



Жить здорово!

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Необходима постоянная образовательная и воспитательная деятельность библиотеки по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

В рамках районной акции «Молодежь за здоровый образ жизни» в Верхнекляшевской сельской библиотеке централизованной библиотечной системы Ибресинского района прошел день здоровья «Жить здорово!». В течение дня молодые люди знакомились с выставкой книг, газет и журналов «Стиль жизни - здоровье», которая рассказывает о важнейших элементах здорового образа жизни, как закаливание, занятия спортом, правильное питание. Здесь подростки нашли множество советов о том, как сохранить физическое и психологическое здоровье, избавиться от вредных и многих других привычек. Ребята составляли пословицы, отгадывали ребусы, выбирали правильные ответы, решали задачи по норме питания, отвечали на вопросы блиц опроса. Молодые люди получили информационные закладки с советами о здоровом образе жизни.