

## Быть здоровым, значит быть счастливым актуальный разговор

С 15 по 26 марта проводится первый этап Всероссийской антинаркотической акции «Сообща, где торгуют смертью!».

17 марта в Межпоселенческой центральной библиотеке им. А.Н. Апухтина состоялся актуальный разговор «Быть здоровым, значит быть счастливым». С учащимися школы-



интерната для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья была проведена интересная беседа о здоровом образе жизни, которая помогла присутствующим самостоятельно прийти к выводу, что способствует

здоровью, а что приносит вред.

Библиотекарь Ларина Тамара Александровна вместе с подростками составили «формулу здоровья», которая состоит из минусов (стресс, негативные мысли и вредные привычки) и плюсов (хорошее настроение, физкультура, закаливание, активный образ жизни и т.д.).



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.

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, почаще улыбаться и радоваться жизни.

