



Здоровый образ жизни- вклад в долголетие

Модельная центральная библиотека
МБУК «Шатковская ЦБС»

Утверждено приказом
МБУК «ЦМБС»
От 01.12.2020г № 42

«Стиль жизни - ЗДОРОВЬЕ»

*Программа МБУК «ЦМБС» Администрации
Шатковского муниципального района по
профилактике асоциальных привычек
и пропаганде здорового образа жизни
на 2021-2023 гг.*

р.п. Шатки



БИБЛИОТЕКА

Централизованная межпоселенческая
библиотечная система Администрации
Шатковского муниципального района

Михаил
Александрович
Шолохов

ТИХИЙ ДОН

Лев
Николаевич
Толстой

ВОЙНА И МИР

Александр
Сергеевич
Пушкин

ПИКОВАЯ ДАМА













Реклама в сети
интернет-реклама
Виды рекламы: контекстная,
таргетинг, дисплей, видео,
поисковая, нативная,
аудиовизуальная,
баннерная, спонсорская,
прямая рассылка,
информационная, прямая
маркетинговая реклама.



Интеллектуально-развлекательная игра
«Квиз, Плиз! PRO ЗОЖ»



Встреча-знакомство
«Спорт – это жизнь, это стимул, здоровье»



Здоровое будущее России



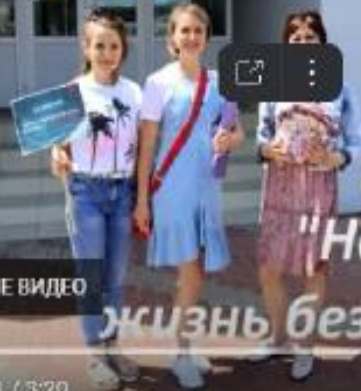
Жить или курить – выбирай сам



акция

Наркотики – жизнь без будущего

МБУК "ЦМБС" Администрации
муниципального района
Квирова...



Районная акция
"Наркотики
жизнь без будущего"

ПОКАЗАТЬ ДРУГИЕ ВИДЕО

0:01 / 3:20



YouTube



Здоровое село – территория трезвости





Урок здоровья «Я никогда не буду курить»

...инного разговора «Курильщик – сам себе могильщик»



Урок здоровья «Пять причин не курить»

*Мероприятия по ЗОЖ
Шатковской центральной библиотеки*









Мир народной культуры

Центральный образовательный центр

29 29





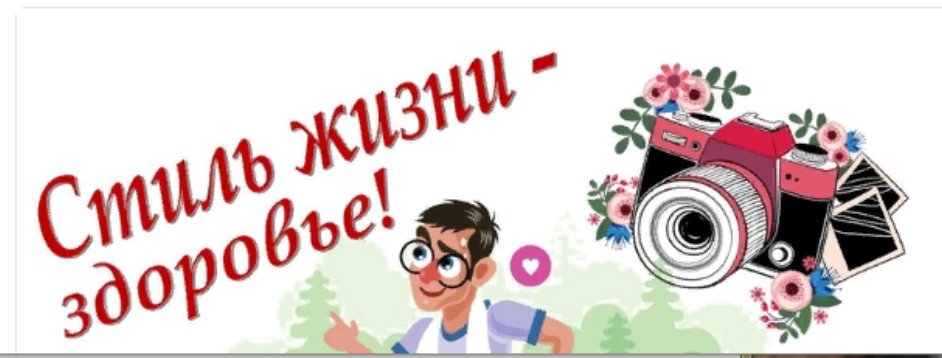


Шатковская модельная библиотека
27 мар в 13:53 · Госорганизация

!! Объявляется Онлайн-КОНКУРС «Стиль жизни – здоровье!» !!

- ✅ Конкурс проводится с 27.03.2023 – 07.04.2023
- ✅ Участники конкурса - лица от 14 до 35 лет включительно
- ✅ Вступить в группу в ВК «Шатковская модельная библиотека»
- ✅ Сделать оригинальную, креативную фотографию, отражающую здоровый образ жизни участника и разместить на стене в своей странице в социальной сети Вконтакте под хештегом [#СтильжизниздоровьеПЦПИШатки](#)

🏆🏆🏆 10 апреля 2023 года будут объявлены два победителя:
🔔 1-участник, собравший наибольшее количество лайков под своей фотографией
🔔 2-участник, по решению Конкурсной комиссии



МБУК «ЦМБС» Администрации Шатковского муниципального района
Центральная библиотека

районная онлайн-эстафета "В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ"

Онлайн-эстафета проводится с целью формирования
навыков здорового образа жизни

с 27 марта 2023 г. по 7 апреля 2023 г.



- выполни любое физическое упражнение
- зафиксируй его видео или фото
- опубликуй на своей странице ВКонтakte
- передай эстафету

Подробности в ПОЛОЖЕНИИ !

2023г.



Шатковская модельная библиотека
27 мар в 14:16



11



#ЗОЖ_ШаткиЦБ



Будьте первым, кто оставит
комментарий к этой фотографии



Написать комментарий...

Фотографии на стене сообщества 354 из 1417

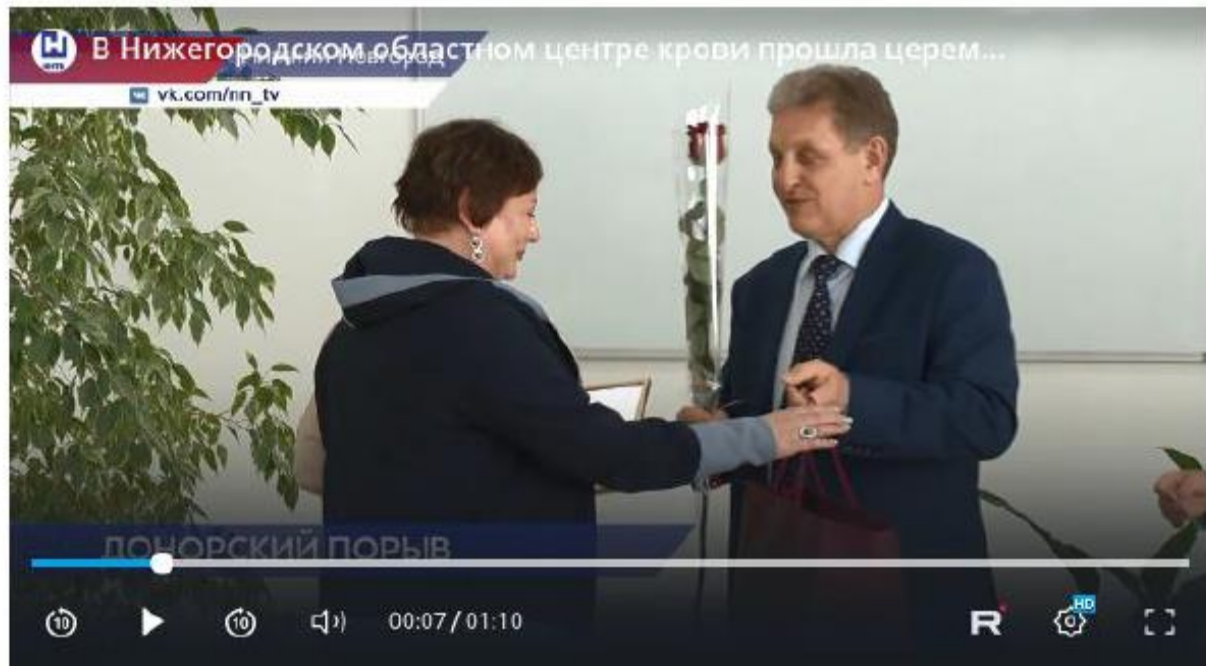
Поделиться · Сохранить к себе · Ещё ▾





В Нижегородском областном центре крови прошла церемония присвоения звания почетный донор

20.04.2023 18:58 — ННТВ (видео)



Они спасают чью-то жизнь. В Национальный день донора в Нижегородском областном центре крови прошла церемония присвоения звания почетный донор.





«Интернет – безопасное пространство»

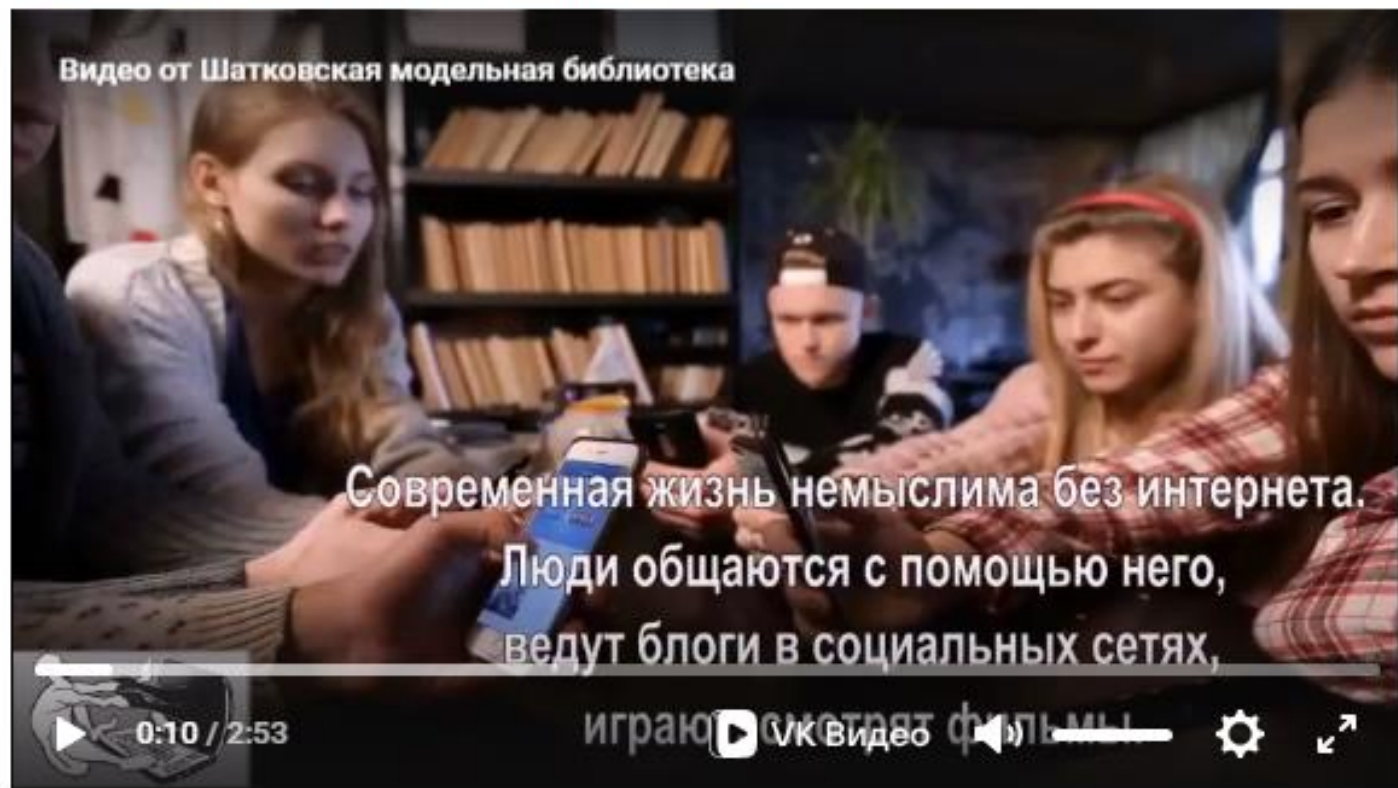
риале

01 февраля 2023



Интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни. Но безопасность в

понять, что вы столкнулись с этой проблемой, как помочь себе и близким и защитить детей? Об этом смотрите далее.



ой:

от

◀ Назад

Вперед ▶



ВАШ РЕБЕНОК
КОМУ
УБЕРЕЧЬ
ОТ НАРКОТИКОВ

no TopInternet
МАРИНА
ДОРИ
Фэйс
фитнес

Игорь
БОРЩЕНКО
СИСТЕМА
«ЖИВАЯ ОСАНКА»
БОЛИТ СПИНА! ЧТО ДЕЛАТЬ

ШАТКОВСКАЯ
МОДЕЛЬНАЯ
БИБЛИОТЕКА

Версия для слабовидящих

Навигатор сайта

- ГЛАВНАЯ
- СТРУКТУРА УЧРЕЖДЕНИЯ
- КОНТАКТЫ
- ОФИЦИАЛЬНЫЕ ДОКУМЕНТЫ
- КОНКУРСЫ, ПРОЕКТЫ
- СПИСОК БИБЛИОТЕК ШАТКОВСКОГО МБУК "ШЦБС"
- РАСПИСАНИЕ РАБОТЫ ОТДЕЛОВ МБУК "ШЦБС"
- ЭЛЕКТРОННЫЙ КАТАЛОГ
- РАЙОННАЯ ГАЗЕТА
- СМИ О НАС
- БИБЛИОТЕКАРЯМ
- ОБЪЯВЛЕНИЯ
- ОТДЕЛЫ БИБЛИОТЕКИ

Последние материалы

Воспитатели Смирновской средней школы.

Подробнее...

ЛЕТНИЕ ЧТЕНИЯ НА ВСЕ НАСТРОЕНИЯ

Подробнее...

Буклет по профилактике суицидального поведения школьников «Выход есть всегда»

Информация о материале

Категория: Право
 Опубликовано: 29 сентября 2022
 Просмотров: 576



Когда б ты жизнь постиг, тогда б из тьмы И смерть открыла бы тебе свои черты. Теперь ты сам в себе, а чужих не знаешь — Что же будешь знать, когда себя покинешь ты? (Омар Хайям)

МБУК «ЦМОС»
 Администрация Шатковского муниципального района
 ПУБЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

Наш адрес:
 607700, р.п. Шатки,
 ул. Центральная, д. 24
 Телефон: 8 (83190) 4 19 85
 Эл. почта: pbsri@bk.ru

График работы:
 Понедельник – четверг 8:00 – 17:00
 Пятница 8:00 – 16:00
 Перерыв на обед 12:00 – 13:00
 Воскресенье 09:00 – 18:00
 Перерыв на обед 13:00 – 14:00

Выход есть всегда

Буклет по профилактике суицидального поведения школьников

Тираж: 95 экз.
 Отп. за выпуск Висолюра Ю.З.

Список литературы:
 1. Зубова А.В. Мифы подростка: как пережить переходный возраст ребенка / А.В. Зубова.—Ростов на Дону: Феникс, 2014.—С. 253.
 2. Тарасов Е. А., Ковалева Н.И., Прикажете себе вникать? Тесты, советы психологов, систематика, примеры, дискуссии.—Москва: Эксмо-МГ, 1996.—С. 288.
 3. Обухова, Д.Ф. Возрастная психология: учебник для вузов.—Москва: Высшее образование: МГППУ, 2009.—С.480.

Источники:
 1. Профилактика суицидального поведения у детей и подростков.—Текст: электронный // Дистанционный административный портал Северо-Запада.—URL: https://aida.ru/siznaya-nastroyeniya/profilaktika-suicidalnogo-povedeniya-u-detei-i-podroskov.pdf
 2. Рубин Хайям, 209. Эл.—Текст: электронный // Станок.ру.—URL: https://ida.ru/2021/01/29/2841

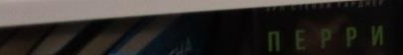
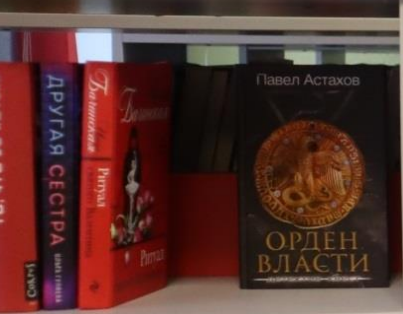
QR код
 Шатковская библиотека.рф

QR код
 КОНТАКТЫ

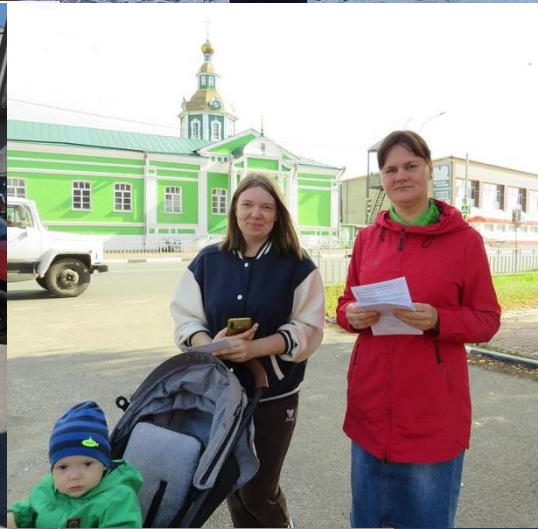


ЭЛЕКТРОННЫЙ КАТАЛОГ











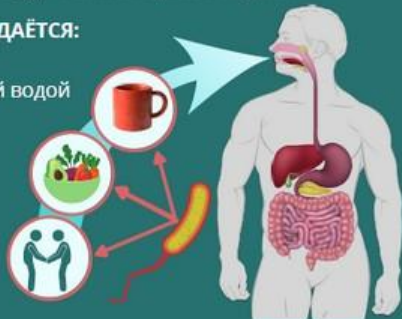
ГБУЗ НО НОЦОЗМП
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

ХОЛЕРА

Холера - опасное инфекционное заболевание с выраженным поражением желудочно-кишечного тракта (диарея, рвота). При отсутствии лечения данное заболевание может за несколько часов привести к смерти. Возбудитель: холерные вибрионы.

ИНФЕКЦИЯ ПЕРЕДАЁТСЯ:

- с сырой водой
- с пищевыми продуктами
- при контакте с больными



ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

С момента заражения до появления первых признаков заболевания может проходить от 2-10 часов до 5 суток.

Для **среднетяжелого течения** холеры характерно острое начало с появлением обильного стула, иногда может предшествовать рвота. Стул становится все более частым от 15-20 раз в сутки, постепенно приобретает вид "рисового отвара". Иногда могут быть умеренные боли в области пупка, дискомфорт, урчание в животе. Вскоре к диарее присоединяется обильная рвота, без тошноты. Нарастает обезвоживание организма. Появляются судороги отдельных групп мышц. Жалобы больных на сухость во рту, жажду, недомогание, слабость.

Тяжелое течение холеры характеризуется выраженной степенью обезвоживания. У больных частый обильный водянистый стул, рвота, выраженные судороги мышц. Больные жалуются на выраженную слабость, неутолимую жажду.

Как преодолеть

внезапное желание закурить?

ГБУЗ НО НОЦОЗМП
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Отказ от курения - это существенная победа над собой!

Модельная центральная библиотека
ПУБЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

"ВЫБОР ЕСТЬ, ОН ЗА ТОБОЙ!"

Информационный буклет по профилактике ВИЧ, Спид

Шатки, 2023

МБУК «ЦМБС» Администрации Шатковского муниципального района
ПУБЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

ПАМЯТКА

"Брось курить и выиграй жизнь!"

Информационный буклет по профилактике ВИЧ, Спид

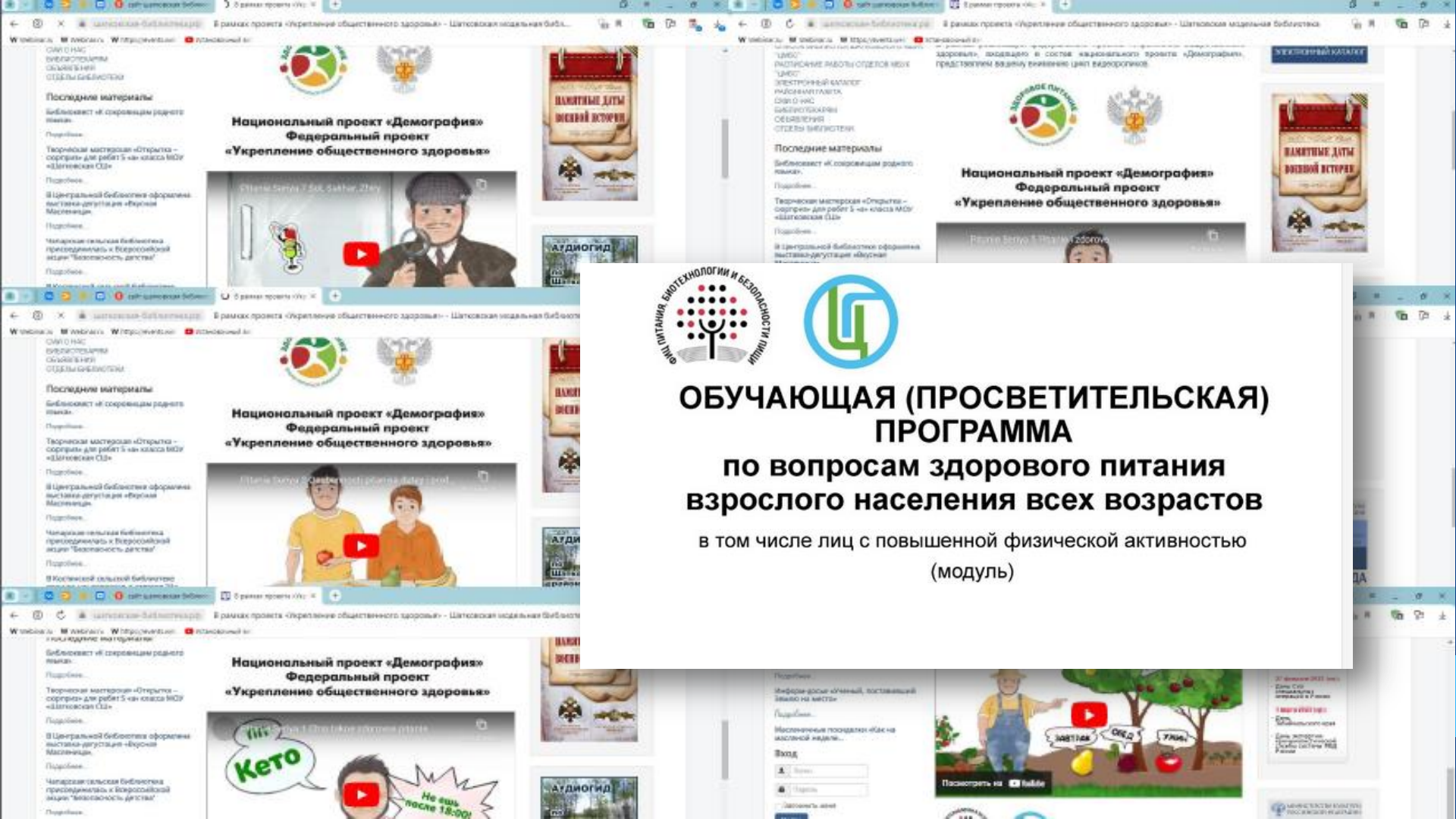
Шатки, 2022

МБУК «ЦМБС» Администрации Шатковского муниципального района
ПУБЛИЧНЫЙ ЦЕНТР ПРАВОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

"Умей сказать НЕТ!"

ПАМЯТКА

Шатки, 2022



ОБУЧАЮЩАЯ (ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ) ПРОГРАММА

по вопросам здорового питания взрослого населения всех возрастов

в том числе лиц с повышенной физической активностью (модуль)

**Национальный проект «Демография»
Федеральный проект
«Укрепление общественного здоровья»**



**Национальный проект «Демография»
Федеральный проект
«Укрепление общественного здоровья»**



**Национальный проект «Демография»
Федеральный проект
«Укрепление общественного здоровья»**



**Национальный проект «Демография»
Федеральный проект
«Укрепление общественного здоровья»**



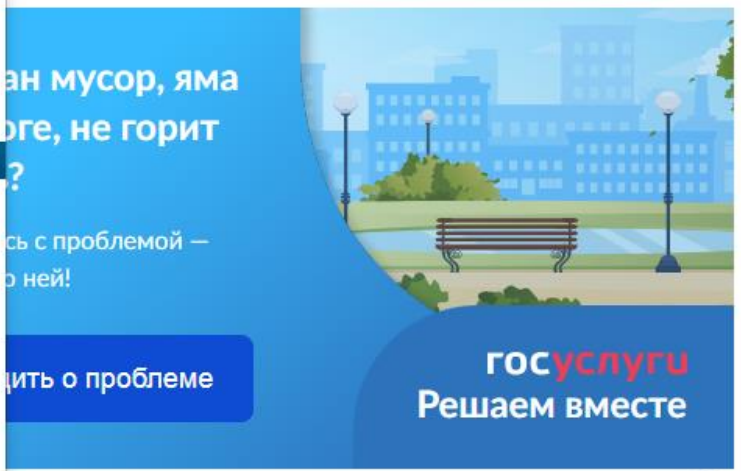


- НАШ КОЛЛЕКТИВ
- НАШИ НАГРАДЫ
- НАШИ СТЕНДЫ
- НАШИ ВЫСТАВКИ
- НАШИ ВИДЕО МАТЕРИАЛЫ
- КАРТА САЙТА
- СВЯЗАТЬСЯ
- ФОРУМ
- БУКТРЕЙЛЕРЫ

- КРАЕВЕДЕНИЕ
- ЦЕНТРАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА
- ЦЕНТРАЛЬНАЯ ДЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА
- СЕЛЬСКИЕ БИБЛИОТЕКИ
- ПУШКИНСКАЯ КАРТА

- Версия д...
- Навигатор са...
- ГЛАВНАЯ
- СТРУКТУРА УЧРЕЖ...
- КОНТАКТЫ
- ОФИЦИАЛЬНЫЕ ДС...
- КОНКУРСЫ, ПРОЕК...
- СПИСОК БИБЛИОТ...
- "ШЦБС"
- РАСПИСАНИЕ РАБ...
- "ШЦБС"
- ЭЛЕКТРОННЫЙ КА...
- РАЙОННАЯ ГАЗЕТА
- СМИ О НАС
- БИБЛИОТЕКАРЯМ
- ОБЪЯВЛЕНИЯ
- ОТДЕЛЫ БИБЛИОТЕКИ

- Информационные ресурсы
- Работа по продвижению книги и чтения
- Право
- Экология
- ЗОЖ**
- Работа с волонтерами
- Патриотическое воспитание
- Совместная работа с Понетаевским ПНИ
- Литературный клуб "ЛУЧ"
- Духовно-нравственное воспитание
- Работа с молодёжью
- Наука
- Активный возраст
- Мероприятия по Пушкинской карте



ЗАПОЛНИТЕ АНОНИМНУЮ АНКЕТУ



• Молодёжь и время

За здоровый образ жизни

Девятого марта на базе Шатковской библиотеки среди молодёжи прошёл районный фестиваль «Сильная Россия – здоровая Россия». Его главными целями были формирование здорового образа жизни

го техникума. Это «Дружба», «Соколики» и «Вперёд». Перед ними стояла задача – пройти 6 этапов и выполнить на каждом из них соответствующее задание.

Проходя по этапам, ребята демонстрировали свои зна-

• Библиотечные новости

Квест «Будущее за вами»

В целях профилактики правонарушений среди молодёжи и пропаганды здорового образа жизни седьмого июня т. г. публичный центр правовой информации провёл для студентов Шатковского агротехнического техникума игру «Будущее за вами».

В начале организаторы мероприятия рассказали ребятам о вреде вейпов (электронные сигареты) и раздали им буклеты «Береги свою жизнь» с информацией об опасности и вреде, которые могут нанести организму человека вейпы. Далее учащиеся были поделены на две команды. Им предстояло пройти пять площадок и выполнить определенные задания. Площадки находились в разных зонах модельной библиотеки.

На площадке «Гражданин своей страны» сотрудники библиотеки предложили ребятам ответить на вопросы викто-

рины о главном документе гражданина РФ – паспорте. На площадке «Найди статью» – команды, используя Гражданский кодекс РФ, находили записки с формулировкой текста статьи КоАП и определяли, из какого кодекса данная статья и находили её номер.

На других площадках студенты агротехникума из анаграмм составляли слова, по описанию административных

Новый Путь

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ШАТКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

16+

7 апреля 2021 г.

• Акции

Скажем «Нет!» наркотикам

Двадцать третьего марта библиотекари центральной библиотеки приняли участие в общероссийской акции «Сообщи, где торгуют смертью». Цель мероприятия – привлечение общественности к участию в противодействии незаконному обороту и немедическому потреблению наркотиков.

Во время акции организаторы вышли на улицу Центральной посёлка Шатки с лозунгом «Мы выбираем жизнь!» и раздавали прохладительные буклеты «Не будь зависим – скажи НЕТ!». Буклеты содержали информацию об ответственности за потребление и незаконный оборот наркотиков, а также призыв к ведению здорового образа жизни. Всех участников акции просили сообщить о лю-

бые органы. Всего в акции приняли участие более 60-ти человек.

Если кто-то из жителей Шатковского района располагает информацией о лицах, причастных к незаконному обороту наркотиков, они могут сообщить об этом по телефонам: ГУ МВД России по Нижегородской области – 8 (831) 268-23-32, ОМВД России по Шатковскому району – 8 (83190) 4-10-33, 4-13-76, 4-17-85 или в антинаркотическую комиссию при администрации Шатковского муниципального района – 8 (83190) 4-12-53. Также информацию можно направить на адрес электронной почты: shatki_omvd@tmccl.ru. При любом варианте предоставления информации анонимность гарантирована.

Юлия ВИНУКОВА, заведующая отде-

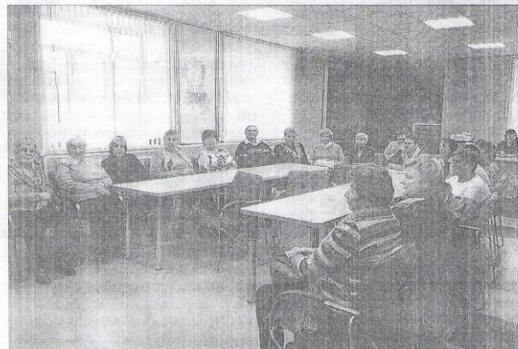
Камышанова, Галина. Активный возраст – для активных действий: [Проект модельной ЦБ р.п. Шатки. Активный возраст.] / Галина Камышанова // Новый путь. – 2023. – 19 апреля

«НОВЫЙ ПУТЬ» 3 стр.

• Социум

Активный возраст – для активных действий

«Активный возраст вошло в нашу жизнь, когда говорят о людях молодого возраста, то иду, как ни странно, к молодёжи, а возраст – это категория населения, ведущую образ жизни. Да, в пенсии открываются возможности реализации своих творческих способностей, занятий, путешествий. Проект модельной библиотеки р.п. Шатки под названием «Активный возраст» нацелен на выявление в библиотеке зоны и общения для людей. В основе проек-



Участники проекта «Активный возраст».

прошла встреча с сотрудниками ФОКа «Атлант»: инструктором-методистом Н. С. Коноваловой и специалистом по фитнесу Н. В. Каравашкиной. Заинтересовано у читателей прошли встречи с нотариусом Е. Ю. Серпуниной и специалистом управления социальной защиты населения Шатковского района Т. В. Минеевой.

С участниками проекта также проведены занятия по правильному питанию, музыкотерапии, косметологии. В один из православных праздников состоялась встреча с настоятелем Хиринского храма Иоанна Предтечи отцом Александром. С читателями были организованы масленичные посиделки

и православные экскурсии в с. Хирино и г. Арзамас. На сайте Шатковской библиотеки для данной категории читателей размещены видеоролики по «цифровой» грамотности.

Надо отметить, что с каждой встречей количество участников проекта увеличивается. Впереди ещё много интересного. Мы поговорим о лечебных травах и ароматерапии, поделимся рецептами осенних заготовок и проведём время в приятной дружеской обстановке. С нетерпением ждём наших читателей. Активного всем долголетия!

Галина КАМЫШАНОВА, заместитель директора МБУК «ШЦБ».

Издаётся с 9 декабря 1931 года





НОВОЕ
ПОКОЛЕНИЕ
ПРОТИВ
КУРЕНИЯ!

Я участник
акции

31 мая - Всемирный день
без табака

Акция
"Меняю сигарету
на конфету"

Брось
сигарету
возьми
конфету

Ак
"Меняю си

"Меняю сигарету"
Акция
31 мая - Всемирный день
без табака