



*Добыть и сохранить здоровье  
может только сам человек.  
Н.М. Амосов*

**2018 год в Нижегородской области объявлен Годом спорта и здоровья, а также это год проведения Чемпионата мира по футболу.** Здоровье является ключевой составляющей понятия «качество жизни», а сохранить его практически невозможно без занятий спортом. Этому посвящен день информации «Здоровое поколение – богатство России», который состоится в центральной библиотеке 24 июня.

Невозможно обойти вниманием такие проблемы, связанные со здоровьем, как курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотических средств. Эти явления, к огромному сожалению, широко распространены в молодежной среде и оказывают негативное влияние на жизнь. Представленные на выставке материалы обращают внимание на проблему сохранения и укрепления здоровья населения страны, которая на сегодняшний день так актуальна и глобальна, ведь здоровье это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Здоровый человек живет полноценной жизнью и приносит пользу обществу, он успешно решает основные жизненные задачи, преодолевает трудности и значительные перегрузки. Развёрнутая яркая экспозиция через представленные книжные и журнальные публикации даст читателям возможность рассмотреть всю полноту и широту темы.

В это день всем желающим будет предложено пройти тест «Как ваше здоровье?», вспомнить пословицы о вреде курения и получить закладку «Коротко и по существу». И, наверное, умение вести здоровый образ жизни – это признак высокой культуры человека, его образованности, настойчивости и воли!