

{jumi [*47]}В рамках проекту соціальної адаптації підлітків з девіантною поведінкою “Кульбаба і К0”, який реалізується Миколаївською обласною бібліотекою для юнацтва і Миколаївським обласним благодійним фондом “Індиго” з 2007 року, 19 вересня у Миколаївській школі соціальної реабілітації проведено діалог-роздум “Здоров'я як життєвий пріоритет” за участю представників соціальних партнерів — обласних організацій Червоного Хреста і Національної спілки письменників України.

До гармонії душі і тіла закликала школярів миколаївська письменниця Марущак В. І. Вона наголосила, що здоров'я — це природна, абсолютна життєва цінність, яка займає верхню ступінь в ієрархічній градації цінностей, а також у системі таких категорій людського буття, як інтереси, ідеали, гармонія, краса, зміст і щастя життя, творча праця. Здоров'я людини залежить від багатьох факторів — як природних, так і соціально обумовлених. На прикладі своїх оповідань Віра Іванівна намагалася донести до хлопців таку, здавалось би, просту істину, що здоровий спосіб життя — один з критеріїв суспільного прогресу, це —“обличчя” людини. Здоровий спосіб життя поєднує усе, що сприяє виконанню людиною професійних, суспільних і побутових функцій.

Представник Обласної організації Червоного Хреста Кулакова Н. В. розповіла присутнім, що здоров'я людини — це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних недоліків. Здоровою може вважатися людина, яка відрізняється гармонійним фізичним і розумовим розвитком і добре адаптована до навколишнього середовища. Наталія Василівна зазначила, що здоровий спосіб життя включає такі основні компоненти: дотримання правил особистої гігієни (раціональний добовий режим, загартування організму, догляд за тілом, використання раціонального одягу і взуття); раціонально збалансоване харчування; оптимальний рухомий режим (регулярна рухова активність середньої інтенсивності); відсутність шкідливих звичок; медичний контроль (профілактичні огляди). Особливу увагу звернула на руйнівний вплив шкідливих звичок на організм, особливо юний.

На завершення заходу бібліотекар Анайко З. П. запропонувала огляд літератури “Здоров'я молоді — здоров'я нації”, а Кулакова Н. В. пригостила учнів школи солодощами.