



Новому веку – здоровое поколение!

Сегодня в Центральной библиотеке, в рамках Недели здорового образа жизни «Новому веку – здоровое поколение», был организован психологический тренинг «Я - не зависим!» для 10 «м» класса МБОУ «Ибресинская СОШ №1» (классный руководитель Зоя Николаевна Федькова).

Тренинг провела психолог Марина Владимировна Петрова. В её «арсенале» было много психологических игр, которые помогли старшеклассникам почувствовать себя свободными и открытыми.

Результаты тренинга показали, что класс оказался дружным, одноклассники всегда готовы прийти на помощь, оказать поддержку. В самом тренинге «Я не зависим!» школьники учились говорить «нет» вредным привычкам и соблазнам. А также практиковали умения убеждать друзей в пользу здорового образа жизни и отказа от вредных привычек.

Ведущие библиотекари отдела обслуживания Галина Степанова и Ольга Прохорова дали старт квилт-акции «Мы выбираем здоровье!», которая будет длиться всю неделю.

Десятиклассникам было предложено также оформить плакат, на котором надо было изобразить или написать что-либо, связанное с темой здорового образа жизни.

Тренинг и квилт-акция не оставили участников равнодушными и, по единодушному мнению, настроили на ведение здорового образа жизни.