

Формирование здорового образа жизни

Мохсоглохской библиотекой в марте месяце проведен в ЦСО час здоровья с беседой о правильном питании, обзором выставки и физкультминуткой. Оформлена выставка «Правила здоровой старости: как стать долгожителем».

В Бестяхской библиотеке была организована следующая работа: Полезный час «Стань сильным и здоровым», «Вредным привычкам -бой», проведено ежегодное соревнование «Подлёдная рыбалка-2025» с викториной «Всё о рыбе».-охв.13. 22 ноября МБУК КСК «Олимп» состоялся праздник спорта, здоровья и дружеского общения. В соревновании приняли участие ветераны труда. Программа состязаний объединила в себе такие виды спорта, как настольный теннис и дартс, а также исконно-якутские национальные игры – хабылык, хаамыска. Оформили книжную выставку «Мы выбираем ЗОЖ» с обзором-охв.12.-22.11.25.

В Чкаловской библиотеке проведена для молодежи Слайд-лекция и обсуждение “Смертельное удовольствие”.

Булунняхтахская библиотека 26 февраля в оздоровительном лагере «Утум» провела день здоровья. Рассказали о лекарственных травах, растущих в Якутии. С апреля по октябрь месяц клуб северной ходьбы Эрчим, в Парке культуры и отдыха проводит утреннюю зарядку на уличных тренажерах.

В Улахан-Анской библиотеке 8 октября для людей старшего поколения провели беседу «Активное долголетие». Врач Пахомова Маргарита Евстафьевна рассказала, как продлить социальную и общественную активность людей старшего поколения.

В Качикатской библиотеке проведено обзор книжной выставки «Забота о здоровье - лучшее лекарство».

В Иситской библиотеке проведен час полезной информации «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», выставка «100 советов на здоровье».

В Едяйской библиотеке проведены открытый просмотр книжной выставки «Женское счастье, как признак здоровья», который позволил посетителям ознакомиться с литературой, раскрывающей различные аспекты физической активности, правильного питания, психологического комфорта и профилактики заболеваний. Выставка «Активное долголетие» привлекла внимание старшего поколения, предложив практические рекомендации по продлению молодости и улучшению самочувствия. Мастер-класс «Радость активного долголетия» предоставил возможности непосредственного освоения техник оздоровления и физических упражнений.

В 1 Жемконской библиотеке в рамках месячника Психологического здоровья проведена беседа «Курить – здоровью вредить», лекции «Эмтээх оттор», Сизэр-майгы, Сизэр-туом, беседа о лекарственных травах, лекция в период осенних простудных заболеваний.

29 марта 2025 года в *Чапаевской библиотеке* прошел мастер-класс по йоге, который провел заслуженный работник РС (Я), ветеран спорта Якутии и пропагандист здорового образа жизни Дмитрий Николаевич Горохов. Мероприятие было организовано при поддержке общественной организации "Дьэирэй", которая активно участвует в продвижении здорового образа жизни среди жителей села Чапаево.

В Хоточунской библиотеке 21 февраля прошла игра «Дартс» и организация соревнования среди жителей микрорайонов села. 28 ноября в мероприятии «Баай Байанай» проведена ТОК-игра для участников соревнований и была организована выставка журналов, материалов об охоте.

В Улах-Анской библиотеке в целях профилактики злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту в библиотеке оформлена книжная выставка: «Молодёжь и книга против наркотиков», «Поговорим подросток».