

КЛУБ «ЗДОРОВЬЕ»

Когда человек здоров физически и духовно, ему хочется творить, жить полной жизнью, любить родных и близких, замечать всю необыкновенную красоту окружающей природы. Основываясь на данных постулатах, сотрудники Центральной городской библиотеки и создали в 2003 г. клуб «Здоровье».

В клубе можно встретиться со специалистами из различных областей медицины, задать вопросы и получить профессиональные советы на интересующие темы, познакомиться с популярной медицинской литературой.

Цель работы клуба – Профилактика здорового образа жизни.

Задачи:

1. Ознакомление с основами профилактики и лечения болезней;
2. Встречи со специалистами в области медицины;
3. Профилактика здорового образа жизни;
4. Знакомство с научно-популярной литературой по медицине,

имеющейся в библиотеке.

Кроме того, пожилые люди здесь познакомятся с такими новыми тенденциями в профилактике здорового образа жизни, как библиотерапия, арт-терапия, ароматерапия и многими другими инновационными методами.

Сроки реализации программы: с января по декабрь 2024 года.
Программа ежегодная.

Место реализации программы: абонемент Центральной городской библиотеки.

Ожидаемый конечный результат программы:

Популяризация здорового образа жизни;

- Повышение информационной культуры и досуга людей старшего поколения.

План мероприятий:

| Сроки проведения | Название: форма мероприятия | Ответств. |
|-------------------------|---|------------------|
| Январь | Вечер встречи с врачом. «Поведать хочу, как хвори лечу» | Бадртдинова А.Ф. |
| Февраль | Встреча с врачом по ЛФК Курехиной А.П. «Спорт-здоровье – красота в моей жизни» | Бадртдинова А.Ф. |
| Март | Встреча с врачом клиники «Танар» Зотовым А. Н. «100 советов на здоровье» | Бадртдинова А.Ф. |
| Апрель | Встреча с врачом травником Гаджимахмедовой Л. Б. «Родного края корни и листва» | Бадртдинова А.Ф. |
| Сентябрь | Мастер-класс по изготовлению поделок из природных материалов «Ягодки, цветочки, жучки и паучки» | Бадртдинова А.Ф. |
| Октябрь | Час здоровья «В минералах и металлах пользы спрятано не мало» | Бадртдинова А.Ф. |
| Ноябрь | Встреча с диетологом «От пищи полезной не будет болезней» | Бадртдинова А.Ф. |

Добро пожаловать!

Наш адрес:

**МБУ «ЦБС»
Центральная городская библиотека,
Абонемент для взрослых**

**г. Набережные Челны,
бульвар Ямашева, 4/14а**

**тел. для справок:
+7(8552) 70-02-26**



Центральная городская библиотека



18+

**ПРОГРАММА
КЛУБА
«ЗДОРОВЬЕ»**

**Яр Чаллы
Набережные Челны
2024 год**