

От информации к действию: опыт работы библиотечной системы

Лысковского муниципального округа

Игнатьева Елена Сергеевна,

заведующая отделом обслуживания Центральной библиотеки им. Ф.Г. Сухова

*МБУК «Лысковская межпоселенческая централизованная
библиотечная система»*

Библиотеки Лысковского муниципального округа превращают традиционные библиотечные стены в динамичное пространство для пропаганды здорового образа жизни. Мы не просто раздаём книги — мы создаём среду, где молодёжь учится ценить своё здоровье через игру, творчество и живое общение. Представьте: вместо скучных лекций – интерактивные площадки, вместо сухих брошюр – захватывающие квизы, вместо нравоучений – реальные истории сверстников. Именно так выглядит современная работа библиотеки по популяризации ЗОЖ.

Мы стараемся охватить все возрастные группы, подбирая для каждой свои форматы и подходы. Работа строится не только на отдельных мероприятиях, но и на долгосрочных программах, направленных на профилактику социально негативных явлений и формирование здорового образа жизни. Давайте познакомимся с ними поближе.

Муниципальная подпрограмма «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на территории Лысковского муниципального округа»: объединяет усилия полиции, медицинских работников, педагогов, психологов и библиотекарей.

Библиотечный проект совместно с Агротехническим техникумом «Молодые – молодым: волонёрское движение как ресурс пропаганды здорового образа жизни»:

- старшекласники и студенты становятся наставниками для младших;
- волонтеры проводят мастер-классы по ЗОЖ, организуют спортивные флешмобы;
- участники проекта сами разрабатывают сценарии мероприятий – это даёт им чувство причастности и ответственности.

С 2025 г. Центральная библиотека реализует программу «Молодёжь в формате ЗОЖ», направленную на пропаганду здорового образа жизни. Через циклы мероприятий библиотека вносит вклад в укрепление здоровья молодёжи.

Значительная часть работы приурочена к календарным датам, общероссийским акциям. Мы отказались от лекционного формата в пользу живого общения и практики. Вот как это выглядит на деле.

Акция-призыв «Сообщи, где торгуют смертью»:

- школьники и студенты получили не просто буклеты, а реальные инструменты помощи; на листовках – не только телефоны доверия, но и QR-коды с полезной информацией; ребята узнали как правильно сообщить о подозрительных случаях, не подвергая себя опасности.

Акция «Чистое поколение»:

Представьте зал, где старшекласники сначала смеются над «Сюрприз-игрой» (в коробке вместо конфет – карточки с последствиями употребления наркотиков), а потом серьёзно обсуждают, как сказать «нет».

На ролевой игре «Сумей сказать НЕТ» ребята разыгрывали реальные ситуации:

- друг предлагает «просто попробовать»;

- компания настаивает, чтобы «не выделялся»;
- незнакомец на улице предлагает «расслабиться».

После тренинга многие признавались: «Теперь я знаю, что сказать и как себя вести».

Акция-форум-театр «Курить не модно – дыши свободно»: подростки сами писали сценарии сценок – получилось очень искренне; в финале все участники по очереди забивали «гвозди» в большую картонную сигарету, называя причины отказаться от курения; самые активные «строители» получили значки «Я выбираю свободу от табака». Один студент после акции сказал: «Раньше думал, что бросить курить сложно. Теперь понимаю: сложно начать, а бросить – легко, если знаешь зачем».

Неделя здоровья «Стиль жизни – здоровье»: в течение недели гости всех возрастов – студенты, школьники и пенсионеры – участвовали в разнообразных мероприятиях: знакомились с книгами, обсуждали актуальные вопросы по ЗОЖ на часах общения, активно проводили время на игровых программах.

На акции «Живи активно — думай позитивно!» мы предложили студентам выбрать составляющие здоровья из смайликов: сон – смайлик с закрытыми глазами и луной; спорт – бегущий человечек; питание – яблоко; отсутствие вредных привычек – перечёркнутая сигарета. Ребята не просто выбирали, а аргументировали свой выбор. Самые популярные ответы: «Без режима дня всё остальное не работает» и «Закаливание – это не про холод, а про силу воли».

Продолжается работа по профилактике ВИЧ-инфекции. На профилактической акции «Стоп СПИД — мы за здоровое поколение» студенты:

- составили карту ресурсов – где пройти тестирование, к кому обратиться за консультацией;
- придумали слоганы для соцсетей: «Знание – сила, тестирование – мудрость», «ВИЧ не выбирает, но ты можешь выбрать безопасность»;
- получили листовки «УЗНАЙ и ПРЕДОТВРАТИ» с контактами центров профилактики.

Ежегодно в июле в Лысковском муниципальном округе в селе Валки проходят Малые игры Доброй воли – традиционные спортивные соревнования для детей и подростков. Библиотеки левобережья выступают в роли социальных партнёров мероприятия. В рамках сотрудничества они: готовят тематические книжные подборки по здоровому образу жизни, разрабатывают и распространяют информационные листовки о пользе физической активности, правильном питании и режиме дня; проводят короткие просветительские акции или викторины на тему ЗОЖ для участников и зрителей.

Библиотеки округа активно сотрудничают с общероссийским движением детей и молодёжи «Движением Первых», выступая в качестве площадок для проведения совместных мероприятий, в том числе посвящённых здоровому образу жизни (ЗОЖ).

В летний период библиотеки системы организуют практику совместного досуга детей и взрослых на свежем воздухе с акцентом на здоровый образ жизни «Семья на СТАРТ!». Мероприятия проходят как в библиотеках, так и на прилегающей к библиотекам территории, в парках или дворовых площадках и школах. В том числе, участие в традиционном велопробеге инструктора Дмитрия Сазанова.

Тема здоровья активно популяризируется и в клубах по интересам. Час здоровья «Скуку и безделье меняем на бодрость и веселье» прошел в городской библиотеке для участников клуба «Душевный разговор». Ключевым элементом программы стала

интерактивная игра «В ритме здоровья» от профессионального инструктора адаптивной и лечебной физкультуры Дмитрия Сазанова.

Каждое наше мероприятие сопровождается тематической подборкой книг.

В перспективе планируем запустить видео-блог «Здоровый взгляд» с участием молодежи, где молодые люди на личном примере покажут, как внедрять здоровый образ жизни в повседневность без фанатизма и больших затрат (режим дня, привычки, какие виды спорта им нравятся и почему, бюджетные и быстрые рецепты здоровых блюд, полезными находками и обзорами и др.).

Подведём итоги:

1. Цифры с душой: более 100 мероприятий и около 5000 участников – это не сухие данные, а сделанные выводы в пользу здорового образа жизни. Мы видели, как ребята, пришедшие «за компанию», становились активными участниками.

2. Инновации работают: по итогам мероприятий мы проводим устные опросы. Интерактивные методы дают результат – большинство участников отмечают, что узнают что-то новое и полезное, находятся те ребята, кто готов изменить свои привычки.

3. Партнёрство – сила: сотрудничество с техникумом, школами и администрацией округа позволяет создать единую систему профилактики и поддержки.

4. Библиотека – больше, чем книги: мы стали центром притяжения для молодёжи, местом, где можно не только получить информацию, но и найти единомышленников.

Библиотечная система не просто следует трендам – мы создаём их. Мы показываем, что ЗОЖ – это не ограничения, а возможности: возможность быть сильным, умным, красивым, успешным. И каждый наш участник – это маленький шаг к здоровому обществу.