

Молодежь в формате ЗОЖ

*Бабенко Татьяна Евгеньевна,
руководитель Публичного центра правовой информации
МБУК «Централизованная библиотечная система
городского округа город Кулебаки»*

Важным направлением работы Центральной библиотеки ЦБС городского округа г. Кулебаки является популяризация здорового образа жизни, профилактика асоциальных явлений среди подростков и молодежи. Эта работа проводится в рамках проекта «Молодежь в формате ЗОЖ» в координации с социальными партнерами: Комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации городского округа, правоохранительными органами, учреждениями образования и здравоохранения.

Проект включает три направления: просветительское, информационное и досуговое. Просветительское направление реализуется через беседы, уроки, часы откровенного разговора. Информационное – выпуск печатной продукции, проведение профилактических акций, досуговое – организацию работы подросткового клуба выходного дня «Новое поколение».

Важным моментом в просветительской работе является участие специалистов, которые помогают молодым людям разрешать сложные ситуации, дают квалифицированные советы и отвечают на волнующие вопросы. Для студентов I курса Кулебакского металлургического колледжа (КМК) были организованы профилактический тренинг «НаркоСТОП» и беседа ко Дню борьбы с наркоманией «Дается жизнь один лишь раз» с участием психиатра-нарколога А.М. Лачина. В День информации «Помоги себе остаться здоровым» была организована встреча старшеклассников школы № 8 с врачом Кулебакского противотуберкулезного диспансера Л.В. Ведяшевой.

Среди подростков особой популярностью пользуются игровые формы проведения мероприятий, предполагающие непосредственное их участие (брейн-ринги, квесты, психологические тренинги). В квесте «Подросток. Здоровье. Будущее» приняли участие старшеклассники школы № 10. Каждую команду ждали 8 станций, на которых им необходимы были не только спортивная подготовка, но и знания в области литературы. На нескольких этапах игры ребята выполняли творческие задания: рисовали плакаты, призывающие к здоровому образу жизни, составляли обращение-призыв к своим ровесникам. На «витаминных станциях» составляли пирамиду здорового питания, сопоставляли продукты, которые полезны определенному органу человека. Заключительный этап – «создание здорового человека».

Брейн-ринг «Зона риска» проведен для воспитанников Центра социальной помощи семье и детям г. Кулебаки. Цель мероприятия – не запугать подростков, а помочь осознать, что главное в жизни не наркотики, а семья, дружба, любовь близких, интересные увлечения. Принимая участие в командной игре, участники отвечали на вопрос – «Что такое ЗОЖ?», рассуждали о причинах пагубных привычек, обсуждали, как можно отговорить друга от вредных привычек и искали правильные решения в игре «Верно – неверно».

Окунуться в мир спорта и полезного времяпровождения ребятам помог квест «Вместе все преодолеем!». На пяти станциях: «Город Айболита», «Город писателей-спортсменов», «Город олимпийских игр», «Город здоровья», «Город поэтов», участники собирали пирамиду здорового питания, вспоминали в каких продуктах содержатся те или иные витамины, рисовали агитплакаты, читали стихи, посвященные здоровому образу жизни. Участники квеста, выполняя конкурсное задание «История здорового человека», увлеченно сочиняли рассказ о человеке, который ведет здоровый образ жизни; спортивную подготовку – проявили на «олимпийской» станции. Спонсорскую помощь в приобретении призов для всех участников оказал магазин Alex Shop.

В преддверии Дня здоровья, был проведен квест «Актив. Здоровье. Позитив». Каждую команду ждали девять станций с практическими и интеллектуальными заданиями. Станция «Спортивные знаменитости» для команд оказалась нетрудной. Ребята с легкостью назвали знаменитых спортсменов и вид спорта, которым они занимаются. Станция «Селфи – ЗОЖ» понравилась любителям фотографироваться. Знатоки шахмат показали свое умение на станции «Игра разума». С помощью ходов шахматных фигур команда отгадывала зашифрованное слово, связанное со здоровым образом жизни. Были включены и правовые вопросы. На станции «Ответственность за вредную привычку» участники искали информацию о размере штрафа за вредные привычки. На станции «Составим образ жизни» участники собирали главные составляющие ЗОЖ, показав свое видение и объясняя свой выбор. Отличную командную работу участники показали на станции «Знак отказа». С помощью 1 фломастера, 6 ленточек и 4 игроков каждая команда создавала свой знак отказа от вредных привычек.

Используется в работе и такая форма, как Дни профилактики вредных привычек. В КМК познавательно и интересно прошел День трезвости «Трезвость – стильно, модно, молодежно!», в котором принял участие протоиерей Кулебакского благочиния о. Евгений. Очень увлекательным для молодежи стало знакомство с книгой В. Мединского «Мифы о России: О русском пьянстве, лени и жестокости».

День профилактики «Сомнительное удовольствие. Мы против!» был посвящен Всемирному дню без табака, который отмечается 31 мая.

Проводилась работа по популяризации здорового образа жизни и вне стен библиотеки: на улицах города, в городском парке, скверах. В городском парке прошли акции: «Обменяй конфету на сигарету», «Спасибо, не курю», «Да – здоровью, да – мечте. Нет – наркотикам, беде!». Международному дню борьбы с наркозависимостью и незаконным оборотом наркотиков была посвящена акция «Дерево независимости». Каждый участник для себя определял, что для него независимость и как сделать так, чтобы жить свободно и не попасть в плен зависимости от чего или кого-либо. Все участники акции получили карманные календари «Здоровые дети – здоровая страна», «Мы за здоровый образ жизни!».

Важной частью проекта стал информационно-правовой десант «Молодежный перекресток», который проводился совместно с сотрудниками Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации городского округа г. Кулебаки. В программу мероприятия вошли: профилактическая игра «Молодежь в формате ЗОЖ», викторина «Здоровье и жизнь», информационный час «О возрасте тревог и ошибок». В них приняли участие – 154 чел. (учащиеся 8 и 9 классов школ населенных пунктов городского округа: Мурзицы, Саваслейка, Велетьма, Шилокша).

К каждому мероприятию ПЦПИ разрабатывает буклеты, закладки, памятки. За период реализации проекта было подготовлено 15 изданий по ЗОЖ. Все они распространяются во время акций и мероприятий среди подростков и молодежи города.

Негативные проявления в подростковой и молодежной среде часто являются последствием избытка свободного времени, поэтому ЦБ старается вовлечь в активный досуг как можно больше подростков и молодежи. В начале 2018 г. в рамках проекта для активных, позитивных и равнодушных подростков начал свою работу клуб «Новое поколение». Подтолкнуло к его созданию увлечение молодежи настольной игрой «Мафия». На основе этой игры руководителем ПЦПИ разработано несколько игр: по произведению Ф.М. Достоевского «Преступление и наказание», «Мафия по-японски», по теме энергосбережения «Дом с умом».

ПЦПИ регулярно делится опытом работы с библиотечным сообществом в социальных сетях, на сайте ЦБС, принимает участие в районных семинарах.

В рамках проекта прошло 28 мероприятий, в которых приняли участие 678 чел. Работа по популяризации здорового образа жизни будет продолжена и в дальнейшем, и

найдет отражение в новом проекте «Здоровое поколение» с подростками, стоящими на учете в Комиссии по делам несовершеннолетних и находящимися в Центре реабилитации.