

100 советов по здоровью

Иван КРАСНИЦКИЙ

28 апреля члены клуба «Содружество» лимендской организации инвалидов собрались в библиотеке № 8 имени Эмилии Бояршиновой.

Мы часто посещаем библиотеку в различные праздники. На смену бывшим сотрудникам библиотеки пришли молодые – Ольга Логинова и Татьяна Седелкова. В этот раз нам рассказали о здоровье. В том числе о том, как зани-

маться скандинавской ходьбой, дали советы, как предупредить стрессовые ситуации. Мы выполняли различные задания, было очень весело и интересно. Желаем коллективу библиотеки благополучия, тепла, достатка и здоровья.