

Сто советов для здоровья

14 февраля в Центральной библиотеке прошло очередное занятие в клубе «Надежда» (члены Ибресинской группы организации Всероссийского общества слепых) в форме аукциона знаний под названием «Сто советов для вашего здоровья».

Форма аукциона знаний была выбрана не случайно. Каждый участник должен был подготовить советы и рецепты для здоровья и поделиться с другими участниками. За оригинальные и полезные советы были вручены призы.
Галина Паймулкина научила всех делать зарядку для глаз и поведала о положительном психологическом настрое и любви к себе и к другим. Галина Мясникова рассказала о правилах ухода за телом для молодости и красоты. Все участники охотно делились друг с другом полезными знаниями. Затем они все, по заданному сценарию, разыграли мини-спектакль «Как принц невесту искал».
Ведущий библиотекарь отдела обслуживания Ольга Прохорова провела обзор выставки «Берегите здоровье». По этой теме в Центральной библиотеке выписываются периодические издания: «Будь здоров», «Здоровье», «Вестник ЗОЖ», «Физкультура и спорт», а также можно почитать рубрики в журналах «Лиза», «Всё для женщин», «Работница», «Сельская новь» и статьи в газетах. Более подробно библиотекарь представила подборку статей о здоровье глаз.