

К здоровью через книгу

В рамках районной акции «Молодежь за здоровый образ жизни» в Центральной библиотеке ЦБС Ибресинского района действует уголок здоровья «От А до Я здоровой жизни».

Народная мудрость гласит: «В здоровом теле здоровый дух!». Для того чтобы вести активную жизнь, воплощать мечты в жизнь и добиться поставленных в жизни целей необходимо хорошее здоровье. Цель выставки - заинтересовать читателей литературой о здоровом образе жизни.

На полках выставки читатель может найти информацию в книгах и статьях из журналов о том, как нужно заботиться о своем здоровье, чтобы не болеть, быть крепкими и здоровыми, как сберечь зрение, о правильном питании, о вредных привычках и рекомендации по их профилактике. Также здесь представлены книги о различных видах спорта и известных спортсменах. Уголок здоровья будет действовать до 30 апреля на абонементе библиотеки.