



Книжная выставка

12+

«Друзи со спортом и книгой»

к Всемирному дню охраны здоровья

Всемирный день здоровья отмечается ежегодно 7 апреля, в день создания Всемирной организации здравоохранения. Здоровье является самым дорогим и ценным богатством человека. Правильное питание, занятие спортом и отсутствие вредных привычек, позволяет человеку быть всегда молодым и бодрым.

В Красноярском отделе МБУК ЦР «ЦМБ» оформлена книжная выставка «Друзи со спортом и книгой», в экспозицию которой вошли книги о здоровом питании, пользе движения и комплексах оздоровительных упражнений, массажах как средстве профилактики заболеваний, о том, как противостоять стрессам и секретах долголетия, бережном отношении к собственному здоровью.