

Всемирный день здоровья – в библиотеке!

Он отмечается ежегодно 7 апреля в день создания Всемирной организации здравоохранения. Это отличный повод для сплочения и объединения всего человечества с целью привлечения внимания людей к здоровому образу жизни.

Здоровье – это бесценное богатство каждого человека. Крепкий иммунитет, активный и здоровый образ жизни, режим труда и отдыха, правильное питание, гигиена, закаливание и т.д. – это все составляющие нашего здоровья. О факторах, влияющих на наше здоровье и его поддержку, вы можете узнать, ознакомившись с книжной выставкой в читальном зале: «Ұрпақ денсаулығы- ұлттың саулығы». За основу выставки взяты слова: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу». Справочники по медицине, литература о том, как оставаться бодрым весь день, как помочь своему организму, о долголетию и как не поддаваться старости, будут интересны и тем, кто считает себя здоровым, книги по народной медицине познакомят вас с простыми советами народных целителей, которые помогут вашему организму. Пусть книги, предложенные вашему вниманию, помогут вам узнать, как стать здоровым, а возможно и победить вредные привычки. Но все-таки помните о том, что при серьезных заболеваниях нужно обратиться к врачу, который назначит вам лечение. Мы желаем вам здоровья, а значит счастья, радости и удачи. Будьте здоровы! Ждем вас в нашей библиотеке, и пусть книга всегда остается для вас другом.



