

КЛУБ «ЗДОРОВЬЕ»

Когда человек здоров и 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 знакомятся 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 2025 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
Январь	Информационный час «Свидание с талантом»
Февраль	Фитнес-час «Профилактика старения - в бесконечности движения»
Март	Литературно-музыкальная композиция «Поэзия – лекарство для души»
Апрель	Встреча со специалистом «Тайны целебных трав»
Сентябрь	Вечер хорошего настроения «Чтобы осень была золотой»
Октябрь	Встреча за самоваром «Интересные судьбы»
Ноябрь	Час полезных советов «Стиль жизни-здоровье»

Добро пожаловать!

