

## Быть здоровым, значит быть счастливым *актуальный разговор*

С 11 по 22 ноября проводится второй этап Всероссийской антинаркотической акции «Сообща, где торгуют смертью!».

14 ноября в рамках молодежного дискуссионного клуба «Диалог» состоялся актуальный разговор «Быть здоровым, значит быть счастливым».



Библиотекарь отдела обслуживания Межпоселенческой центральной



библиотеки им. А.Н. Апухтина Ларина Тамара Александровна напомнила учащимся школы № 2 о правильном питании и занятиях спортом, как закаляться,

хорошо трудиться и умело отдыхать. Обсудила с ребятами, что такое здоровье и что они могут сделать для его укрепления.

Во время мероприятия учащиеся вспомнили пословицы и поговорки о здоровье. А также поговорили о вредных привычках, которые мешают людям вести здоровый образ жизни, о пагубном воздействии табакокурения, алкоголя и наркотиков, о значимости физических упражнений и положительных

эмоций. Дети с удовольствием отвечали на вопросы теста «Любите ли вы смеяться» и выяснили, что с чувством юмора у них все в порядке.



В завершении мероприятия ребята пришли к выводу, что красота и здоровье зависят только от нас самих, поэтому всем необходимо вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, следить за своим питанием, а главное, почаще улыбаться и радоваться жизни.