



**DLACZEGO WARTO
CZYTAĆ?**



**Czy czytanie daje nam coś więcej poza rozrywką i wspomnieniem
mile spędzonego czasu? Oczywiście, że tak! Czytanie książek ma
bardzo wiele zalet.**



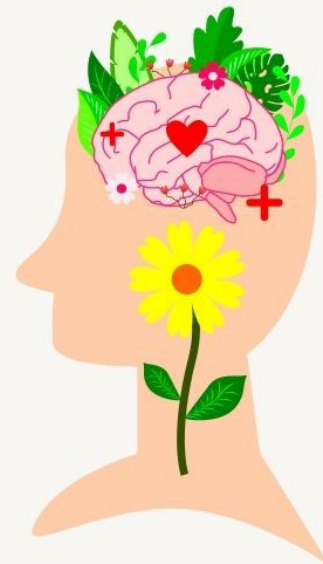
Pozwala odnieść sukces

Czytanie jest umiejętnością niezbędną we współczesnym świecie. Odgrywa znaczącą rolę na wszystkich etapach rozwoju człowieka. Osoby, które opanują tę umiejętność lepiej radzą sobie w życiu. Czytanie pozwala odnieść sukces nie tylko w szkole, ale również w dorosłym życiu.



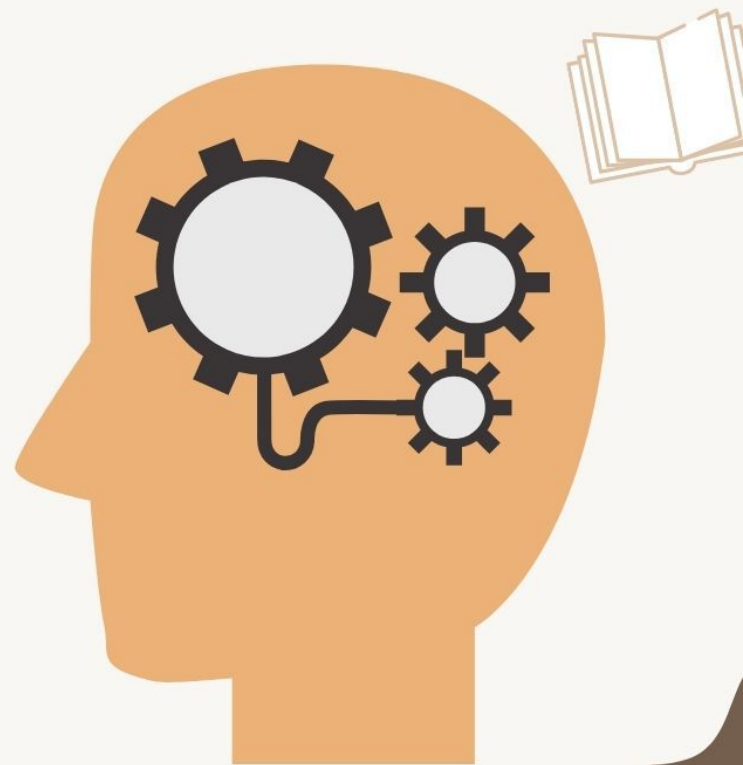
Redukuje stres

**Czytanie uspokaja i spowalnia bicie serca.
Wystarczy 6 minut czytania, żeby zredukować
uczucie stresu aż o 60%**



Poprawia pamięć

Podczas czytania powieści mamy mnóstwo rzeczy do zapamiętania - imiona bohaterów, ich charakterów, motywacje, historie, związki z innymi bohaterami, szczegóły. Dzięki czytaniu nasza pamięć pozostaje w dobrej kondycji.



Inspiruje

Postaci fikcyjne mogą stanowić takie samo źródło inspiracji, co spotkanie z żywym człowiekiem. Inspirować może wszystko - aktywności, którym się oddają, miejsca, które odwiedzają, decyzje, które podejmują.



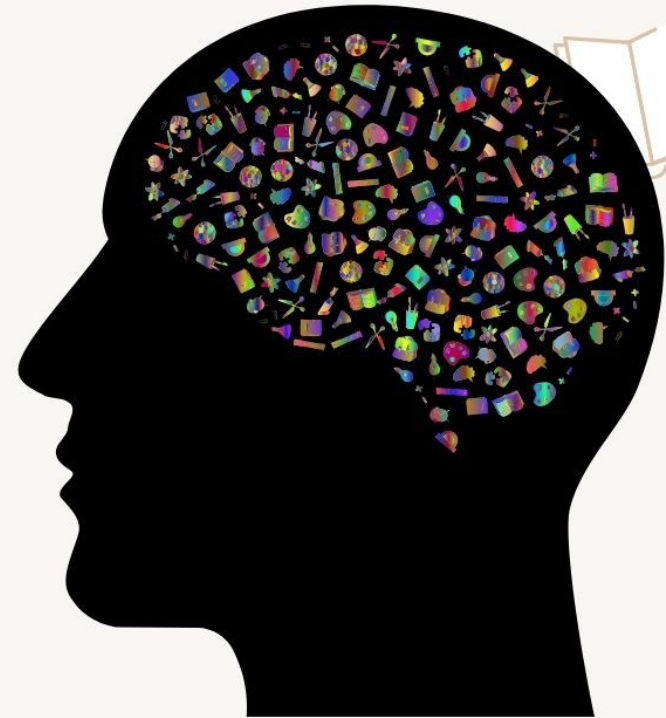
Rozwija wyobraźnię

Mając przed oczami tylko literki sami musimy wizualizować sobie to, co dzieje się w książce - nieczęsto są to nawet rzeczy, których nie możemy zobaczyć w świecie rzeczywistym! Czytanie stymuluje prawą półkulę mózgu - rozwija naszą wyobraźnię.



Stymuluje nasz mózg

Warto czytać książki, aby utrzymać nasz mózg w dobrej formie. Mole książkowe mają 2,5 razy mniejszą szansę na rozwój Alzheimera, czytanie spowalnia także starczą demencję, poszerza słownictwo, poprawia skupienie i koncentrację.



Rozwija wrażliwość na sztukę i innych ludzi

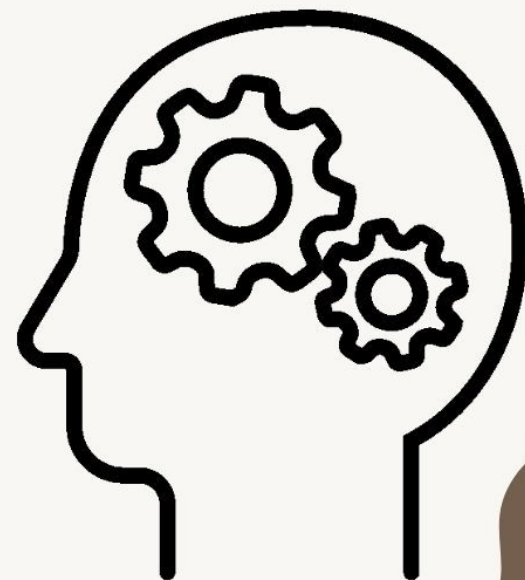


Ludzie czytający książki 3 razy częściej odwiedzają muzea i 2 razy częściej uczestniczą w koncertach. Również 2 razy częściej malują, fotografują i piszą. Czytając rozwijamy również własną empatię. Zaangażowanie w losy bohaterów pozwala nam na postawieniu się na miejscu drugiego człowieka i zrozumienie go.



Zwiększa zdolności analityczne

Rozwiązywanie zagadek wymaga analizowania wydarzeń, faktów, motywacji postaci, stawiania tez, weryfikowania założeń. Zdecydowanie rozwija to zdolność do krytycznego i analitycznego myślenia.



Pomaga zasnąć



Stworzenie wieczornego rytuału z książką daje naszemu ciału sygnał, że pora się zrelaksować i przygotować do snu.

Kształtuje osobowość

Czytanie pozwala nam postawić się w różnych sytuacjach, w których na co dzień do tej pory się nie znaleźliśmy. Otwiera nas na nowe doświadczenia i rozszerza horyzonty, kształtując nas samych.





Pamiętajcie, że książki to nie tylko lektury szkolne!
Jeśli lubisz grać w Wiedźmina, na pewno sposobą Ci się saga
książek, jeśli lubisz serię filmów Marvel, polubisz komiksy
z tej serii, jeśli podoba ci się film na podstawie książki,
przeczytaj ją - na pewno książka spodoba ci się bardziej!





THE END