

День здоровья в библиотеке

7 апреля 1948 года была основана Всемирная организация здравоохранения. Поэтому именно в этот день во всем мире ежегодно празднуют Всемирный день здоровья. Здоровье — это одна из важнейших жизненных ценностей человека, залог его благополучия и долголетия.

В преддверии Всемирного дня здоровья в городском филиале Андреапольской ЦБС прошло мероприятие «День здоровья в библиотеке», посвящённое здоровому образу жизни для всех категорий читателей. На один

день библиотека преобразилась в медицинский кабинет. В этот день, придя в библиотеку, читатели смогли посетить «массажный кабинет», где опытный массажист проводил сеанс общеукрепляющего массажа. Желающие могли проверить артериальное давление, познакомиться с книжной выставкой «К здоровью с книгой», где представлены книги и журналы на медицинскую тему, полезные советы о народной медицине и лечебных травах. Интересно было наблюдать: пока папа проходил сеанс массажа ног на электромассажере, сын играл с ним в шашки, а пожилые читатели успевали прочитать свежую прессу во время массажа.

С целью привлечения внимания общественности к вопросам сохранения и ук-

репления здоровья городской филиал провел уличную акцию, распространяя среди детей и взрослых буклеты и памятки по ведению здорового образа. В памятках для взрослых были даны рекомендации по контролю основных показателей здоровья — «7 правил ЗОЖ». Родители получили памятки по формированию здорового образа жизни у детей. Вот некоторые из них: правильное питание, закаливание, прогулки на свежем воздухе, здоровый сон, разумное чередование физической на-



грузки и отдыха являются залогом хорошего самочувствия.

Каждый участник мероприятия получал заряд бодрости, хорошее настроение и позитив на весь день.

Благодарные читатели рекомендовали библиотекарям проводить День здоровья ежедневно. Посещение читателей и книговыдача в день здоровья увеличились в разы!