

ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ?

Мы можем утратить ребёнка, узаконить взрослого человека, а себе помнить и трудную минуту на улице - термиса. От чего такое происходит? От механизма своего собственного организма.

На базе библиотеки № 17 посёлка Львовский 1 февраля в рамках программы "Активные долголетие" тренер оздоровительных программ Ольга Ефремова проводила семинар перед сельской зрелой аудиторией на тему: "Откуда берутся болезни?"

Мы разобрали, что такое здоровье, от чего оно зависит, что может на него повлиять и как. Несмотря на богатый жизненный опыт слушателей, для многих стало открытием, что здоровье на 80% зависит от нас самих, а не от внешних факторов окружающей среды. Преподнесли на себе реально себя, наши мысли и эмоции с телом и убедились в том, что мысли влияют на работу внутренних органов, так и наоборот. Было ясно в правильном положении, но выдержать не удалось совсем не жёстко. Узнали, как с помощью простых 14 утренних упражнений и включить мышцы и органы, с ними связанные, для нормального тока энергии и выработки энергии. Все упражнения, сбалансированы и с измерением всей ответственности за своё здоровье на себя.

Хочется сказать несколько слов о тренере - **Ольге Ефремовой**. Образование высшее. Сертифицированный преподаватель школы Елены Волковой, член Ассоциации профессионалов Фитнеса РФ, персональный тренер, диетолог, тренер по ЛФК и реабилитации, фитнес-менеджер при оздоровлении пенсионеров и проблемах ОДА, членский кандидат по методу "Дальние прикосновения" Института кинезиологии. Мышечное тестирование и балансировка организма с помощью нейрофизиологического массажа, спинальные рефлексы и освобождение лимфодренажного стресса по 14 меридианам.

Самые интересные видео Ольги проливают приятное впечатление, хотелось бы верить, каждому её совету. Мышцы, дыхание, суставы, позвоночник, они ве-



рмяно отнеслась к мероприятию, подготовила каждому памятки. У всех, посетивших семинар, было прекрасное настроение и уверенность в победе над болезнями. Благодарим Ольгу Ивановну Ефремову за своевременную и полезную информацию.

ОДА ПАНДУСУ

Однажды я очень удивилась, когда увидела около нашей библиотеки пандуса, подумалась кто-то напрасно выбросил деньги на ветер. Прошло немного времени, и я поняла, что очень ошибалась касаясь этого сооружения.

Спасибо тем, кто подошёл к людям с различными физическими возможностями. Было приятно наблюдать, как некогда женщина, познакомилась с пандусом, которую опирается с тремостью на колёсики, которая была наполнена прочтёнными книжками. Она сказала, что не может часто ходить в библиотеку, а потому вынуждена набирать книги на целый месяц. Раньше ей приходилось тащить сумку по ступенькам, а теперь она легко и радостно вытаскивает книжки в библиотеку. И ей спросила: "Почему Вы не заказываете книжки по телефону?" "Я люблю общаться с народом, люблю сама выбирать книжки", - ответила читательница.

А после травмы ноги я уже не сомневалась, что пандус необходим не только приходе в библиотеку, но и до всех мест в нашем доме и общественных местах. Слова пандусу и людям, придумавшим эту конструкцию!

Галина Василенко

Василенко, Галина. Откуда берутся болезни? ; Ода пандусу/ Г. Василенко. – Текст : непосредственный // Утро вечера мудренее. – 2020. – 6 февраля. – С. 1. – В библиотеке №17 состоялся семинар об оздоровительной программе. Пандус перед библиотекой – помощь для маломобильных читателей.



Администрация г.о. Подольск
вчера в 13:45



Каждую среду в библиотеке № 17 ЦБС г. Подольска в микрорайоне Львовском с 15:00 до 17:00 жители могут записать видеовоспоминание о своём родственнике или знакомом - участнике войны - на патриотической акции «Про Героя».

Так, 12 февраля жители микрорайона пришли в библиотеку, чтобы поделиться своими историями об участниках и свидетелях Великой Отечественной войны, фронтовиках, партизанах, тружениках тыла, красноармейцах. Михаил Коротич пришел в библиотеку рассказать о своих прабабушке и прадедушке Филиных Александре Анисимовне и Михаиле Федоровиче, Галина Викторовна Титова рассказала про своего деда Валериана Петровича Самсонова, который по завершении Великой Отечественной войны в звании майора продолжил военную службу. О супругах Косяковых рассказала их дочь Нина Игоревна, сообщили в территориальном отделе администрации «Львовский».

Напоминаем, что акция в библиотеках продлится до конца марта. Приглашаем принять активное участие!

Каждую среду в библиотеке № 17 ЦБС г. Подольска в микрорайоне Львовском с 15:00 до 17:00 жители могут записать видеовоспоминание о своём родственнике или знакомом - участнике войны - на патриотической акции «Про Героя». – Текст : электронный // Администрация Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 13 февраля. – URL : https://vk.com/podolskadm?w=wall-150807195_25512 (дата обращения: 14.02.2020).

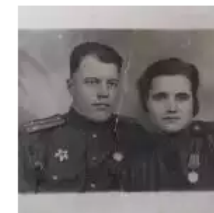
Жители микрорайона Львовский принимают участие в патриотической акции «Про Героя»

14 февраля 2020

29



3.



Как сообщили в территориальном отделе «Львовский», каждую среду в библиотеке № 17 с 15.00 до 17.00 жители Большого Подольска могут записать видеовоспоминание о своём родственнике, знакомом, участнике войны в рамках патриотической акции «Про Героя». Напомним, что она стартовала в Подмосковье в последний январский день – за 100 дней до 9 Мая, когда будет праздноваться 75-летие Победы советского народа в Великой Отечественной войне. В Большом Подольске участие в акции принимают 16 библиотек.

Так, в минувшую среду, 12 февраля, поделиться своей историей в библиотеку пришел **Михаил Коротич**. Он рассказал о своих прабабушке и прадедушке **Александре Анисимовне** и **Михаиле Федоровиче Филиных**. Жительница микрорайона Львовский **Галина Титова** вспоминала про своего деда **Валериана Петровича Самсонова**, который после Великой Отечественной войны в звании майора продолжил военную службу. О супругах **Косяковых** рассказала их дочь **Нина Косякова**. У многих участников акции «Про Героя» на глазах были слезы, когда они делились своими воспоминаниями.

С условиями участия можно ознакомиться на сайте акции «[Про Героя](#)». Контактные телефоны для участников акции в Городском округе Подольск: 8 (4967) 54-67-10 и 8(4967) 54-19-72. Акция продлится до конца марта.

Жители микрорайона Львовский принимают участие в патриотической акции «Про Героя». – Текст : электронный // Администрация Городского округа Подольск : офиц. сайт. – 2020. – 14 февраля. – URL : <http://подольск-администрация.рф/zhiteli-mikrorajona-lvovskij-prinimayut-uchastie-v-patrioticheskoy-aktsii-pro-geroya/> (датат обращения: 17.02.2020). – Запись видеовоспоминаний в библиотеке № 17.

■ МИР КУЛЬТУРЫ



ОН НЕЗРИМО С НАМИ

Сотрудники библиотеки №17 пос. Львовский и ДК "Металлург" 8 февраля подготовили и провели День памяти А.С. Пушкина. Этот концерт состоялся благодаря равнодушным людям: и взрослым, и детям. Украшением стали юные балерины из "Симфонии полёта" (руководитель Т.С. Сложеникина). Были показаны два видеоролика о жизни поэта. Звучали стихи, отрывки из романа "Евгений Онегин", сказки, песни и романсы на стихи А.С. Пушкина в исполнении известных певцов. Зал же был украшен рисунками детей по произведениям гениального поэта. Звучала музыка В.Г. Свиридова. Обстановка была приближена к пушкинским временам. Все артисты выражали свою любовь к поэту и к его произведениям. Мне в какой-то момент показалось, что он находится среди нас. Уходить не хотелось. Даже низкая температура в зале не смогла испортить наше настроение. Посмотрели выставку рисунков, сделали несколько фотографий на память. Об одном жалею, что родители ленятся приводить детей на такие мероприятия. А здесь есть чему поучиться. Да и взрослым интересно почерпнуть новые знания. От имени читателей, любителей концертов передаю слова благодарности всем, кто подготовил и принял участие в Дне памяти А.С. Пушкина.

Галина Василенко

Василенко, Галина. Он незримо с нами/ Г. Василенко. – Текст : непосредственный // Утро вечера мудренее. – 2020. – 13 февраля. – С. 8. – (Мир культуры). – Сотрудники библиотеки № 17 посёлка Львовский и ДК "Металлург" подготовили и провели День памяти А. С. Пушкина.

Урок мужества провели для кадетского класса Львовской школы № 4

28 февраля 2020

19



Как сообщили в территориальном отделе «Львовский», сотрудник библиотеки № 17 **Вера Александровна Овсиенко** провела для учащихся кадетского класса Львовской школы № 4 Урок мужества.

В ходе встречи она рассказала школьникам о Герое Советского Союза **Зое Космодемьянской**, показала презентацию фильма о подвиге юной партизанки, а также напомнила, что в рамках патриотической акции «Про Героя» каждый желающий может записать в библиотеке видеовоспоминание о своём родственнике или просто знакомом участнике Великой Отечественной войны. В дальнейшем отобранные видеопортреты займут почетное место в новом музейном комплексе «Зоя» в деревне Петрищево.

Все учащиеся с большим интересом слушали, задавали вопросы и принимали активное участие в Уроке мужества.

Пресс-служба администрации Городского округа Подольск

Фото ТО «Львовский»

Урок мужества провели для кадетского класса Львовской школы № 4. – Текст : электронный // Администрация Городского округа Подольск : офиц. сайт. – 2020. – 28 февраля. – URL : <http://подольск-администрация.рф/urok-muzhestva-proveli-dlya-kadetskogo-klassa-lvovskoj-shkoly-4/> (дата обращения: 02.03.2020). – Мероприятие организовала и провела библиотека № 17.



Викторина "Широкая масленица", которую провели сотрудники библиотеки №17 (мкр. Львовский), вызвала большой интерес и буквально каждый хотел принять участие, правильные ответы были вознаграждены сладкими призами. – Текст : электронный // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 2 марта. – URL : https://vk.com/kulturapodolsk?w=wall-42075986_4071 (дата обращения: 05.03.2020).



Василенко, Галина. В библиотеке / Г. Василенко. – Текст : непосредственный // Утро вечера мудренее. – 2020. – 19 марта. – С.1. – Мастер-класс в библиотеке №17.



Василенко, Галина. Мастер-класс/ Г. Василенко. – Текст : непосредственный // Утро вечера мудренее. – 2020. – 19 марта. – С. 1. – Мероприятие в библиотеке №17.



Комитет по культуре и туризму

13 мая в 16:58



Библиотеки города Подольска

12 мая 2020 в 20:31

В библиотеках Подольска проходит акция Неделя чтения вслух "Читаем о героях Великой Отечественной войны" в рамках областного проекта "Мы помним! Мы гордимся!".

Библиотека № 17

Борисенко Алёна и Анжелика читают отрывок из рассказа Н. Богданова «Мы вдвоём с братишкой».

<https://youtu.be/T-Ko0K-gf0E>

#библиотека17 #библиотекиПодольска #цбс_подольск #подольчаневсети
#Подольск #Читаемогероях #МыпомнимМыгордимся #мыпомним_победа75
#75летПобеде #стихиопобеде #помнимгордимсячим #годпамятииславы



В библиотеках Подольска проходит Неделя чтения вслух "Читаем о героях Великой Отечественной войны" в рамках областного проекта "Мы помним! Мы гордимся!". – Изображение : видео // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 13 мая. – URL : https://vk.com/kulturapodolsk?w=wall-42075986_5373 (дата обращения: 13.05.2020). – Читают читатели библиотеки № 17.



Комитет по культуре и туризму

15 мая в 16:42



Библиотеки города Подольска

15 мая 2020 в 12:11

Библиотека № 17 поздравляет с международным днем семьи и дарит читателям открытку, которую можно изготовить самостоятельно в кругу семьи.

Приглашаем на онлайн мастер-класс "Объемная открытка хризантемы"

В семейном кругу мы с вами растем,

Основа основ – родительский дом.

В семейном кругу все корни твои,

И в жизнь ты приходишь из семьи.

https://youtu.be/5dniFc_d7JY


#библиотека17 #цбс_подольск #библиотекиПодольска


#Подмосковныебиблиотеки #культураонлайн #Подольск_го #подольчаневсети

#Подольск #Московскаяобласть




Библиотека № 17 поздравляет с международным днем семьи и дарит читателям открытку, которую можно изготовить самостоятельно в кругу семьи. – Текст : электронный. Изображение : видео // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 15 мая. – URL : https://vk.com/kulturapodolsk?w=wall-42075986_5422 (дата обращения: 15.05.2020).

 **Комитет по культуре и туризму**
18 мая в 23:41

 **Библиотеки города Подольска**
18 мая 2020 в 11:45

Дорогие читатели, библиотека №17 приглашает на интересный весенний онлайн мастер - класс "Весна, весна на улице".
Распустилась яблонька,
У бабушки в саду.
Она такая маленькая,
Первый раз в цвету.
Показать полностью...



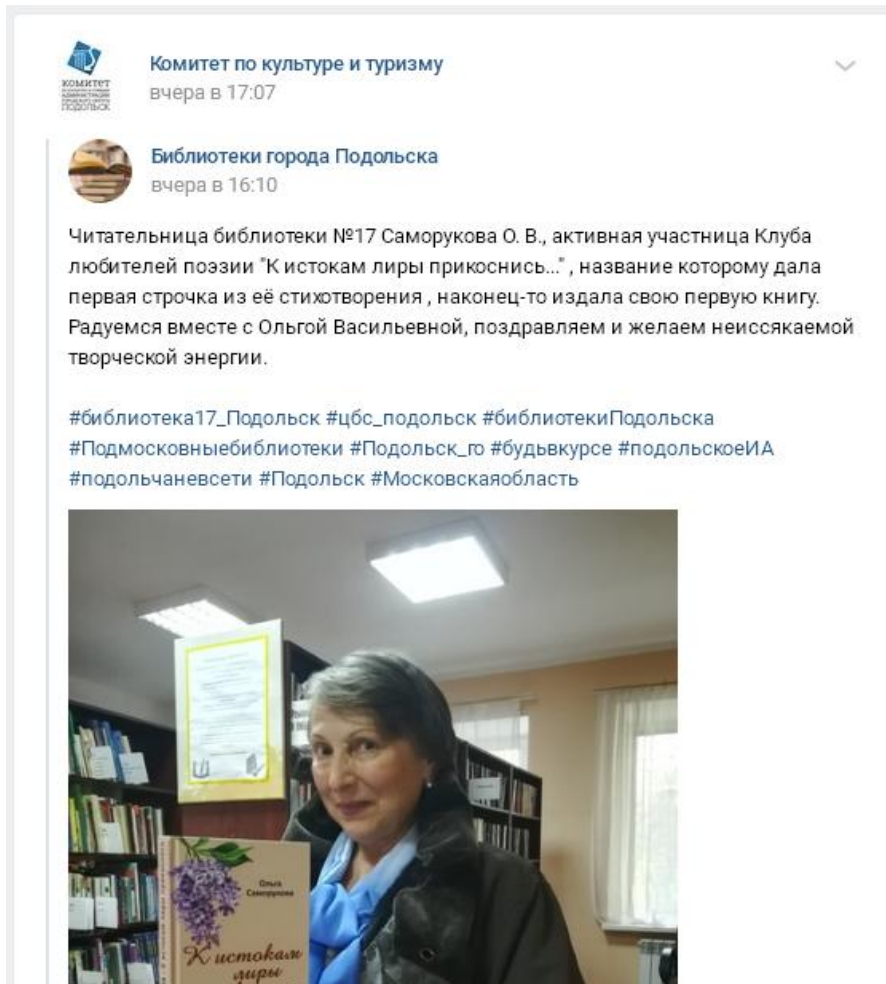
Дорогие читатели, библиотека №17 приглашает на интересный весенний онлайн мастер - класс «Весна, весна на улице». – Текст : электронный.

Изображение : видео // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 18 мая. – URL :

https://vk.com/kulturapodolsk?w=wall-42075986_5494 (дата обращения: 18.05.2020).



Федосеева, Татьяна. Новая книга неисправимой оптимистки / Т. Федосеева. – Текст : непосредственный // Утро вечера мудренее. – 2020. – 10 сентября. – С. 2. – В Львовской библиотеке состоялась презентация книги Галины Василенко "Мемуары неисправимой оптимистки".



Презентация книги «К истокам лиры прикоснись» прошла в библиотеке № 17 посёлка Львовский

05.11.2020 20



МЕДИАЦЕНТР — 5 ноября, ПОДОЛЬСК — В читальном зале библиотеки № 17 посёлка Львовский состоялась презентация книги «К истокам лиры прикоснись» читательницы библиотеки Саморуковой Ольги Васильевны. Торжественности и значимости событию добавили почётные гости — член Союза журналистов России, поэтесса Яковлева Светлана Николаевна и член Союза писателей России, писатель Грачёв Сергей Анатольевич с супругой. Дорогие читатели, фонд библиотеки пополнился прекрасной книгой, приходите и знакомьтесь с творчеством Ольги Васильевны! Получите огромное удовольствие!

МАУ «Медиацентр» по информации пресс-службы администрации Городского округа Подольск

Презентация книги «К истокам лиры прикоснись» прошла в библиотеке № 17 посёлка Львовский. — Текст : электронный // МАУ "Медиацентр" : офиц. сайт. — 2020. — 5 ноября. — URL : <https://maumediacenter.ru/news/prezentacija-knigi-k-istokam-liry-prikosnis-proshla-v-biblioteke-17-poselka-lvovskij.html> (дата обращения: 05.11.2020).



Комитет по культуре и туризму

26 ноя в 18:14



Библиотеки города Подольска

25 ноя 2020 в 16:41

В библиотеке №17 новое поступление книг.

Если книгу написал,

Значит ты - писатель.

А если книгу прочитал,

Значит ты - ЧИТАТЕЛЬ!

Стать читателем может каждый!

Приходите в библиотеку!

#библиотека17_Подольск #цбс_подольск #библиотекиПодольска
#Подмосковныебиблиотеки #Подольск_го #будькурсе #подольскоеИА
#подольчаневсети #Подольск #Московскаяобласть



В библиотеке №17 новое поступление книг. – Текст: электронный // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск: ВКонтакте. – 2020. – 26 ноября. – URL: https://vk.com/wall-42075986_7850 (дата обращения: 30.11.2020).



Комитет по культуре и туризму

2 дек в 21:19



Библиотеки города Подольска

2 дек 2020 в 12:30

Акция "Подари книгу пациентам больниц"

Библиотеки №16 и №17 приняли участие в Акции "Подари книгу пациентам больниц", организованной по инициативе Комитета по культуре и туризму Г.о. Подольск. Львовская больница получила в подарок книги, которые помогут скорейшему выздоровлению и возвращению к полноценной жизни. Читайте книги и будьте все здоровы!

#библиотека17 #цбс_подольск #библиотекиПодольска

#Подмосковныебиблиотеки #Подольск_го #подольчаневсети #Подольск

#Московскаяобласть.



Акция "Подари книгу пациентам больниц". – Текст : электронный // Комитет по культуре и туризму Администрации Городского округа Подольск : ВКонтакте. – 2020. – 2 декабря. – URL: https://vk.com/wall-42075986_7947 (дата обращения: 02.12.2020). - Библиотека №17 приняла участие в Акции "Подари книгу пациентам больниц", организованной по инициативе Комитета по культуре и туризму Г.о. Подольск. Львовская больница получила в подарок книги, которые помогут скорейшему выздоровлению и возвращению к полноценной жизни.