

«Что нужно знать о витаминах» - викторина в рамках здорового образа жизни



20 октября 2016 года Лабинский филиал Краснодарской краевой специальной библиотеки для слепых имени А.П. Чехова провел для ветеранов местной организации Всероссийского общества слепых викторину «Что нужно знать о витаминах» в рамках программы здорового образа жизни.

Участники мероприятия узнали о том, что слово «вита» означает жизнь. Читатели с интересом поучаствовали в увлекательной викторине, посвященной этим жизненно необходимым микроэлементам. Благодаря ей, присутствующие узнали в каком продукте какой витамин содержится.

Библиотекарь порекомендовала своим читателям книгу Спиричев В. «Что могут витамины», напечатанную рельефно точечным шрифтом по системе французского тифлопедагога Л. Брайля. Прочитав ее, можно узнать какова роль витаминов в организме и сколько их необходимо человеку. Почему их порой нам не хватает? Из книги можно узнать, что необходимо делать, чтобы обеспечить себя этими жизненно важными биологически активными веществами, и как правильно питаться.

В мероприятии приняли участие 12 слепых и слабовидящих читателей, что является важной частью в продвижении здорового образа жизни в деятельности библиотеки.