

Степанченко Л. А. Библиотека здоровья: творчество во взаимодействии с книгой / Л. А. Степанченко // Модельные библиотеки Белгородчины – мир новых возможностей : сб. – Белгород, 2012. – С. 103–111.

Древние мудрецы говорили: «Хочешь быть счастливым всю жизнь? Будь здоров!». В начале XXI века, как ни мечтали фантасты, проблемы со здоровьем у человечества никуда не делись, а может быть, даже наоборот, увеличились. А развитие интеллектуального потенциала населения, духовное возрождение, о котором так много говорится, невозможно без физического совершенствования современного поколения, ослабленного и вредными привычками, и плохой экологией. Вспомните, еще около двух тысяч лет назад римлянин Марк Аврелий говорил: «Каждый стоит столько, сколько стоит то, о чем он хлопочет». Важно, чтобы человек понял, что своим умом, волей он может сделать для сохранения и развития своего здоровья во много раз больше, чем все лекарства мира!

Размышляя над всем этим, мы поняли, что здоровье – самое ценное, что есть у человека, гарант семейного и материального благополучия... Так возникла идея создать библиотеку здоровья. Вторым аргументом в пользу данного решения стало ее не совсем обычное или, скажем, нетрадиционное месторасположение. Наша библиотека, благодаря инициативе главы Губкинского городского округа, получила уникальную возможность расположиться в здании нового современного спортивного комплекса, что способствует тесному сотрудничеству с тренерами, медиками этого спортивного учреждения. Хотелось бы также отметить, что наша библиотека стала единственной в Белгородской области, кто специализируется на продвижении книги в помощь формированию культуры здоровья и спорта, что четко прописано в положении о деятельности библиотеки. Сразу сделаю оговорку. Проблему здоровьесбережения населения не по силам решить одной библиотеке. Поэтому с момента открытия нашего филиала мы озаботились привлечением широкой общественности к решению целей и задач библиотеки. Так возник работоспособный и творчески направленный актив. В числе наших активистов мы с некоторой ноткой гордости называем имена директора спорткомплекса «Горняк» Горбачева Юрия Николаевича, главного врача Центра медицинской профилактики Иванова Сергея, заместителя директора ДЮСШ № 2 Литовкиной Ольги Васильевны, врача-педиатра детской поликлиники Ворох Татьяны Владимировны, заведующей аптекой Щуровой Ирины Михайловны и многих других.

С целью наиболее широкого охвата населения Губкина в структуре библиотеки функционирует кабинет нестационарного обслуживания. Таким образом, здоровьесберегающий проект библиотеки мы можем развивать на базе 11 детских садов города, Губкинского отделения Всероссийского общества глухих, Ремонтно-механического завода и Губкинской ТЭЦ.

Поскольку мы не нашли опыта работа подобных библиотек, то стали активно искать свою концепцию. Четвертый год библиотека работает в рамках целевой библиотечной программы «За здоровье, счастливое будущее, спорт!». Последние два года наша программа стала подпрограммой муниципальной программы «Губкинская школа здоровья».

Библиотека активно подключается к реализации Белгородской интеллектуально-инновационной системы. Известно, что среди трёх основных задач БИИС выделяется производство интеллекта, производство инноваций и производство социального капитала. На наш взгляд, библиотека и реализуемая ею деятельность имеет самое непосредственное отношение через реализацию здоровьесбережения к производству интеллекта.

На основании постановления Правительства Белгородской области от 21.11.2011 г. № 423-пп «О Концепции проектирования социально-культурных кластеров в муниципальных образованиях Белгородской области на 2012–2017 гг.» библиотека-филиал № 9 в своей информационной и творческой деятельности активно использует

элементы кластерного подхода. С этой целью налажено взаимодействие с организациями и учреждениями социальной сферы. За прошедшие со дня открытия библиотеки годы накоплен интересный опыт мероприятий в помощь активному здоровьесбережению. Назову только несколько, на мой взгляд, наиболее характерных мероприятий.

Например, участие библиотечных специалистов в агитационно-пропагандистском «Поезде “Здоровье”». Это не просто инновационная интересная форма работы. Это – полифункциональное сообщество, объединяющее специалистов разного профиля: врачей Центра медицинской профилактики, представителей пенсионного фонда и социальной защиты, духовенства Губкинского благочиния, образовательные учреждения Губкинского городского округа и библиотеку-филиал № 9 МБУК «Централизованная библиотечная система № 1» с целью популяризации культуры здорового образа жизни. С «Поездом “Здоровье”» сотрудники библиотеки объездили многие сёла Губкинской территории: Скородное, Истобное, Архангельское, Ивановку, Никаноровку, Бабровы Дворы, побывали во многих учебных заведениях г. Губкина.

Мероприятия в рамках работы «Поезда “Здоровье”» всегда проходят творчески с использованием нетрадиционных приемов. Так прошла беседа «Великая сила Гармонии». Если медицинские работники МБУЗ «Губкинская ЦРБ» лечили пожилых людей, библиотекари в своем выступлении использовали библиотерапию, т. е. лечение словом. Этот метод, как показывает практика, не менее успешный, эффективный, а иногда и более результативный, потому что хорошее, доброе слово действительно излечивает порой лучше любого дорогостоящего лекарства.

С внедрением новых информационных технологий у библиотеки появилась возможность использовать на мероприятиях видеоматериалы, которые помогают лучше усваивать услышанный материал. Так, рассказывая ребятам о вредных привычках, стараемся познакомить их с видеолекцией профессора В. Г. Жданова «Вредные привычки: алкогольный и наркотический террор против России», фильмы «Чижик-Пыжик, где ты был?», «Давайте выпьем», «Минздрав предупреждает», «Русский крест» (о демографии и алкоголизме), считая, что зрительный образ совместно с услышанным материалом дает наибольший эффект восприятия.

На глазах у ребят проводим опыты, которые показывают отрицательное влияние алкоголя на мозг человека, насколько опасно курение для организма подростка. В качестве альтернативы вредным привычкам ребятам библиотекари предлагают заниматься спортом, читать книги, играть на музыкальных инструментах. В таком наглядном стиле состоялись медиабеседа-предупреждение «Привычки, ведущие в бездну. Курение», шок-урок «Привычки, ведущие в бездну. Алкоголизм».

Мероприятиями в рамках работы по данной программе библиотека старается охватить все категории населения города и района. Так, дошкольников и учащихся начальных классов стараемся привлечь к занятиям физкультурой и спортом. Об этом говорят такие мероприятия, как литературно-спортивный поход «В путь-дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся!», спортивно-правовая эстафета «Свет зеленый всем мигает – в путь-дорогу приглашает», литературно-спортивная игра «Библиотека + стадион: территория здоровья» и другие.

С учащимися средних классов, старшеклассниками общеобразовательных школ города, студентами средних и высших профессиональных учебных заведений проводим более серьезные мероприятия по профилактике вредных привычек и популяризации здорового образа жизни. Частыми гостями библиотеки здоровья являются подростки и юношество. Среди них, к сожалению, есть ребята, имеющие печальный опыт пристрастия к вредным привычкам. Такие мероприятия, как беседа-предостережение «Опасные заблуждения», видеоурок-предупреждение «Сделай свой выбор», шок-урок «Между нами, девочками», диспут-тренинг «Не отнимай у себя “завтра”» и другие проходили при бурном обсуждении, на которых аргументы против вредных привычек были более убедительны.

Цель работы нашей библиотеки – не только рассказать детям и подросткам о вредных привычках, но и предложить им альтернативу. На таких мероприятиях, как встреча за круглым столом «Альтернатива улице – спортзал!», «Золотые россыпи Губкинского спорта», гостями были знаменитые спортсмены нашего города, некоторые из которых – сверстники наших читателей.

Еще одна категория – это родители. «Не надобно другого образца, когда в глазах пример отца». И правда, сколько бы мы ни говорили о тех или иных вредных привычках, как бы ни старались убедить ребят в этом, но если в семьях они видят другой пример, то добиться положительно результата практически не возможно. Поэтому мы стараемся встречаться с родителями наших читателей и обсуждать эти злободневные темы. Так, на родительском дне «Духовно-нравственное воспитание детей в библиотеке: за или против?», родительском собрании «Мир моего ребенка» обсуждались вопросы алкоголизма и табакокурения, отношение родителей к этим привычкам.

Еще одной инновационной формой работы стал библиотечный антитабачный десант «Мы видим мир некурящим», в котором приняли участие библиотекари МБУК «ЦБС № 1». Первая «высадка» десанта была совершена в школу № 13 во Всемирный день здоровья. Ненавязчиво, в доступной, а порою и в игровой форме библиотекари постарались донести до подрастающего поколения простую истину: «Курить вредно для здоровья и опасно для жизни». К антитабачному десанту школьники отнеслись с интересом. На мероприятии они почерпнули немало полезной информации, которая пригодится в дальнейшем. Ведь молодое поколение нуждается в здоровом стиле жизни, а это нужно подкреплять знаниями и направлять мысли молодежи в правильное русло.

Библиотека активно продолжает работать в направлении профилактики вредных привычек и популяризации здорового образа жизни в летний период. Это время, когда дети свободны от учебных занятий, они в принципе предоставлены сами себе и особенно ничем не заняты. Такая ситуация опасна тем, что юное поколение может увлечься не совсем полезными развлечениями и пристраститься к тем или иным вредным привычкам. И задача библиотеки в данный период – напомнить ребятам об опасности негативного поведения, рассказать о страшных последствиях увлечения алкоголем или табакокурением, да и просто занять чтением или другим интересным увлечением.

В рамках работы по пропаганде ЗОЖ библиотека активно сотрудничает с государственным казенным учреждением «Центр занятости населения города Губкина», проводя мероприятия для безработных граждан. «Золотые ориентиры здоровья» – так назывался видеообзор книжных новинок. Для слушателей была проведена премьера новых книг по спорту, здоровью и красоте с использованием электронной презентации.

Для пенсионеров, находящихся на лечении в Центре социального обслуживания населения, проведена видеопрезентация «Лечебная сила воды» с показом научно-популярного фильма «Тайна живой воды».

Таким образом, происходит интеграция материально-технических, информационно-технологических, инфраструктурных, кадровых и организационных ресурсов обеспечения функционирования библиотеки как компонента социально-культурного кластера Губкинского городского округа.

Накопленный опыт здоровьесберегающих мероприятий подвиг библиотекарей на создание проекта авторской библиотеки, которую мы так и назвали – «Десять шагов авторской библиотеки в поддержку ЗОЖ населения».

Инновационность данного проекта состоит в том, что здесь тема здоровьесбережения рассматривается не в отдельных его направлениях, а в комплексе. Здоровье человека начинается с момента оценки его физического и психического состояния. Что можно одному психастеническому типу, то категорически противопоказано другому. От правильной оценки состояния организма зависят: и выбор продуктов питания, и профессиональные и физические нагрузки, и образ жизни в целом.

Отсюда **задачи проекта**: проведение маркетинговых исследований чтения в помощь здоровьесбережению в разных социальных группах населения; совершенствование информационных ресурсов, системы библиотечных услуг и рекламы чтения по здоровьесбережению; организация социального партнерства и волонтерского движения в помощь реализации основных направлений проекта; создание мобильной команды библиотечных специалистов, способных грамотно и умело формировать общественное мнение о пользе здоровьесбережения; создание материальной и интеллектуально-информационной базы проекта авторской библиотеки по проблеме здоровьесбережения.

Цель проекта: формирование устойчивого интереса у населения к здоровьесбережению и помощь в приобретении навыков здоровьесбережения.

В общем и целом авторская библиотека здоровья – это новый концептуальный взгляд, включающий:

Креативный подход к проблеме здоровьесбережения населения посредством распространения новых знаний об особенностях систем организма каждого человека.

Обучение населения методикам поиска и потребления информационных ресурсов в помощь здоровьесбережению.

Новые виды библиотечных услуг по закреплению основ здоровьесбережения для всех категорий населения.

Целенаправленное воздействие на все категории населения по искоренению вредных привычек и приобретение здоровьесберегающих навыков.

Единый профессиональный подход к созданию собственных информационных ресурсов по проблемам здорового питания, режима труда и отдыха, психологического тестирования, тренингов и аутотренингов, способствующих здоровьесбережению населения.

Популяризация услуг библиотеки в помощь здоровьесбережению средствами СМИ.

Целостная система продвижения известных авторских методик здоровьесбережения, получивших известность и доказавших свою состоятельность.

Информирование в режиме ИРИ о новых просветительских интеллектуальных ресурсах здоровьесбережения.

Я, направленное воздействие на личность, способствующее созданию собственной позитивной концепции на охрану своего здоровья и здоровья окружающих, в том числе и здоровье нравственное.

Основные направления деятельности авторской библиотеки здоровья по программе «Десять шагов авторской библиотеки в поддержку ЗОЖ населения»:

1 шаг – индивидуальная диагностика и самодиагностика конституционного типа организма с помощью специальных тестов и опросников;

2 шаг – современный информационный сервис по индивидуальному подбору методик здоровьесбережения;

3 шаг – тестирование детей и консультирование родителей с целью индивидуального подбора видов спорта для начинающих спортсменов с участием тренеров спорткомплекса «Горняк»;

4 шаг – библиотечный консультант «Доктор ЗОЖ» с привлечением врачей узких специализаций;

5 шаг – открытие блог-страничек в сети Интернет по темам: «Как стать стройнее, не прибегая к модным диетам?», «Как победить капризы ребенка?», «Как продлить свою молодость?», «Как подружиться со спортом?» и др.;

6 шаг – Школа здоровья для молодежи «Геркулес и Афродита». Четыре занятия «Ваша одежда», «Питание», «Ваше настроение», «Ваш активный отдых»;

7 шаг – Школа здоровья для людей с вредными привычками: «Твой выбор». Четыре занятия «Почему это плохо?», «Как победить свои привычки?», «Чем заменить отвергнутые привычки?», «Как сделать свою жизнь интереснее и радостнее?»;

8 шаг – семейный клуб «ЗдоровьеПлюс»;

9 шаг – телепередача «Библиотека здоровья: новости, предложения, услуги»;

10 шаг – ежегодный конкурс «Марафон здоровья читающих семей».

Ожидаемый результат:

Ситуация по проблеме здоровьесбережения изменится в лучшую сторону, если население будет активно приобщаться к систематическому чтению, поиску новых знаний по здоровьесбережению, приобретет полезные привычки, новых друзей и соратников в стенах библиотеки.

Результатом деятельности станет увеличение показателей читаемости и обращаемости литературы по здоровью и спорту. Будет создана действенная модель взаимодействия библиотеки и других субъектов профилактики и практической помощи по вопросам здоровьесбережения в Губкинском городском округе. Реализуемый библиотекой проект даст возможность для объединения усилий по формированию общества, в котором здоровый образ жизни становится условием для успешной деятельной среды, когда в обществе есть понимание, что «яд, действующий медленно, не становится от этого менее опасным», и принцип профилактики воспринимается как главный залог качества жизни.

Проблема здоровьесбережения станет основой жизни у 50 % участников библиотечных мероприятий. Остальные 50 % станут на путь искоренения вредных привычек и приобретения полезных навыков здоровьесбережения.

Конечно, библиотека – это не больница. Она не может вылечить наркомана, запретить курение и употребление алкоголя, заставить заниматься физкультурой, и тем не менее – мы не вправе стоять в стороне от этих проблем. Посредством книг и периодических изданий, различных массовых мероприятий, проводимых как в библиотеке, так за ее пределами, мы помогаем и будем помогать своим читателям решать проблемы со здоровьем, искоренять вредные привычки, разъясняя преимущества здорового образа жизни.