким же идиотом; вы продолжаете спать.

Если кому-то и следует измениться, то в первую очередь вам. И лечиться нужно тоже вам.

Со мной все хорошо, потому что с миром все в порядке, — утверждаете вы.

Ошибаетесь! С миром все в порядке, потому что все хорошо со мной. Так говорят посвященные.

Энтони де Мелло «Осознание»





В Сладковском ДК состоялся теннисный турнир, посвященный **Дню физкультурника**.

За столом разыгрались нешуточные страсти. Энтузиазм и воля к победе сделали соревнования увлекательными.

Каждый из участников имел возможность продемонстрировать свою увлечённость, мастерство и спортивный опыт.

Можно быть уверенным, что такие мероприятия не только несут заряд бодрости и отличного настроения, но и прочно внедряет в сознание мысль о пользе и необходимости заниматься спортом и вести здоровый образ жизни.

