

## День Информации «Мы за ЗОЖ»

20 марта 2019 года в библиотеке им. А.Н. Толстого прошел День информации «Мы за здоровый образ жизни» (142 чел.), цель которого - познакомить читателей с литературой, меняющей представление о питании и образе жизни.

Как бороться с ленью, перееданием, плохим настроением? Ответом на эти вопросы стала выставка-призыв «Берегите здоровье!» с подборкой книг и статей из журналов «Будь здоров», «Здоровье», «Крестьянка», «Спортивная жизнь России», «Физкультура и спорт».

Особенно интересовали читателей упражнения для глаз (подготовлены флаеры с комплексом упражнений для повышения остроты зрения), книги по йоге, статьи о правильном дыхании.

В дополнение к выставке выпущен рекомендательный список литературы «Будьте здоровы!».

Итогом бесед о ЗОЖ стало хорошее настроение читателей и пользователей библиотечными услугами, что наглядно видно из проведенного смайл-опроса «Мое настроение», в котором приняли участие 19 человек.

