

З нагоди Всесвітнього дня здоров'я бібліотека № 1 провела для читачів спортивний майданчик «Здоров'я для всіх!».



Здоров'я – життєва енергія, натхнення і задоволення від насиченого подіями життя. Це здатність ставити цілі й досягати їх, максимально реалізовувати свій потенціал.

Бібліотекарка розповіла про складові здоров'я, заняття спортом та фізичною культурою, користь, яку вони приносять здоров'ю людини. Учасники заходу обмінювались досвідом, розповідали, яким спортом займаються і, як важливо бути здоровим. Практично виконали комплекс рекомендованих спортивних вправ і відчули бадьорість, енергію, настрій.

Піклуватися про своє здоров'я – це актуально, модно і престижно!