

БИБЛИОТЕКИ И ПРОДВИЖЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни – образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом. ЗОЖ подразумевает отказ от табака, алкоголя, наркотиков, здоровые модели питания, двигательную активность, физические упражнения и т. д.

Проблема формирования ЗОЖ является одной из актуальных в библиотечном обслуживании населения, особенно это касается молодого поколения.

Работа библиотеки по данному направлению должна представлять собой определенную систему, а не ограничиваться разовыми мероприятиями. Практика показывает, что эта работа наиболее эффективна при использовании программно-проектных методов, в чем библиотеками накоплен немалый опыт.

Владивостокской ЦБС была разработана программа [«Я выбираю жизнь»](#). Ее цель – формирование навыков ЗОЖ у населения города, формирование антинаркотических установок у детей и подростков, их личной ответственности за свое поведение. Основные направления реализации программы:

1. Библиотеки аккумулируют на своей территории средства и возможности специалистов по профилактике вредных привычек. Врачи встречаются с подростками, рассказывая о влиянии на организм вредных привычек. Специалисты правоохранительных органов информируют подростков о последствиях, к которым могут привести злоупотребления опасными веществами.
2. Библиотеки видят свою роль не только в информировании о пагубности вредных привычек, но и создают альтернативные предложения для подростков и молодежи по организации свободного времени, позитивных увлечений. С этой целью запускаются новые образовательные, просветительские проекты.

Партнерами ЦБС в работе по предупреждению наркомании являются Владивостокский клинично-диагностический центр («Центр здоровья»), Приморский краевой центр медицинской профилактики, Молодежный ресурсный центр, образовательные учреждения города.

В **Вознесенской ЦБС** (Нижегородская обл.) работа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и пропаганде ЗОЖ среди школьников и студентов проводилась в 2017 г. в рамках собственного проекта «ЖИЗНЬ – желаем иметь здоровую нацию!». Вот некоторые мероприятия проекта:

- лекторий «Цена зависимости – жизнь» в рамках Нижегородской антинаркотической акции «Мы выбираем жизнь!» при участии студентов Областного многопрофильного техникума;
- акция «Твори свое здоровье сам» в библиотеках района в рамках Всемирного дня здоровья;
- позитив-акция «Хобби против наркотиков» к Международному дню борьбы с употреблением наркотиков и их незаконным оборотом;
- шок-урок «Это опасно – не рискуй напрасно» к Международному дню борьбы с употреблением наркотиков и их незаконным оборотом;
- позитив-акция «Хобби против зависимости» к Международному дню шахмат.

Библиотеки не только разрабатывают собственные программы и проекты, но и являются активными участниками региональных и муниципальных программ.

Специалисты **МЦБС Завьяловского района** (Удмуртская Республика) ежегодно участвуют в проведении мероприятий в рамках реализации муниципальных программ «Комплексные меры противодействия немедицинскому потреблению наркотических средств и их незаконному обороту в муниципальном образовании “Завьяловский район”» и «Сохранение здоровья и формирование здорового образа жизни населения Завьяловского района на 2016–2020 годы».

Среди ответственных исполнителей основных мероприятий программы [«Комплексные меры противодействия немедицинскому потреблению наркотических средств и их незаконному обороту в муниципальном образовании “Завьяловский район”»](#) – Управление культуры, спорта и молодежной политики Администрации Завьяловского района. Большой блок программы возлагается именно на эту структуру, в ведении которой находятся библиотеки. Запланированные мероприятия с различными категориями населения, направленные на профилактику наркомании, пропаганду ЗОЖ, носят профилактический характер.

Работа активизируется во время проведения международных, всероссийских и республиканских акций. Например, библиотеки района ежегодно принимают участие в акции «Сообща, где торгуют смертью!». Ее главная цель – привлечение внимания к проблеме наркомании и незаконного оборота наркотиков.

В 2018 г. библиотеками Завьяловской ЦБС проводились:

- к Всемирному дню здоровья – беседа «Двенадцать шагов, как сохранить трезвость» (Подшиваловская сельская модельная библиотека совместно с Обществом анонимных алкоголиков); театрализованная игра для детей детского сада «Будь здоров!» (Вараксинская сельск. б-ка); тематический час для школьников 4 класса по основам ЗОЖ с проведением интеллектуальной игры «Секреты здоровичка» (Первомайская сельск. б-ка);
- ко Дню борьбы с употреблением наркотиков и их незаконным оборотом (26 июня) – час информации «Мифы и правда о наркотиках» (Каменская сельск. б-ка); велопробег «Мы за ЗОЖ» (Шабердинская сельск. б-ка);
- к проекту «Зеленый фитнес», направленному на пропаганду ЗОЖ, присоединилась Завьяловская детская библиотека: на стадионе для самых маленьких участников проекта и ребят младшего школьного возраста была проведена спортивная игротека «Вместе поиграем, вместе почитаем».

Работа библиотек, направленная на пропаганду ЗОЖ, может быть эффективной только при тесном взаимодействии с учреждениями здравоохранения, образования, спорта, культуры, социальных служб, СМИ и т. д.

На протяжении нескольких лет **ЦБС г. Югорска** (Ханты-Мансийский АО – Югра) сотрудничает с Благотворительным фондом «Югорск без наркотиков». Центральная городская библиотека им. А. И. Харизовой является площадкой учреждений, пропагандирующих ЗОЖ, для проведения совместных лекций, семинаров, тренингов, интерактивных игр, конкурсов. Перечислим наиболее интересные, на наш взгляд, совместные мероприятия ЦБС и фонда «Югорск без наркотиков».

- [Акция «Жить трезво!»](#). В День профилактики алкоголизма активисты фонда «Югорск без наркотиков», специалисты ЦГБ, настоятель храма преподобного Сергия Радонежского провели встречу с пациентами психо-неврологического диспансера. В целях формирования ответственного отношения к своему здоровью для аудитории была проведена беседа, литературная викторина «Нет ничего сильнее слова». В заключение встречи всем были подарены буклеты «Выход из рабства вредных привычек», разработанные специалистами библиотеки и включающие информацию о вреде алкоголя, курения, наркотиков, рекомендательный список «Книги, проверенные чтением (топ лучших книг)».

- [Тренинг «Психология хаоса»](#) для десятиклассников одной из школ города. Ситуативные игры: «Спорные утверждения», «Ассоциации», «Словесный портрет», «Марионетки», «Отказ» – дали возможность участникам занятия проанализировать свое отношение к проблемам различных зависимостей. Внимание молодых людей было обращено к экспонатам окружной передвижной выставки «Молодежь XXI века», сформированной из работ победителей одноименного конкурса – учащихся общеобразовательных учреждений и образовательных учреждений сферы культуры и искусства Ханты-Мансийского АО – Югры и представляющей собой плакаты, рисунки, коллажи на тему «Мир без наркотиков».
- [Интеллектуальная квиз-игра «Знатоки трезвости»](#). Ее участниками стали сотрудники ОМВД России по г. Югорску. Перед началом игры слушателей познакомили с результатами опроса «Трезвый взгляд», проведенного в начале августа среди личного состава ОМВД России по г. Югорску. В соответствии с результатами этого опроса и была составлена игра, целью которой являлось продвижение культуры ЗОЖ.
- [Интерактивная игра «России здоровые люди нужны!!!»](#) по профилактике наркотической и алкогольной зависимости в молодежной среде. Участниками игры стали студенты Югорского политехнического колледжа, а в жюри вошли директор фонда «Югорск без наркотиков» и специалист-эксперт управления по вопросам общественной безопасности администрации г. Югорска. Игра проходила в четыре этапа, которые включали известные и не известные молодым людям факты об опасности алкогольной зависимости, ссылки на произведения русской и зарубежной классической литературы с высказываниями о необходимости трезвости, примеры борьбы с алкоголизмом в других странах мира, факты об известных людях – поборниках трезвого образа жизни.
- [Флеш-семинар «Стратегия формирования здорового образа жизни населения: опыт, перспективы развития»](#). Цель: консолидация усилий учреждений и организаций, разработка общей стратегии действий по формированию здорового образа жизни. Задачи флеш-семинара: активизация сотрудничества организаций и учреждений, занимающихся здоровьесберегающей деятельностью, поиск новых путей взаимодействия всех заинтересованных сторон в деле охраны здоровья граждан; представление основных технологий работы, особенностей работы по профилактике наркомании, интоксикантных зависимостей, формированию здорового образа жизни; формирование электронного и печатного архива практических разработок специалистов учреждений и организаций, представляющего опыт использования программ, методик, игровых или тренинговых технологий в области профилактики самоотравления табаком, алкоголем и другими интоксикантами; создание условий для повышения профессиональной компетентности в вопросах профилактической работы. Заочная форма семинара позволила принять в нем участие представителям отдаленных территорий: доклады были присланы из городов Тюмени, Челябинска, Ханты-Мансийска, Советского, поселков Излучинска и Пионерского.
- Конкурс творческих работ о ЗОЖ [«Жизнь в радость!»](#), ориентированный на повышение уровня сознательности молодежи по ведению ЗОЖ, создание условий и возможностей для эффективной самореализации. К рассмотрению принимались баннеры, коллажи, буклеты, плакаты в номинациях «Здоровая семья – сильная страна», «Югорск – территория здоровья», «Молодежный символ здорового образа жизни». В конкурсе приняли участие ученики образовательных учреждений города.
- Курсы «Формирование трезвого мировоззрения». Ведущий курсов – председатель Тюменской общественной организации утверждения и сохранения трезвости «Трезвая Тюмень». Курсы являются базовыми для начала деятельности по утверждению и сохранению трезвости и рассчитаны а) на тех, у кого есть намерение освободиться от табачно-алкогольной зависимости; б) на тех, кто живет трезво и хочет разобрать-

ся в причинах неприятия трезвости у других людей, глубже понять методы информационного воздействия на людей и способы защиты от них; в) на тех, кто желает стать учителями трезвости либо преподавателями курсов по методу Геннадия Шичко; г) на тех, кто имеет намерение помочь родным, близким, коллегам, подчиненным освободиться от пагубных привычек и наладить свою жизнь; д) на учителей, психологов и других работников образовательных учреждений для повышения их квалификации; е) на молодых родителей и будущих родителей, которые хотят научиться сохранять естественную трезвость своих детей.

Здоровый образ жизни и вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков) – два несовместимых друг с другом понятия. Задача библиотек вести профилактическую работу по предотвращению их появления и преодолению.

Опыт профилактики немедицинского потребления психоактивных веществ и его последствий есть в **Национальной библиотеке Республики Карелия**. В течение многих лет библиотека самостоятельно и совместно с лечебно-профилактическими и образовательными учреждениями г. Петрозаводска и республики проводит мероприятия, дающие конкретные знания, мотивирующие молодежь и подростков к осознанному выбору здоровьесберегающего поведения.

В качестве поводов для организации того или иного «события» в библиотеке используется событийный маркетинг. В мероприятиях находят отражение календарные даты (Дни здоровья Всемирной организации здравоохранения; Международные дни ООН – например, Международный день борьбы со злоупотреблением наркотических средств и их незаконным оборотом), призванные привлечь внимание общества к проблеме незаконного потребления психоактивных веществ и связанных с этим последствий. Результатом стали как отдельные мероприятия, так и большие проекты. Такие, например, как цикл акций «ВОЗовские дни в библиотеке».

В рамках лектория «Люди и книги» было выделено два направления. В одном из них, под названием «Образы жизни», проводились параллели между творчеством и образом жизни, успешностью, гениальностью и химической зависимостью, шло рассуждение о ценностях жизни, книгах и чтении, ответственности за собственный выбор.

Не первый год в НБ РК проводится цикл занятий лектория «Профилактика рискованного поведения среди подростков». Учащиеся школ Петрозаводска становятся участниками ролевых игр, обсуждений, посвященных самым разным жизненным ситуациям.

Профилактика немедицинского потребления наркотиков – сложная межотраслевая задача. Совместная работа, участие в мероприятиях городского, республиканского и всероссийского значения позволяет укрепить взаимоотношения, найти новых партнеров для продуктивной работы. Так, НБ РК сотрудничает с Медицинским институтом Петрозаводского государственного университета. Библиотека приняла участие в нескольких занятиях по курсу профилактики социально опасных болезней среди молодежи. Это не только презентации ресурсов, но и обновляемые в режиме реального времени тематические подборки в помощь образовательному процессу, доступные онлайн. Партнерами библиотеки являются также лечебные учреждения Петрозаводска и Карелии, Центры здоровья, Управление по контролю за оборотом наркотиков МВД по Республике Карелия, образовательные учреждения республики.

На сайте Национальной библиотеки Республики Карелия представлены информационные ресурсы [в помощь формированию здорового образа жизни у населения](#).

На протяжении нескольких лет на территории Липецкой области реализуется долгосрочный проект «Здоровый регион». В рамках проекта **Липецкая областная детская библиотека** разработала собственную программу «Жить здОрово!», и в 2018 г. работа по приобщению детей и подростков к ЗОЖ велась по данной программе.

В качестве основных векторов программы можно выделить: просветительство; обеспечение полной и всеобщей доступности к информации по формированию ЗОЖ; создание системы сотрудничества библиотек с учебными и общеобразовательными учреждениями, органами правопорядка, социальной защиты, здравоохранения, заинтересованными в решении этих вопросов; внедрение новых форм индивидуальной и массовой работы.

В ходе работы по программе сотрудники библиотеки старались применять интерактивные и игровые формы работы. Интересной находкой стала оригинальная форма массовой работы – виртуальный ЗОЖ-дартс. Посредством компьютерной графики была разработана мишень с 25-ю секторами. Каждому сектору было присвоено определенное количество баллов и цветов. В ячейках красного цвета скрывались интеллектуальные задания, выполнить которые можно было, обратившись к книгам, представленным на выставке. В ячейках синего цвета были спрятаны спортивные задания, которые понравились детям больше всего. Ячейки желтого цвета содержали творческие задания [4].

Любая программа профилактики вредных привычек, формирования ЗОЖ не должна строиться по принципу запретов, устрашений или отрицания. Внимание должно уделяться не только профилактике алкоголизма, наркомании и т. д., но и популяризации физической активности, так как это важнейшая составная часть ЗОЖ, и в системе профилактики именно физическая культура играет главенствующую роль.

Астраханская библиотека для молодежи им. Б. Шаховского регулярно удивляет своих читателей необычными фитнес-мероприятиями. Первая из таких спортивных встреч прошла в октябре 2016 г. Это был мастер-класс по популярной во всем мире системе «Табата», а провела его фитнес-тренер студии коррекции фигуры «Табата. Перегрузка». Для занятий по японской системе тренировок не нужно специального оборудования. К тому же упражнения доступны людям любого возраста и различной физической подготовки. Участников акции ждал специальный блок кардиоупражнений и познавательная книжная выставка. Пришедшие на мастер-класс не только делали специальные упражнения из «Протокола Табаты», но и приняли участие в интеллектуальной игре «Книжная зарядка»: читали любимые книги о спорте, фитнесе и здоровом питании прямо во время растяжки.

В 2017 г. библиотека вновь на целый час превратилась в зону спорта. Сначала библиотекари провели викторину «Ориентир – здоровый образ жизни», посвященную спорту, Олимпийским играм, ЗОЖ и мн. др. Во второй части мероприятия прошел мастер-класс по йоге. Участниками мероприятия стали ученики Школы одаренных детей им. А. П. Гужвина и студенты Астраханского технологического техникума.

Не является секретом тот факт, что современный человек ведет малоподвижный образ жизни, а стрессы, перекусы на рабочем месте, погоня за успехом не могут положительно повлиять на самочувствие и рано или поздно нанесут разрушительный удар по здоровью. В советские времена эту проблему решали с помощью производственной гимнастики. Сотрудники библиотеки решили воспользоваться этим положительным примером и провели тич-ин «Я за спорт», основной темой которого стала гимнастика на рабочем месте [6].

В 2018 г. в России проводился Чемпионату мира по футболу, и некоторыми библиотеками к этому событию были приурочены различные мероприятия.

Республиканская библиотека для детей и юношества (г. Ижевск) в поддержку сборной России по футболу организовала республиканскую библиотечную акцию [«Я выбираю футбол и книгу!»](#). Партнерами акции стали библиотеки из 21 муниципаль-

ного образования республики, которые проводили культурно-просветительские и культурно-спортивные мероприятия для детей и подростков: марафоны, викторины, интеллектуальные футбольные турниры, просветительские игры, квесты, спортчасы, турниры по мини-футболу, товарищеские матчи, конкурс рисунков талисмана Чемпионата мира 2018 г. – волчонка Забиваки, детские литературно-спортивные праздники, флэшмоб, либмоб, День футбола, культурно-спортивный день в Парке культуры и отдыха. Мероприятия библиотек сопровождались обзорами и беседами у книжных выставок. Многие мероприятия были организованы совместно со школами и Домами культуры. Площадками для них стали библиотеки, школы, прибиблиотечные территории, летние парки и стадионы.

В последние годы на страницах печати появилась информация об организации библиотечными велопробегов. Главная задача подобных мероприятий – пропаганда ЗОЖ. Как правило, велопробеги организуются библиотеками к каким-либо знаменательным датам или событиям и имеют определенную тематику.

Так, 22 августа 2018 г. сотрудники **Таловской детской и сельской библиотек** (Республики Бурятия) со своими читателями приняли участие в велопробеге, посвященном Дню Государственного флага Российской Федерации, который был проведен совместно с КИЦ «Таловский». Все участники собрались на площади ДК, чтобы начать велопробег с флагами. Проехали вокруг поселка, сделали остановку на роллердроме, расположенным около библиотеки. Библиотекари совместно с работниками СДК провели познавательно-развлекательную программу «Флаг моего государства». Директор КИЦ рассказала присутствующим историю возникновения и утверждения флага как одного из символов российского государства. Далее был организован флэшмоб. Активное участие в мероприятии приняли и дети из реабилитационного центра со своими руководителями.

В поддержку чтения и спорта **Магаданская областная детская библиотека** провела [книжный велопробег «Автостопом по книжным тропам»](#), приуроченный ко Дню защиты детей, 65-летию Магаданской области и открытию Летнего уличного фестиваля. На старт прибыли 43 участника от 3 до 14 лет. Для каждой возрастной категории были предусмотрены собственный старт и беговая дорожка со станциями «Экология», «География», «Литература», «Краеведение», «ПДД». Во время остановок (автостопов) ребята отвечали на вопросы, обменивая ответы на жетоны (последние в конце велопробега можно было обменять на сладости). Забег оценивался в личном зачете. Абсолютно все участники получили сладкие призы. Самым маленьким отвечать на вопросы помогали мамы и папы, старшие братья и сестры.

26 мая 2018 г. в парке культуры и отдыха им. С. М. Кирова г. Ижевска состоялся [библиовелопробег «Крути в библиотеку!»](#), приуроченный к Общероссийскому дню библиотек и посвященный празднованию 100-летия **Национальной библиотеки Удмуртской Республики**. Цели и задачи велопробега – продвижение книги и чтения, привлечение внимания молодежи и других категорий населения к деятельности библиотеки с использованием современных форматов, пропаганда здорового образа жизни.

Перед началом велопробега, организованные сотрудниками НБ УР совместно с Республиканской библиотекой для детей и юношества и редакцией газеты «Известия Удмуртской Республики», прошли конкурсы, выступление солиста музыкальной группы R.N., а также розыгрыш призов для зарегистрировавшихся участников мероприятия. Далее был дан старт библиовелопробегу, в котором приняли участие как пришедшие на мероприятия взрослые и дети, так и сотрудники библиотеки. Каждый, кто пересек

финишную черту, от лица Национальной библиотеки УР был награжден книгой в подарок и памятным юбилейным буклетом.

Через год, 25 мая 2019 г. состоялся еще один библиовелопробег. Он проходил во время организованного Национальной библиотеки УР [Литературного праздника в Парке культуры и отдыха им. С. М. Кирова](#), который проводился в рамках мероприятий первого Литературного фестиваля «На родине П. И. Чайковского».

Одна из распространенных форм работы – создание клубов и любительских объединений.

В библиотеках Удмуртской Республики создан ряд клубов, пропагандирующих ЗОЖ:

- на базе **Центральной городской библиотеки им. Н. С. Байтерякова ЦБС г. Можги** – клуб для людей пожилого возраста «Университет здоровья». Занятия здесь проводятся по следующим темам: «Плоть и камень: стоунтерапия», «Криотерапия», «Загадки телегии: к Международному дню ДНК» и др.;
- в **Библиотечно-культурном центре МО «Воткинский район»** – любительское объединение «Здоровейка» для детей и взрослых (Болгуриная с/б), основные формы работы которого – укрепление здоровья, встречи с людьми, ведущими активный здоровый образ жизни, сбор лекарственных трав; и любительское объединение «Будь здоров!» (Кукуевская с/б) для людей пожилого возраста от 55 до 72 лет; на занятиях участники клуба получают полезную информацию о ЗОЖ, устраивают совместные просмотры видеofilмов с последующим их обсуждением;
- в **Граховской межпоселенческой центральной районной библиотеке** – клуб по интересам «ЗОЖ» для детей до 14 лет (открыт при Зареченской библиотеке в 2015 г.) В центре внимания клуба – здоровье подростков (информирование подрастающего поколения по вопросам профилактики и восстановления здоровья, проведения мероприятий в учебных заведениях и детских садах);
- в **ЦБС Сюмсинского района** – «Клуб здоровья и долголетия» (Центральная районная б-ка), «Помоги себе сам» (Кильмезский с/ф), «Бодрость» (Лекшурский с/ф);
- в библиотеках **ЦБС г. Ижевска** – клубы аналогичной направленности, рассчитанные на разные возрастные категории: «Школа здоровья» (55+) – библиотека-филиал им. Ф. Васильева; «Здоровье. Красота. Долголетие» (без ограничений по возрасту) – библиотека-филиал им. М. Джалиля; «Грация» (18+) – библиотека-филиал им. Ф. Г. Кедрова; «Счастливый долгожитель» (55+) – библиотека-филиал им. В. В. Маяковского; «Йога с книгой» (16+) – библиотека-филиал им. Л. Н. Толстого; «Здоровье» (65+) – библиотека-филиал № 17; «Бодифлекс» и «Гимнастика тела» (в рамках Университета 55+) – библиотека-филиал № 24.

Тематика и направления клубов самые разные: пропаганда ЗОЖ, профилактические занятия, беседы о поддержании и улучшении состояния здоровья, занятия йогой и рекомендации по чтению, дыхательная гимнастика, оздоровительная гимнастика.

Рассмотренные выше примеры относятся к профилактической работе, которую ведут библиотеки по продвижению здорового образа жизни. Но необходимо отметить, что в качестве учреждений социального и культурного назначения библиотеки способны оказывать поддержку и людям с ОВЗ, нуждающимся в социальной реабилитации и адаптации в обществе. Данная тема рассматривалась нами в аналитической справке [«Роль публичных библиотек в социальной реабилитации и адаптации в обществе лиц с ограниченными возможностями здоровья»](#). Среди прочего в справке затрагивалась тема использования библиотеками библиотерапевтических и арт-терапевтических методов в реабилитации лиц с ОВЗ. Рассмотрим более подробно данные методики.

Современный беспокойный мир характеризуется наличием разнообразных факторов, которые негативно влияют на физическое и психическое здоровье человека. Одним из способов снизить уровень отрицательного воздействия этих факторов на человека является библиотерапия. Данный термин состоит из двух слов: греч. *biblio* – книга и *therapeia* – забота, уход, лечение – и дословно переводится как «лечение книгой», или «книголечение». В настоящее время существует порядка 40 определений термина «библиотерапия» (и их количество продолжает расти), но мы приведем только два из них:

- лечебное воздействие на психику больного человека при помощи чтения книг;
- использование специально подобранных информационных материалов в качестве вспомогательного лечебного средства в медицине и психотерапии.

Несмотря на различие формулировок, суть определений одна – руководство чтением, учитывающее проблемы личности. Поэтому большинство специалистов едины во мнении, что под библиотерапией следует понимать науку, нацеленную на формирование у человека навыков и способностей противостоять неординарным ситуациям (болезням, стрессам, депрессиям и т. д.), укреплять силу воли, повышать интеллектуальный и образовательный уровень на основе синтезирования ситуации чтения [3].

В свете теории библиотерапии библиотечное обслуживание рассматривается как часть библиотерапевтической практики. В условиях библиотеки библиотерапевтический процесс имеет две формы: индивидуальную и групповую. Индивидуальная библиотерапия направлена на развитие и коррекцию личности, которые происходят в самом процессе чтения. Специально подобранная книга может стимулировать развитие человека, отвлечь от горьких переживаний, помочь разобраться с проблемой. К индивидуальным формам библиотерапии относятся: составление плана чтения, подбор литературы, индивидуальные беседы, которые учитывают характер проблемы читателя, уровень начитанности. Групповая библиотерапия направлена на стимулирование ответной реакции читателя на прочитанную книгу. Коррекция и развитие личности происходят не только в процессе чтения рекомендованной литературы, но и в большей степени в ходе подготовленного диалога, обсуждения прочитанного произведения, организованного в группе. Формы групповой библиотерапии: литературные встречи с элементами игротерапии, библиотечные уроки, литературные викторины, театрализованные библиотечные праздники, кружки громкого чтения, литературные вечера, театр книги.

Библиотерапевтические методы используют в работе с детьми и людьми пожилого возраста.

С января 2016 г. совместно с Центром социального обслуживания **Центральная районная библиотека Ловокумского муниципального района** (Ставропольский край) ведет работу в рамках [проекта «Лекарство для души. Библиотерапия как средство реабилитации граждан пожилого возраста и инвалидов»](#). Социокультурную реабилитацию в рамках проекта библиотека осуществляет через художественное чтение, дискуссии о прочитанном, встречи с персонажами произведений и их авторами, выставки и обзоры книг. Отклик у пользователей находят литературные вечера, тренинги-конкурсы на скорочтение. Также успешно применяются такие инновационные формы работы, как книжные ралли, библиотекафе, журнальный пресс-экспресс, литературно-музыкальная мозаика, литературный автограф и многое другое.

ЦБС города Тары (Омская обл.) вошла в число победителей конкурса малых грантов «Доброволец-2018» с волонтерским проектом «Библиотека заботы» – работа с «особыми» читателями с помощью методики библиотерапии и в формате библиопутешествий. Проект направлен на решение такой проблемы, как социальная изоляция тяжелобольных людей и лиц с ОВЗ. Такие люди общаются только с медицинским пер-

соналом и семьей (при условии, что она есть). Библиотека – один из основных социальных институтов, призванных оказывать социальную поддержку граждан. В силу состояния здоровья люди с ограниченными возможностями и тяжелобольные не могут посещать массовые досуговые мероприятия. В процессе проекта библиотека стремится сделать жизнь людей, находящихся в вынужденной социальной изоляции, более активной и наполненной интересными событиями.

Одно из направлений проекта – «Библиотерапия» – основано на использовании чтения для улучшения психологического состояния человека. Оно реализуется в отделении паллиативной помощи Тарской центральной районной больницы, пребывание в котором является для пациентов тяжким эмоциональным бременем в связи с внезапной утратой личной жизни, семейной обстановки, социального взаимодействия. Библиотерапия оказывает на человека положительное влияние, отвлекает от мыслей о болезни, помогает переносить физические страдания, устанавливает эмоциональную связь с окружающими. Литература подбирается с учетом индивидуальных особенностей, ситуации и возраста человека, составляются планы чтения («библиотерапевтическая рецептура»). Библиотерапия оказывается адресно, каждому пациенту, который в этом нуждается. В ходе реализации проекта добровольцы читают книги вслух и беседуют о прочитанном. Лица с ограниченными возможностями здоровья приобщаются к книге, культурной и духовной жизни.

Детская библиотека ЦБС Карталинского муниципального района (Челябинская обл.) на протяжении нескольких лет реализует в больницах города проект «Мобильная библиотерапия: читай и выздоравливай». Проект состоит из двух блоков: «Читаем, играем, лечим» – посещение юных пациентов детского отделения районной больницы и «Книга – радость и добро» – посещение учащихся специальной (коррекционной) школы.

Два раза в неделю сотрудники библиотеки и волонтеры приходят к детям, чтобы почитать лучшие произведения художественной литературы, рассказать о новых книгах, журналах, поиграть в литературные игры. Это дает возможность детям, находящимся в состоянии болезни, воспринимать печатное слово позитивно. Книга выступает успокаивающим средством, играет роль сильного отвлекающего фактора и способствует скорейшему выздоровлению.

Здоровый образ жизни – это система привычек и поведения человека, направленная на обеспечение определенного уровня здоровья, помогающая человеку чувствовать себя активным, сильным и счастливым. Среди факторов, влияющих на здоровье человека, важное место занимают эмоции и чувства.

Арт-терапия – забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами спонтанной художественной деятельности. Это метод развития и изменения личности при помощи разных видов и форм искусства и творчества, увлекательный и эффективный способ психологической помощи для взрослых и детей, основанный на игре и творчестве. Существует множество направлений арт-терапии: изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, драматерапия, песочная терапия, глинолечение, игровая терапия, фототерапия, пластилинотерапия и др. Дадим определения некоторым из них.

Игротерапия – метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры.

Куклотерапия используется в работе с детьми и основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки). Данная методика используется при различных нарушениях поведения, страхах, нарушениях в эмоционально-волевой сфере [1].

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством (лепка, коллаж и т. д.), в первую очередь рисованием. Благодаря рисованию человек легче воспринимает болезненные для него события. Изотерапия использует процесс создания изображений как способ реализации целей. Это не создание произведения искусства и не часть занятий по изобразительному искусству. Это своеобразное экспериментирование с художественными символами в качестве заместителей реальных объектов. Посредством рисования реализуется потребность личности в самовыражении [1].

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях [1].

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Это примеры живой образности речи, способствующие разрешению внутренних конфликтов и снятию эмоционального напряжения, изменению жизненной позиции и поведения [1].

В 2017 г. специалистами **Липецкой областной детской библиотеки** был инициирован проект «Волшебство познаний: библио- и арт-терапия для детей с ограниченными возможностями здоровья и развития», поддержанный Фондом М. Прохорова в рамках Открытого благотворительного конкурса «Новая роль библиотек в образовании». Проект направлен на создание условий для дополнительного образования и социальной адаптации детей с ОВЗ и представляет собой работу с детьми 5–10 лет (из Липецкой городской организации Всероссийского общества инвалидов) по двум тематическим программам: 1) «Территория радости» – цикл литературно-игровых программ, направленных на обогащение досуга детей с ограниченными возможностями развития посредством библиотерапии и элементов театрализации; 2) «Чудеса на песке» – цикл мероприятий, нацеленный на развитие самопознания и осознание социальной значимости особенных детей посредством библиотерапии и песочной терапии.

В рамках проекта проводились следующие мероприятия:

- литературная беседа «Солнце семьи», приуроченная к Международному дню семьи. Ребята размышляли о роли семьи в жизни каждого человека и ее главных ценностях, делились личными примерами, когда родители помогли им сделать правильный выбор. Поговорили и о том, что определяет счастливую семью. В завершение дети с помощью кинетического песка изобразили любимых мам и пап, а также всё светлое, что наполняет сердце радостью и гармонией: летние и весенние пейзажи, море с его обитателями, цветы, домашних любимцев;
- час доверия «Теплые дружеские объятия», во время которого ребята размышляли о роли объятий в нашей жизни. Обрести давно потерянное душевное тепло дети помогли и сказочной гостье по имени Обнимашка. Для этого читатели отправились в страну Обнимания и прошли все добрые, сердечные и дружественные испытания. В завершение мероприятия дети нарисовали с помощью волшебного песка другие вещи, согревающие душу: улыбки, весну, любимых животных;
- литературно-игровое занятие «Ничего я не боюсь», на котором юные читатели размышляли о страхе и учились его преодолевать. Ведущие предложили ребятам перечислить самые распространенные фобии, встречающиеся у людей: боязнь темноты, высоты, насекомых и другие. Дети вспоминали смелых сказочных героев, рассказывали о своих страхах, превращая их в забавные и несущественные. Слушали сказку о том, как победить все боязни, а затем поиграли в тематическую игру «Дом с привидениями». В завершение ребята с помощью волшебного песка изобразили свои страхи, от которых постарались избавиться, стерев их ладошками.

Западный филиал для детей «Растишка» ЦБС г. Глазов (Удмуртская Республика) расположен недалеко от детского сада комбинированного вида «Голубок», где созданы группы коррекции зрения, и школы № 15 им. В. Н. Рождественского с классами охраны зрения (с 1-го по 9-й). Среди актуальных и эффективных форм работы, которые всегда нравятся детям, библиотека использует сказкотерапию. Занятия по ней проводятся с группой ребят от трех до пяти человек. Малыши слушают аудиокниги, записи спектаклей, читают сказки и обсуждают их. Нередко под руководством сотрудников библиотеки дети сами сочиняют собственные истории, устраивают инсценировки. Всё это помогает социокультурной реабилитации ребят, развивает их творческие способности и уверенность в себе.

В библиотеке созданы условия для общения здоровых детей и ребятшек с ослабленным зрением. Наиболее ярко это реализуется в работе кукольного театра. Сначала маленькие актеры из множества прочитанных произведений выбрали те, которые хотели бы инсценировать, – русские народные сказки «Репка» и «Теремок». Затем каждый ребенок изготавливал куклу, роль которой он потом играл в спектакле. Этот творческий процесс шел на занятиях в кружке «Мастерилка». Под присмотром руководителя дети смастерили головы кукол в технике папье-маше, сшили одежду и разучили роли. Первыми зрителями стали мамы и папы, а затем представления кукольного театра прошли в рамках Недели детской книги и программы «Библиосумерки» [5].

Библиотека № 5 ЦБС детских библиотек г. Рязань разработала проект «Игры на мосту», рассчитанный на детей 5–8 лет с ограниченными возможностями здоровья и интеллекта. Цель проекта, девиз которого – «Я смогу», – развитие творческих и интеллектуальных способностей детей с ОВЗ, организация их досуга с использованием новейших разработок, таких как «Технология игры в песок» и «Работа с образами животных».

Задачи проекта: обучающие (развитие интеллекта, устной и письменной речи, освоение способа сочинения и анализа сказок); развивающие (внедрение методик, позволяющих открыть и установить в детях творческий потенциал); познавательные (усвоение и воспроизведение материала); реабилитационные (создание комфортной обстановки, коррекция психоэмоциональной сферы детей с ОВЗ).

Проект состоит из четырех блоков:

- Первый – сказкотерапия «Планета чудес». На каждом занятии используются игры на развитие мышления: «Какой сказочный персонаж на что похож?», «Сказочные нелепицы», «Дом для сказочного героя», «Сказочные предметы», «Любимые блюда сказочных персонажей». Кроме того, на занятиях детям предлагается задание сочинить сказку с использованием различных предметов. В процессе сочинения развивается внимание, воображение и фантазия, обогащается социальный опыт ребенка.
- Второй блок – «Фольклорная арт-терапия». Занятия данного блока проводятся специалистами, а именно – преподавателями и студентами Рязанского музыкального колледжа им. братьев Пироговых. На занятиях дети знакомятся с загадками, пословицами, скороговорками, а также с русскими народными песнями. Всё это, помимо развития музыкальных способностей, обеспечивает терапевтический и психотерапевтический эффект.
- Третий блок – «Работа с образами животных “Я, ты и тигр”». Вместе с библиотекарем дети принимают участие в различных играх, стараясь перевоплотиться в то или иное животное. Существует определенная технология работы с образами животных, которая используется на занятиях. Помимо перевоплощения, дети узнают много нового и интересного о животных и знакомятся с детской литературой по данной тематике.
- Четвертый блок – «Песочная картинка». В процессе создания песочной картинке дети используют коллекцию миниатюрных объектов (люди, животные, растения, полезные ископаемые, здания, транспорт и т. д.). Это расширяет их кругозор и развивает

ет творческое мышление. Кроме того, библиотекарь, работая с детьми, сможет увидеть их психическое состояние и вместе со специалистом скорректировать его [2].

Коллектив **Центральной детской библиотеки ЦБС городского округа Краснотурьинск** (Свердловская обл.) стал победителем грантового конкурса «Помогать просто» Центра социальных программ РУСАЛа с проектом [«Радостное чтение»](#), цель которого – помочь детям с отставанием в умственном развитии приобщиться к миру книг с помощью сказочной куклотерапии. Проект был реализован в 2017 г.

Целевая аудитория проекта – дети младшего возраста (от 6 до 11 лет) из Краснотурьинской коррекционной образовательной школы-интерната № 6. Задачи проекта: подготовка и проведение цикла громких чтений детских книг с элементами кукольной театрализации; вовлечение детей в игровую театральную деятельность с помощью перчаточных кукол; формирование мини-библиотечки детских книг для повседневного чтения.

Используя имеющийся опыт и методические разработки, материалы из Интернета, библиотекари разработали сценарии и провели литературные мероприятия в форме громких чтений детских книг. Для чтения были выбраны сказки и детские мальшовые стихи А. Барто, В. Берестова, М. Пляцковского, наиболее понятные детям с задержкой в развитии. Чтения вслух сопровождались небольшим кукольным спектаклем с участием перчаточных кукол – персонажей сказок и детских произведений. С помощью такой «визуализации» книги дети с проблемами в развитии смогли быстрее понять смысл прочитанного, представить то, о чем идет речь в книге. По мере знакомства с куклами дети были вовлечены в процесс театрализации. Сначала куклами «играли» взрослые, но постепенно сами дети брали в руки куклы и при поддержке взрослых пытались играть роль сказочного персонажа. В результате все дети смогли попробовать себя в роли какого-нибудь книжного персонажа. Мероприятия проводились при поддержке учителей и библиотекаря школы.

Большой интерес у детей вызывали книжные выставки. После каждого мероприятия они рассматривали книжные иллюстрации и делились впечатлениями о прочитанных стихах и сказках.

Для закрепления интереса к книге и чтению была сформирована мини-библиотечка детских книг, которой могут пользоваться не только участники проекта, но и другие учащиеся школы-интерната. Мини-библиотечка состоит из книг, приобретенных на средства гранта (46 книг), а также собранных читателями библиотеки и учениками городских школ в рамках акции «Подари детям книгу» (200 книг). Подаренные книги позволят школьному библиотекарю и педагогам и дальше знакомить детей с лучшими произведениями классиков детской литературы и современных авторов, тем самым увеличивая интерес детей к книге. Торжественная передача собранных книг в дар школе-интернату состоялась на итоговом мероприятии проекта.

Самым удачным при проведении проекта было активное участие детей в нем, их желание «оживить» перчаточных кукол – надеть куклу на руку, посидеть за настоящей театральной ширмой, проиграть какие-то действия и почувствовать себя настоящим актером. Благодаря проекту ребята смогли развить в себе некоторые простые навыки ролевых театральных игр, выучили новые слова, научились более уверенно рассказывать о прочитанных и понравившихся книгах.

Цель проекта была достигнута: дети с отставанием в умственном развитии смогли приобщиться к миру книг с помощью сказочной куклотерапии, познакомиться с творчеством лучших детских писателей. На заключительном мероприятии проекта – литературной игре-викторине «Жила-была сказка...» – они вспоминали стихи и сказки, которые были прочитаны на ранее проведенных занятиях.

После реализации проекта сотрудничество Центральной детской библиотеки с школой-интернатом продолжается. Подобные мероприятия с использованием перчаточных

кукол проводятся с новыми воспитанниками школы. С более старшими ребятами-подростками проводятся литературные игры и викторины в доступной для них форме. Мини-библиотечка пополняется добровольными дарами от жителей города.

Работники [библиотеки-филиала № 1 ЦБС г. Вилючинска](#) (Камчатский край) создали в своей библиотеке несколько зон для занятий арт-терапией, в процессе которой дети могут раскрыть свои способности и таланты, получая при этом психологическую разгрузку и испытывая яркие положительные эмоции.

Одна из таких зон – световой стол для песочного рисования, который библиотекари сделали своими руками. Этот вид арт-терапии целителен уже сам по себе. Мягкий песок приятно ощущать в руках, процесс рисования прост и не требует никаких специальных навыков. Можно рисовать сразу двумя руками, что способствует работе обоих полушарий головного мозга.

Песком с удовольствием рисуют и дети и взрослые, и возле стола часто собирается сразу по несколько человек. Но это еще не всё, чем могут заняться большие и маленькие посетители детской библиотеки. В дни школьных каникул, в выходные, во время проведения различных мероприятий библиотекари проводят также мастер-классы по рисованию на воде (эбру) и рисованию кофе.

Рисование на воде – эбру выполняется специальными красками с загустителем. Но сначала для детского творчества библиотекари использовали исключительно подручные материалы: обычные пластиковые контейнеры, простые шпажки, желатин, крахмал и разведенную гуашь. Сейчас в библиотеке уже появился специальный набор для этого вида творчества.

Одно из важных предназначений библиотеки – приобщение детей к чтению, и библиотекари не забывают об этом: часто, когда дети рисуют, им читают книгу. Таким образом возникают положительные ассоциации: чтение – это увлекательный процесс, связанный с творчеством и самовыражением. А бывает, что дети сначала слушают сказку, а потом пытаются воплотить в своих рисунках те образы, которые к ним пришли.

К нетрадиционным техникам рисования, которые применяют в своей работе библиотекари, относится и создание рисунков с помощью кофе. Эта техника также является одним из видов арт-терапии. Рисование кофейным раствором похоже на рисование гуашью, а работы сочетают в себе красоту картинки и удивительный кофейный аромат. Дети, владеющие художественными навыками, создают рисунки самостоятельно, а те, кто помладше или же совсем не умеет рисовать, – пользуются трафаретами.

Кроме того, в библиотеке можно поиграть в кинетический песок, выполнить рисунок-аппликацию цветной манкой.

Развивающие занятия с использованием элементов библио-, арт- и игротерапии применяются в **Региональном центре организации библиотечного обслуживания слепых и слабовидящих граждан Национальной библиотеки УР** (ранее – Удмуртская республиканская библиотека для слепых).

В ноябре 2007 г. на базе библиотеки, в рамках реализации республиканской целевой программы «Дети Удмуртии», подпрограмма «Дети-инвалиды», был открыт Центр социокультурной реабилитации детей-инвалидов. Вторым важным этапом стала разработка Программы по социокультурной реабилитации детей с ОВЗ, предусматривающей активное использование различных методов социокультурной реабилитации, таких как музейная, игровая терапия, сказкотерапия, библиотерапия. Методы выбираются в зависимости от темы занятий и поставленной цели.

В 2015 г. в библиотеке за счет средств гранта Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, был создан Центр ранней интервенции для слепых и слабовидящих детей. На базе библиотеки была оборудована [мультисенсорная комна-](#)

[та](#), где проводятся индивидуальные и групповые занятия для посетителей с особыми потребностями, направленные на развитие их эмоциональной сферы и высших психических функций: мышления, восприятия и воображения. Создание мультисенсорной комнаты, формирование современной информационно-методической базы Центра, приобретение тифлооборудования, развивающих игр и пособий позволило вывести работу с детьми, родителями и специалистами на качественно новый уровень.

Коррекционно-развивающие занятия в условиях мультисенсорной комнаты проводятся по специальной программе, составленной работниками библиотеки, преподавателями Удмуртского государственного университета, тифлопедагогами. В зависимости от целей занятия, возрастных и физических особенностей развития детей применяются такие методы, как тематические ролевые игры, арт-терапия, релаксационные, дыхательные и другие упражнения. Длительность занятий не более 30 мин. [7]

Только в течение первого месяца мультисенсорную комнату посетили 86 человек. Это ученики школ № 53, 256, 61 г. Ижевска, а также воспитанники Якшур-Бодьинской школы-интерната для слепых и слабовидящих детей. Проведенные мероприятия получили высокую оценку как со стороны специалистов, так и со стороны родителей «особых» детей.

В 2018 г., благодаря гранту Гете-Института, появилась возможность модернизации мультисенсорной комнаты, в результате чего улучшились условия для помощи и развития незрячих и слабовидящих детей.

Знаковым инклюзивным событием стал проект по созданию клуба общения семей слепоглухих «Жить как все», открытый в 2017 г. при финансовой поддержке Межрегиональной общественной организации «Сообщество семей слепоглухих». В течение года было проведено 11 мероприятий. Так, в мае восемь слепоглухих маленьких членов объединения приняли участие в VI Республиканской открытой конференции учебно-исследовательских и творческих работ для детей с ОВЗ [«Крылья надежды»](#). Ребята представили на суд жюри свои работы, подготовленные в рамках исследований, проводимых на базе Контактного зоопарка.

Совместно с [Удмуртским республиканским музеем изобразительных искусств](#) для детей был организован цикл реабилитационных занятий «В мире новых ощущений», «Руками трогать разрешается», «Птицы».

Одним из самых знаковых событий для членов клуба «Жить как все» стало участие в Межрегиональном конкурсе-фестивале инклюзивных библиотечных кукольных театров [«Мир един для всех»](#). Совместно с руководителем Детского инклюзивного театра кукол «Надежда» ребята работали над театральной постановкой басни С. В. Михалкова «Как старик корову продавал», которая получила приз как «самая креативная».

Подобные мероприятия, проводимые в позитивной и неформальной обстановке, дают возможность раскрыть творческие и интеллектуальные способности детей с ОВЗ, помогают их социализации и интеграции в общество.

Социокультурная реабилитация молодежи с нарушениями зрения способствует формированию у нее положительного отношения к себе и к окружающему миру, а также активной жизненной позиции. Интересный проект «Следуй за мной» был реализован в конце 2016 г. и в течение 2017 г. В нем приняли участие студенты третьего курса Института социальных коммуникаций Удмуртского государственного университета и члены молодежного клуба «RE-AКТИВ», созданного на базе библиотеки. Программа была нацелена на незрячую молодежь и состояла из серии мастер-классов творческой, интеллектуальной и профессиональной направленности. Первое мероприятие было посвящено актерскому мастерству. Члены клуба «RE-AКТИВ» узнали о невербальных жестах и позах, о тактике правильного дыхания и основах сценической речи, а также получили полезные советы о том, как правильно выступать перед аудиторией.

На втором мастер-классе ребят познакомили с различными танцевальными направлениями и научили нескольким па нежного вальса и зажигательного танго.

Еще один мастер-класс прошел в формате арт-терапии. Участники не просто лепили из пластилина, но познавали себя и даже ставили цели на будущее. Закрыв глаза и погрузившись в расслабленное состояние, молодые люди собственными руками создавали мечту, думая о том, как достигнуть желаемого в реальности. Данный проект позволил молодежи с нарушениями зрения встретиться с интересными людьми, узнать много нового, а самое главное – раскрыть свой творческий потенциал.

Подводя итог, можно отметить, что задача современной библиотеки – вместе с другими государственными и общественными организациями создавать образовательную и воспитательную среду, формирующую сознательное и ответственное отношение населения к своему здоровью.

Список литературы

1. [Арт-терапия и здоровый образ жизни : методические материалы для библиотек](#) / Дворец книги – Ул. обл. науч. б-ка имени В. И. Ленина ; сост. Л. А. Утина. – Ульяновск, 2017. – 67 с.
2. Григорьева Л. Волшебный песок и загадки из сундука : реабилитационный проект «Игры на мосту» для маленьких читателей-инвалидов // Библиополе. 2018. № 5. С. 44–46.
3. Дрешер Ю. Н., Латыпова О. П. Теоретические основы библиотерапии // Библиотеки и информационные ресурсы в современном мире науки, культуры, образования и бизнеса : материалы XIII Междунар. конф. «Крым-2006» : в 2 т. – М. : ГПНТБ России, 2006. Т. 1. С. 385–390.
4. Крысанова А. Жил да был иммунитет... : кто за правильное питание и спорт? // Библиополе. 2019. № 2. С. 63–66.
5. Майер Н. Увидеть мир и поверить в себя: особенности интегрированного обслуживания детей с нарушением зрения // Библиополе. 2017. № 5. С. 53–57.
6. Попова Т. Чтобы тело и душа были молоды : тренировки в стиле Табата // Библиотечное дело. 2018. № 23. С. 20–21.
7. Шутова И. В. Социокультурная реабилитация детей с ОВЗ как форма библиотечной работы. Итоги реализации проекта «Создание центра ранней интервенции для слепых и слабовидящих детей» // Традиции и инновации в системе информационно-библиотечного обслуживания особых категорий пользователей : материалы Межрег. науч.-практ. конф. (21–22 сент. 2016 г.). – Ижевск, 2016. С. 18–24.

Ресурсы Интернета для самостоятельного изучения темы

1. [Арт-терапия. Практики применения](#) : в рамках проекта «Центр адаптивной культуры» – победителя конкурса грантов президента Российской Федерации на развитие гражданского общества / МБУК «Центр. гор. б-ка» ; сост. Ю. В. Кистер, А. Л. Шашкина. – Нижний Тагил, 2018. – 20 с.
2. [Береги здоровье смолоду](#) : библиотрансформер / Адыг. респ. юнош. б-ка, отд. инновац.-библиогр. работы ; [сост.: А. А. Бегельдиева]. – Майкоп, 2018. – 27 с.
3. [Библиотека за здоровый образ жизни](#) : (метод. материалы) / МБУК Володарского муниципального р-на Нижегородской обл. «Володарская межпоселенческая библиотека», методико-библиограф. отд. – Володарск, 2017. (Библиотекарю на заметку).
4. [«Библиотека и молодежь: путь к здоровью»](#) : инструктивно-метод. письмо о проведении Года молодежи и спорта в библиотеках Республики / Республиканская юношеская библиотека Татарстана. – Казань, 2009.

5. [Библиотеки и формирование здорового образа жизни](#) / БУ «Национальная библиотека Республики Карелия». – [Б. м.], 2013. (Библиотечный вестник Карелии ; вып. 39 (46)).
6. [Деятельность детской библиотеки по профилактике вредных привычек у детей и подростков](#) : метод. рекомендации (в рамках комплексной программы популяризации здорового образа жизни в детской библиотеке «Будь здоров!») / ОГУК «Орловская детская библиотека им. М. М. Пришвина», науч.-метод. отд. – Орел, 2010.
7. [Здоровый образ жизни](#) : метод. и практ. материалы / ГБУК «Сахалин. обл. дет. б-ка» ; сост. И. Г. Самойлова. – Южно-Сахалинск, 2014. – 36 с.
8. [Здоровый образ жизни – путь к долголетию](#) : метод. материал, посвященный здоровому образу жизни / Красногвардейская центральная районная б-ка, метод.-библиографич. отд. ; сост. С. А. Кириченко, отв. за вып. О. В. Олейникова. – Бирюч, 2016. – 42 с.
9. [Информационная деятельность библиотек по профилактике асоциальных явлений](#) : (метод. рекомендации) / Железинская ЦБС.
10. [К здоровью с книгой. Библиотеки и здоровый образ жизни](#) / Липец. ОУНБ, науч.-метод. отдел ; сост. А. Е. Коротких; ред. и отв. за вып. Л. Т. Самойлова. – Липецк, 2013. – 52 с. (Библиотечный вестник, вып. 58).
11. [Молодость. Спорт. Здоровье](#) : информ.-метод. сборник / сост. Т. О. Пономарева, Н. Г. Симанкова; дизайн обл. И. И. Касилова; отв. за вып. О. А. Винниченко. – Сыктывкар, 2013.
12. [Мы выбираем жизнь](#) : метод. рекомендации по профилактике наркомании среди подростков и молодежи / МБУК «Краснинская ЦБС» ; сост. О. В. Веремовская. – Красный, 2018. – 14 с.
13. [Профилактика здорового образа жизни в публичных библиотеках «По дороге к доброму здоровью»](#) : метод. консультация / МКУ «Калининская межпоселенческая библиотека», организационно-метод. отд. – Калининская, 2016. – 15 с.
14. [Профилактика наркотической зависимости – важная задача библиотек в современных условиях](#) : в помощь библиотекарю, работающему с молодежью / Краснодарская краевая юношеская б-ка им. И. Ф. Вараввы ; сост. С. Л. Старунова, отв. за вып. Ю. А. Нардид. – Краснодар, 2013. – 28 с.
15. [Профилактика негативных явлений в молодежной среде](#) : информационно-библиографическое пособие в помощь библиотекарю, работающему с юношеством / Краснодарская краевая юношеская б-ка им. И. Ф. Вараввы, инф.-библиограф. отд. ; сост. Д. Ю. Шабров; отв. за выпуск Ю. А. Нардид. – Краснодар, 2016. – 27 с.
16. [Формирование здорового образа жизни как социальная функция библиотеки](#) : сб. докладов и тезисов междунар. науч.-практ. конф., 12–13 ноября 2013 г. / сост. Л. Д. Корешкова / Томская обл. дет.-юнош. б-ка. – Томск, 2014. – 156 с.
17. [Формы и методы пропаганды здорового образа жизни среди молодежи](#) : профи-форум : сб. практических материалов по работе с молодежью / ГБУК «Крымская республиканская библиотека для молодежи»; сост. Г. С. Шосаидова. – Симферополь, 2015. – 52 с.

Составитель:
главный библиограф
отдела информационно-
библиографического обслуживания
О. Г. Колесникова