

Государственное учреждение культуры
"Шарковщинская централизованная библиотечная система"
Шарковщинская районная центральная библиотека
Сектор библиотечного маркетинга и социокультурной деятельности

«За здоровьем в библиотеку»



Шарковщина, 2026

Государственное учреждение культуры
"Шарковщинская централизованная библиотечная система"
Шарковщинская районная центральная библиотека
Сектор библиотечного маркетинга и социокультурной деятельности

«ЗА ЗДОРОВЬЕМ В БИБЛИОТЕКУ»

экспресс-обзор

Шарковщина, 2026

«За здоровьем в библиотеку»: экспресс-обзор / ГУК «Шарковщинская ЦБС», районная центральная библиотека; сектор библиотечного маркетинга и социокультурной деятельности; сост. А.Н. Гарлукович, В.В. Шишко. – Шарковщина, 2026. – 13 с., ил.

Экспресс-обзор предлагает к рассмотрению интернет-ресурсы с достоверной информацией, сайтами, рекомендованными Министерством Здравоохранения, Министерством культуры и другими вышестоящими организациями по профилактике вредных привычек.

Основной характеристикой современного общества является проникновение информационных технологий во все сферы деятельности человека. Умение ориентироваться в таком обществе есть необходимое условие успешного и комфортного существования в нём. Не малую роль и не последнее место занимает в этом процессе Интернет. Особую роль играют специализированные разделы и форумы, где обсуждаются разнообразные темы и предоставляются рекомендации по использованию различных приложений и сервисов.

Ежедневно библиотекари сталкиваются с огромным потоком различной информации. Библиотекарь сегодня является проводником не только в мир книг, но и в мир Интернета. С каждым годом всё больше запросов пользователей библиотеки касается использования Интернета и информационных ресурсов, да и сами библиотекари большую часть поиска осуществляют через Интернет-ресурсы. Владея навыками поиска, в сети можно найти практически всё.

Современная библиотека выступает посредником в получении информации между поставленной проблемой и пользователем, проводя профилактические мероприятия. В работе библиотекаря очень важно уметь найти нужную информацию. Понимание ключевых аспектов онлайн ресурсов важно для эффективного их использования в различных сферах деятельности. Библиотека является социальным институтом, который постоянно ведет работу по профилактике вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания), профилактике правонарушений, пропаганде здорового образа жизни, профилактике психического здоровья. Чтобы не потеряться в разнообразии предоставляемой нам информации, предлагаем Вам ресурсы с достоверной информацией, сайты, рекомендованные Министерством Здравоохранения, Министерством Культуры и другими вышестоящими организациями.

1. KIDS POMOGUT.BY

На сайте kids.pomogut.by собрана самая важная информация о проблемах в сети, о «Насилии в отношении детей», о «Безопасном поведении».

Как вовремя понять, что такое буллинг? Куда обращаться и кто может помочь? Как с этим бороться? На эти и многие другие вопросы можно найти ответ на сайте. Ключевой функцией сайта является анонимное и бесплатное онлайн-консультирование на конфиденциальной основе по вопросам предотвращения насилия в онлайн среде. Kidspomogut.by – это совместная инициатива Минского городского исполнительного комитета, Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Беларуси при экспертной поддержке Kaspersky.

С учетом того, что в Беларуси, по данным МВД, за последние пять лет в пять раз увеличилось число детей, которые пострадали от педофилов, новый интернет-ресурс очень актуален.

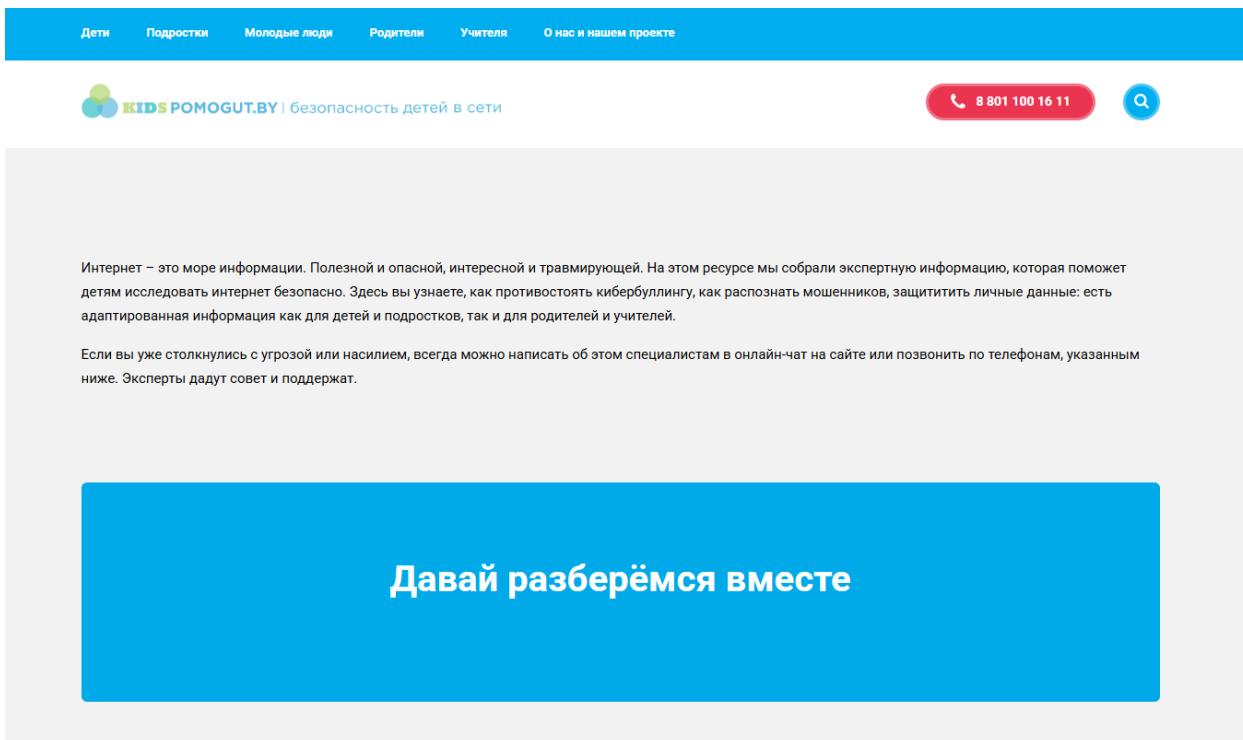


Рисунок 1 Главная страница сайта Kidspomogut.by

Во вкладке «Дети» можно найти подразделы «Викторины» и «Что-то в интернете».

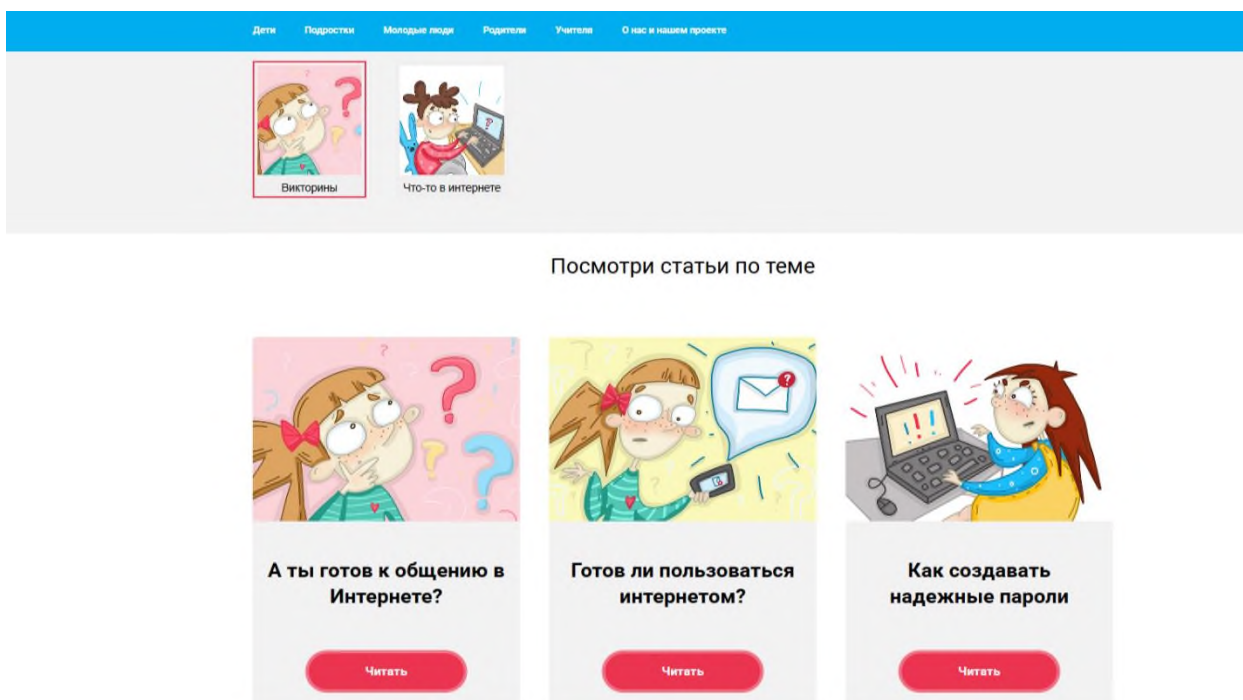


Рисунок 2 Статьи в подразделе "Викторины"

Во вкладке «Что-то в интернете» размещены статьи на следующие темы:

- Правила цифровой гигиены;
- 5 правил создания безопасного пароля;

- Приватное общение в интернете: мессенджеры и чаты в соцсетях;
- Как не утонуть в интернете;
- Что такое интернет?
- В сети действуют те же правила безопасности, что и в реальном мире!
- Давайте вместе познакомимся с правилами безопасности в интернете;
- История про медвежонка Федю и правильный выбор;
- А ты готов к общению в интернете?
- Готов ли пользоваться интернетом?
- Как создавать надежные пароли.

Во вкладке «**Подростки**» размещены подразделы «Безопасность в интернете» и «Душевное здоровье».

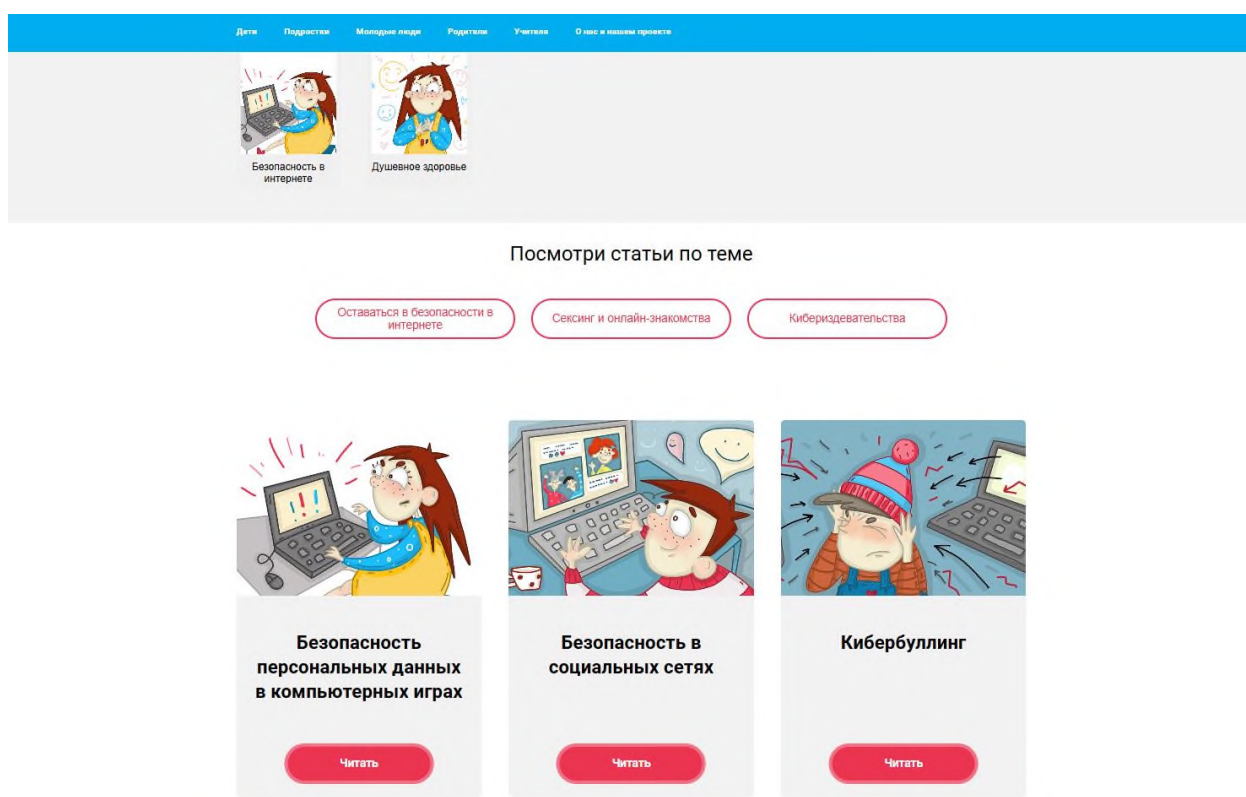


Рисунок 3 Статьи в подразделе "Душевное здоровье"

Во вкладке «Безопасность в интернете» можно найти статьи на следующие темы:

- Безопасность персональных данных в компьютерных играх;
- Безопасность в социальных сетях;
- Кибербуллинг;
- Приватность или как защитить личные данные в интернете?
- Доксинг: что это и как избежать?
- Как я могу пользоваться интернетом?
- Я хочу общаться в интернете и социальных сетях;

- Как защитить себя в интернете?
- Персональные данные;
- Можно ли размещать в интернете персональную информацию?
- Я хочу скачать что-то и в интернете;
- Я хочу разместить свою фотографию в интернете или в социальных сетях;
- Я хочу разместить чужую фотографию в интернете в социальных сетях;
- Я хочу делать покупки в интернете;
- Агрессивное поведение (насилие в интернете);
- Общение в сети интернет: Обман;
- Что делать, если я попался в ловушку?
- Хочешь лайков и известности в социальных сетях?
- Как справиться с троллингом в интернете?

Дети Подростки Молодые люди Родители Учители О нас и наших проектах

Как не утонуть в интернете



Бывает, собираешься пять минут почитать френдленту или посмотреть одно видео – и вдруг обнаруживаешь, что прошло пять часов, на улице стемнело, домашнее задание даже не начато и времени ни на что не хватает. Знакомо? Чтобы такого не происходило (или хотя бы происходило нечасто), можно ввести в свой обиход несколько простых правил цифровой «гигиены»

Не пользоваться соцсетями на всех устройствах

Например, проверять обновления "ВКонтакте" только с ноутбука, а мобильное приложение снести. Или наоборот – только с телефона, за компьютером никаких соцсетей. Такое разграничение избавит тебя от соблазна зайти в соцсеть в середине другого дела на автомате, просто потому, что она оказалась под рукой. Сел делать домашку за компьютер – значит, возможности отвлечься на ленту просто нет. А когда домашка сделана, можно целенаправленно взять смартфон и все посмотреть.

Вообще не держать соцсети "под рукой"

Рисунок 4 Пример содержание статьи "Как не утонуть в интернете"

2. Единый белорусский веб-портал по ВИЧ/СПИДу.

Основная задача интернет-портала – оперативно информировать заинтересованные организации и частные лица по указанной тематике. Ресурс носит название «Единый белорусский веб-портал по ВИЧ/СПИДу». AIDS.BY является действительно единым для всех организаций и категорий населения.

AIDS.BY публикует самые оперативные и актуальные материалы для всех участников профилактики ВИЧ-инфекции в Республике Беларусь. Таким образом, постоянное обращение за информацией на aids.by формирует точку зрения читателя, повышает его образовательный уровень, влияет на отношение к теме ВИЧ.

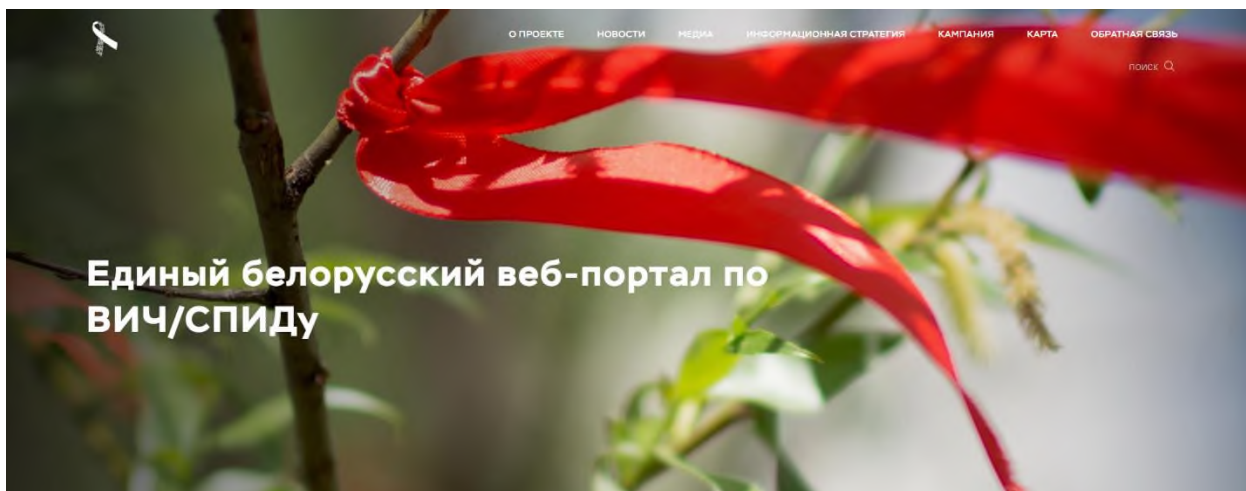


Рисунок 5 Главная страница сайта

AIDS.BY организует экспорт наиболее актуальных отечественных информационных материалов на тему профилактики ВИЧ на информационные ресурсы СНГ и всего мира.

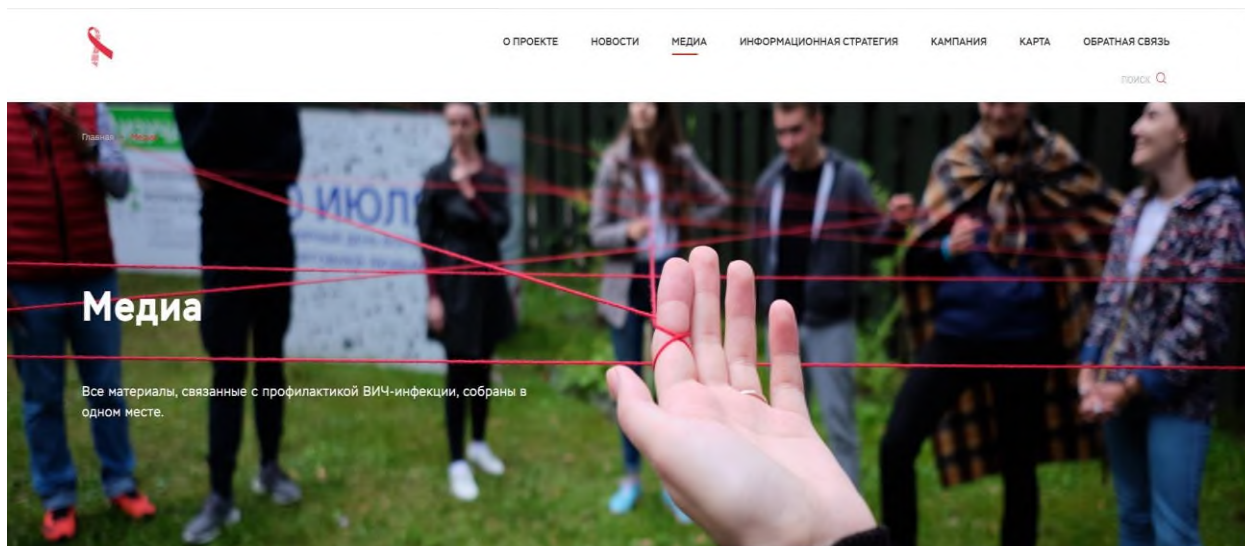


Рисунок 6 Раздел "Медиа"

Чем полезен этот ресурс? В разделе Медиа размещаются все материалы, связанные профилактикой с ВИЧ-инфекцией. Это фотогалерея, Видеогалерея, Videоблоги, Материалы. Заслуживают внимания раздел

Видеогалерея. Открывая этот раздел можно найти фильмы, короткие ролики, на тему ВИЧ-инфекции и СПИД.

Видеогалерея



Видеообращения

Видеофильмы

Репортажи и телепередачи

Ролики

Рисунок 7 Раздел "Видеогалерея"

При нажатии раздела Материалы открываются еще подразделы с полезной информацией, в каждый раздел можно зайти и найти себе нужную информацию, готовые буклеты, брошюры.

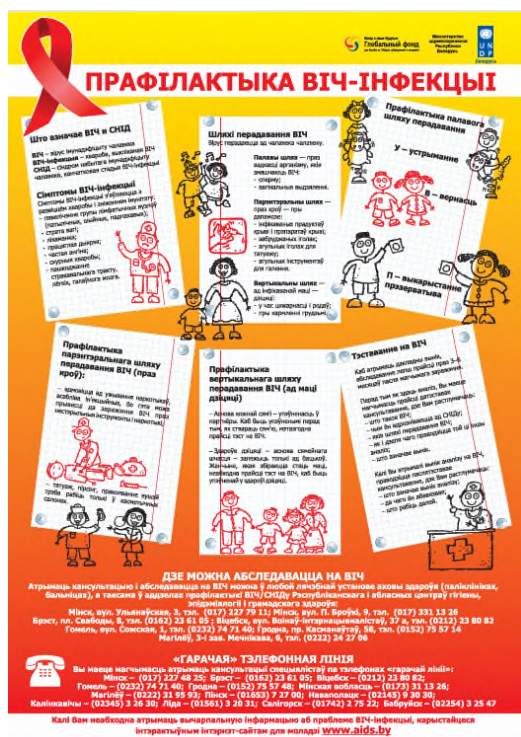


Рисунок 8 Информационный плакат

3. Республиканский научно-практический центр психического здоровья.

Чем же полезен данный сайт?

На верхней панели сайт размещен раздел «Пациентам». Если развернуть этот раздел, можно найти подраздел «Информационно-образовательные материалы по пропаганде ЗОЖ». При открытии данного подраздела можно найти ещё более детальное деление:

- Профилактика зависимости и вредных привычек;
- Профилактика инфекционных заболеваний;
- Психические заболевания;
- Разное.

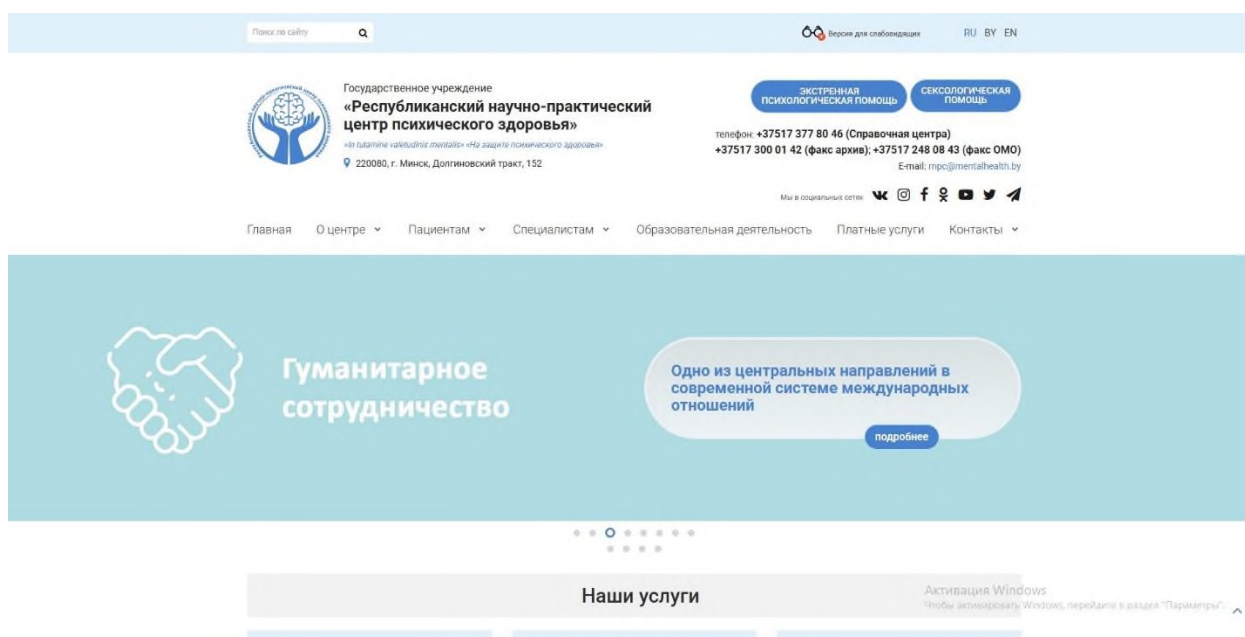


Рисунок 9 Главная страница сайта

- Дыши легко
- Злой вирус наркотик
- Капля Яда, несущая Смерть!
- Стоп Наркотик! Выбери другую реальность!
- Выбери другую реальность
- Пар, уносящий здоровье
- Курение табака - опасная игра
- Способы преодоления и лечения табачной зависимости
- Коронавирусная инфекция и алкоголь
- «В жару алкоголю «нет» скажу!»
- Не курить значит здоровым жить
- Быть цветком или угольком?
- Скажи наркотикам - нет!
- Алкоголизм в подростковой среде
- Профилактика наркомании среди подростков
- Мысли трезво
- 10 причин сказать "нет" наркотикам"
- О вреде спайса
- STOP наркомания
- Независимость от зависимости
- Сделай свой выбор сам
- СТОП СПИД
- Пивной алкоголизм
- SOS наркомания
- О вреде курения
- Пассивное курение
- Яд - это не моя тема
- Брось курить - измени жизнь!
- Женский алкоголизм - мифы и реальность
- Зависимость от алкоголя. Можно ли ее избежать?
- Влияние алкоголя на репродуктивные процессы

Рисунок 10 Пример готовых названий листовок, буклетов, памяток по "Профилактике зависимостей и вредных привычек"

Информационные материалы можно использовать при написании сценария, а также как раздаточный материал на мероприятии.

Также на данном сайте можно найти телефоны экстренной психологической помощи по каждому региону страны.

Главная / Экстренная психологическая помощь

Экстренная психологическая помощь

Экстренная психологическая помощь по телефону «Телефон доверия» осуществляется высококвалифицированными специалистами в области психологии и психотерапии.

Помощь в решении психологических проблем оказывается **АНОНИМНО! БЕСПЛАТНО!**

В трудных жизненных ситуациях, когда Вам кажется, что Вы в тупике и не находите выхода,

ПОЗВОНИТЕ, ВАМ ПОМОГУТ!

Номера телефонов экстренной психологической помощи «Телефон доверия»

Название города	Код	Номер телефона	Время работы
Брестская область			
г. Брест	80162	51-10-13	круглосуточно
г. Брест (короткий номер)		170	круглосуточно
Витебская область			
г. Витебск	80212	61-60-60	круглосуточно
Гомельская область			
г. Гомель	80232	31-51-61	круглосуточно
Гродненская область			

Рисунок 11 Раздел «Экстренная психологическая помощь»

4. Молодёжь Беларуси.

Данный информационный ресурс является основным государственным информационный ресурс в сфере молодёжной политики.

Молодёжь Беларуси ОСНОВНОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ РЕСУРС В СФЕРЕ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ

Учащейся и студенческой молодёжи | Молодым специалистам и работающей молодёжи | Молодым семьям | Молодежные структуры | Молодежные послы Целей устойчивого развития

Новости

Поиск по новостям

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ КВН
КУБОК
МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ - 2025
ДЛЯ РАБОТАЮЩЕЙ МОЛОДЕЖИ

Конкурсы
Стартовал прием заявок на участие в республиканском фестивале КВН
13 марта 2025

Важно сейчас

Фестиваль цифрового искусства Play DigitalArt
21 января 2025

100 идей для Беларуси: Истории победителей, которые вдохновляют - полимер для бескаркасной мебели
3 марта 2025

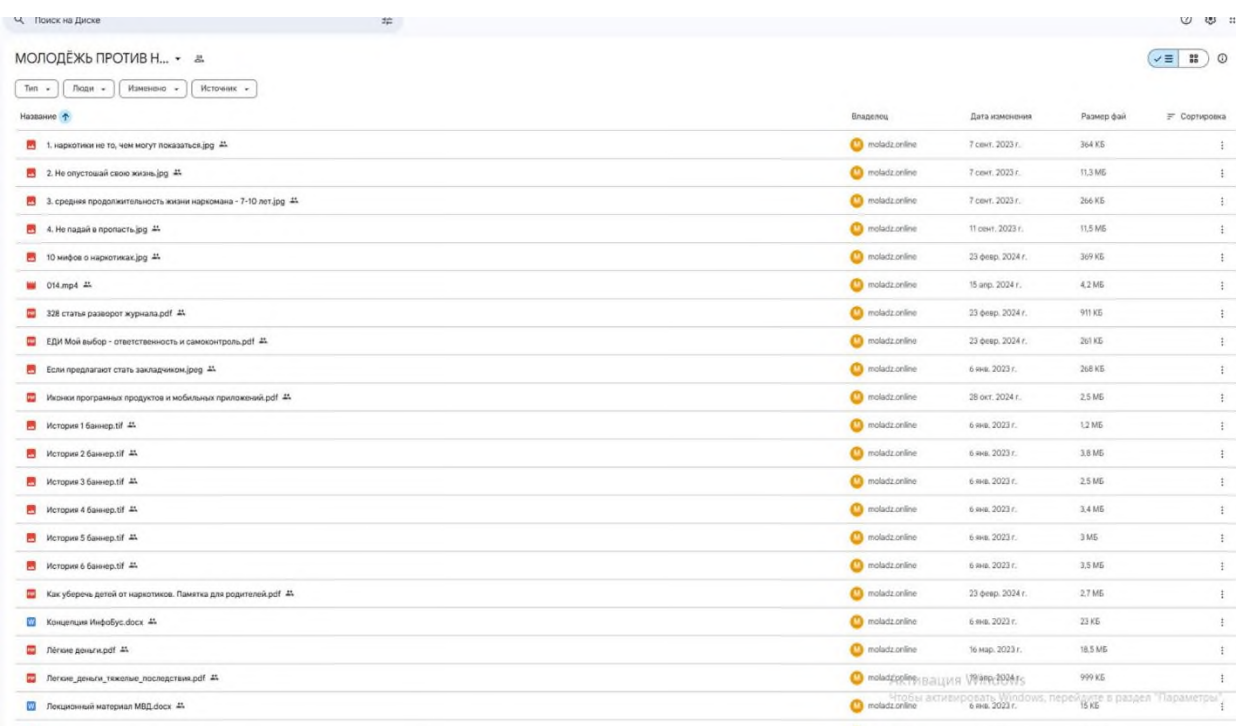
Молодежный форум Windows стилистов пройдет в Минске 5-7 марта
26 февраля 2025

Рисунок 12 Главная страница сайта

В подразделе «Молодёжь против наркотиков» (Меню - полезные материалы - учащейся и студенческой молодежи - молодёжь против наркотиков) размещена актуальная информация, которая может помочь при подготовке к мероприятиям по профилактике наркомании:

- Статистика наркомании среди молодежи: актуальные цифры;
- Трафаретки. Кто они такие;
- Продажа реквизитов банковских карт;
- Социальный портрет несовершеннолетнего наркосбытчика в Беларуси;
- Что нужно знать о наркомании;
- Как сказать «НЕТ!», когда тебе предлагают наркотики;
- Как понять, что человек начал принимать наркотики;
- Республиканский смартмоб по профилактике наркомании среди несовершеннолетних «Выбери свою альтернативу».

Если пролистнуть статью в самый конец, можно найти дополнительные материалы для использования в работе (листовки, буклеты, памятки, рекомендации).



Название	Владелец	Дата изменения	Размер файла	Сортировка
1. наркотии не то, чем могут показаться.jpg	moladz.online	7 сент. 2023 г.	364 КБ	
2. Не опустошай свою жизнь.jpg	moladz.online	7 сент. 2023 г.	11,3 МБ	
3. средняя продолжительность жизни наркомана - 7-10 лет.jpg	moladz.online	7 сент. 2023 г.	266 КБ	
4. Не падай в пропасть.jpg	moladz.online	11 сент. 2023 г.	11,5 МБ	
10 мифов о наркотиках.jpg	moladz.online	23 февр. 2024 г.	369 КБ	
014.mp4	moladz.online	15 апр. 2024 г.	4,2 МБ	
328 статья разворот журнала.pdf	moladz.online	23 февр. 2024 г.	911 КБ	
ЕДИМ Мой выбор - ответственность и самоконтроль.pdf	moladz.online	23 февр. 2024 г.	261 КБ	
Если предлагает стать закладчиком.jpg	moladz.online	6 янв. 2023 г.	268 КБ	
Изнки программных продуктов и мобильных приложений.pdf	moladz.online	28 окт. 2024 г.	2,5 МБ	
История 1 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	1,2 МБ	
История 2 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	3,8 МБ	
История 3 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	2,5 МБ	
История 4 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	3,4 МБ	
История 5 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	3 МБ	
История 6 баннер.tif	moladz.online	6 янв. 2023 г.	3,5 МБ	
Как уберечь детей от наркотиков. Памятка для родителей.pdf	moladz.online	23 февр. 2024 г.	2,7 МБ	
Концепция InfoBus.docx	moladz.online	6 янв. 2023 г.	23 КБ	
Лёгкие деньги.pdf	moladz.online	16 мар. 2023 г.	18,5 МБ	
Лёгкие деньги_тяжелые последствия.pdf	moladz.online	19 апр. 2024 г.	999 КБ	
Лекционный материал МВД.docx	moladz.online	6 янв. 2023 г.	15 КБ	

Рисунок 13 Материалы по теме "Молодёжь против наркотиков"

Возвращаясь в главное меню, можно найти раздел «Психологическая помощь», нажав на который, увидите номер круглосуточных телефонов. Можно позвонить или можно написать психологу.

5. Республиканский центр психологической помощи.

Центр ведёт свою деятельность в двух основных направлениях:

Психологическая помощь участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях; информационно-методическая и обучающая деятельность по вопросам психологической помощи участникам образовательного процесса. Занимается разработкой методических пособий, буклетов, практикумов для психологов учреждений образования, детей, родителей и учителей в интересах создания и поддержания безопасной образовательной среды.

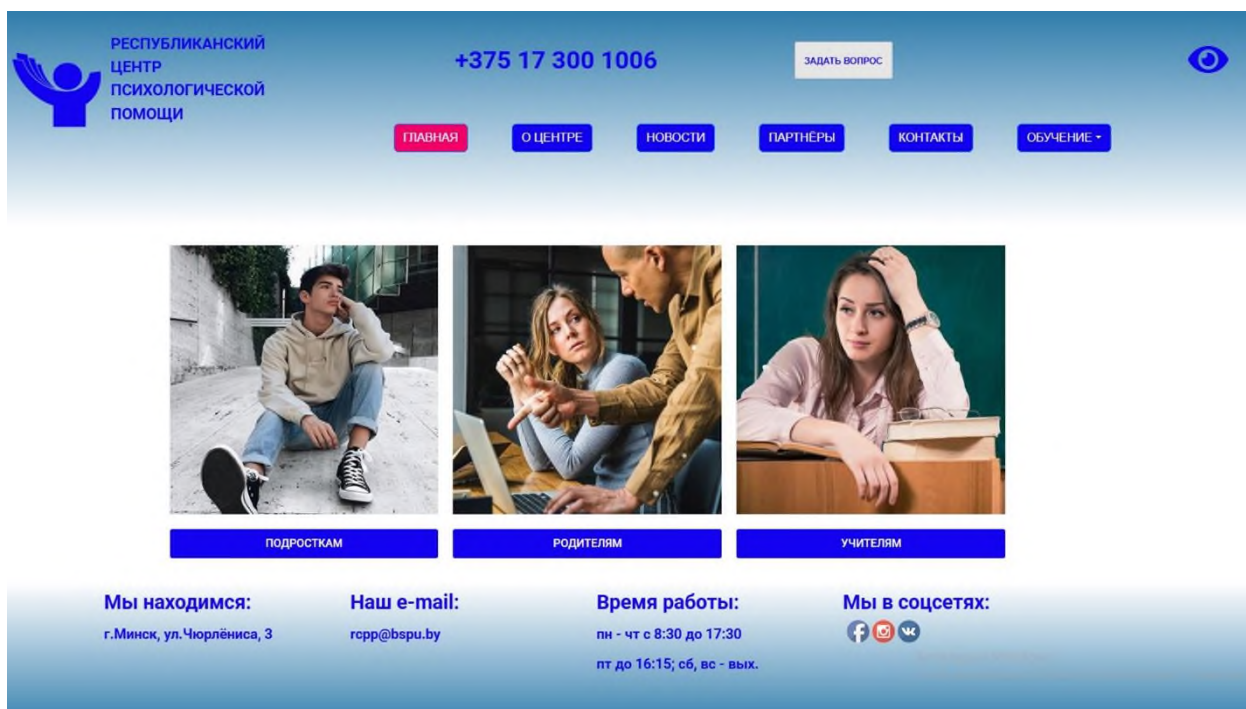


Рисунок 14 Главная страница сайта

На главной странице сайта размещены главные разделы: «Подросткам», «Родителям», «Учителям». При нажатии на один из них раскрываются дополнительное меню со статьями, которые также можно использовать в работе. Здесь также есть готовые буклеты, брошюры, памятки.

В разделе «Родителям» размещены статьи «Брошюры для родителей о буллинге и кибербуллинге».

6. Стоп Наркотик! Беларусь



Рисунок 15 Информация для работы с подростками

На сайте данного ресурса размещены статьи, советы, истории успеха, ресурсы для помощи и поддержки, а также контакты специалистов и организаций, готовых оказать помощь в борьбе с наркотической зависимостью.

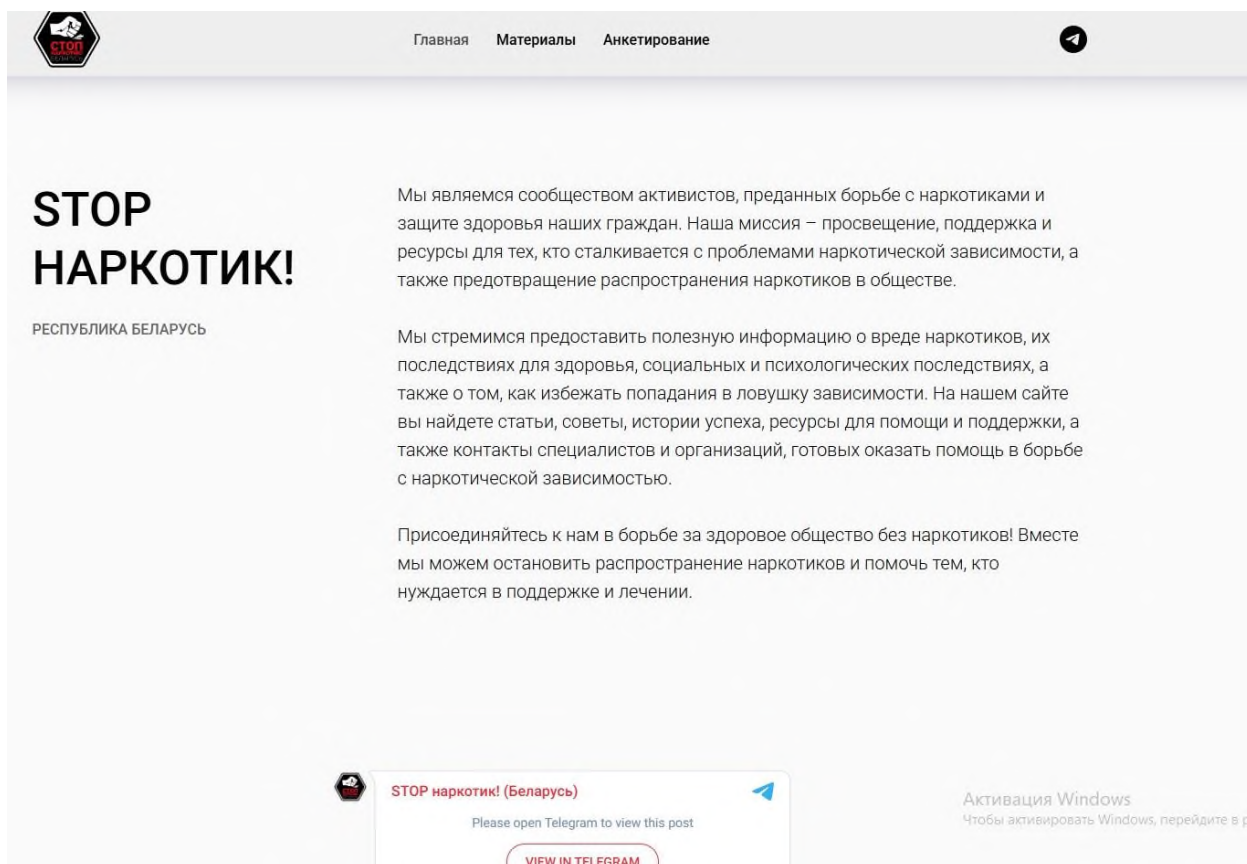


Рисунок 16 Главная страница сайта

В раздел «Материалы» достаточно много достоверной и проверенной информации, которую можно использовать в работе:

- Что стоит за кайфом?»;
- Так ли сладок запретный плод?»;
- Как сказать «НЕТ!», когда тебе предлагают наркотики?»;
- Как отличить наркомана от неупотребляющего человека»;
- Цикл историй «STOP наркобизнес»;
- 11 опасностей наркомании.

На сайте можно пройти анонимное анкетирование, после прохождения которого специалисты помогут справиться с проблемой.

С целью профилактики преступлений в сфере незаконного оборота наркотиков, оперативного обмена информацией по профилактике наркомании в молодежной среде в мессенджере Telegram создан канал "STOP наркотик!".

В Telegram-канале можно найти новости по вопросам профилактики и противодействию употреблению и распространения наркотических веществ, в том числе в подростковой среде, сведения и комментарии правоохранительных органов об оперативной работе в данной сфере, рекомендации специалистов для родителей.



Рисунок 17 QR-код для перехода в мессенджер Telegram на канал "STOP наркотик!"

Заключение

Таким образом, Интернет сегодня стал океаном информации, с которой предстоит справиться библиотекарю. Задача современного библиотекаря - повышение собственной информационной культуры, за счет использования ресурсов Интернет, овладение навыками поиска в нем информации. Современный библиотекарь должен быть высококвалифицированным специалистом, умеющим работать как в традиционном ключе, так и с использованием новых информационных технологий.