



7 апреля в Секторе по работе с молодежью Смоленской областной библиотеки для детей и молодежи имени И. С. Соколова-Микитова прошла квилт-акция «Код здоровья – ЗОЖ», приуроченная к Всемирному дню здоровья. Цель данного мероприятия – популяризация здорового образа жизни.

Участникам акции было предложено ответить на вопрос, что значит для них понятие «здоровый образ жизни». Ребята писали свои ответы на разноцветных стикерах и прикрепляли на стенд. Каждый смог высказать свое мнение о составляющих здорового образа жизни. Самое простое определение ЗОЖ – это всё то, что благотворно влияет на здоровье. Подростки отметили, что для того, чтобы быть здоровым, надо закаляться, заниматься спортом, правильно питаться, не курить, позитивно мыслить. В общем, на этой импровизированной информативной стене было размещено много полезных советов обо всём, что касается здоровья человека.

К мероприятию была оформлена книжная выставка «Планета здоровье», библиотекарь провела беседу «Учиться быть здоровыми», во время которой обратила внимание на то, что здоровье – это бесценное богатство и главное условие полноценной счастливой

жизни. И каждый человек должен понимать, что его здоровье, в первую очередь, зависит от него самого.





