

## День здоровья в Национальной библиотеке РА



Здоровье – бесценное достояние каждого человека. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, преодолевать трудности. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Эта

главная ценность жизни.

Вот и для сотрудников Национальной библиотеки Республики Адыгея стало традиционным проведение Дня здоровья с целью пропаганды принципов здорового образа жизни. Работники библиотеки с утра собрались на территории обновленного Городского парка, где провели небольшую разминку, занимались на тренажерах, а также спортивной ходьбой, бегом получив массу положительных эмоций.

