

В «Салоне общения» при Дивинском филиале библиотекари провели час здоровья для пользователей с ограниченными возможностями и пожилого возраста «Сохраним здоровье в зрелом возрасте».

Вниманию присутствующих представлен обзор литературы «Здоровым будешь – всё добудешь». Проверить своё знание лекарственных растений гости смогли, участвуя в викторине «Растения – помощники здоровья».

Перед собравшимися выступила врач-терапевт Дивинской участковой больницы Наталья Скибук с темой «Здоровый образ жизни – альтернативы нет». Она рассказала о том, как сохранить сердце в условиях стресса, нагрузок, плохой экологии и неправильного питания, как помочь себе и близким людям вести здоровый образ жизни. Была представлена литература с советами по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний. Закончилось мероприятие дегустацией травяных чаёв.











