**ПЛАН**

**акции «Марш в красном» в рамках всероссийской акции «Библионочь-2019»**

**Место проведения: научно-медицинской библиотека (пр. Ленина, 107)**

**Время проведения: 19 апреля с 18 до 22 часов**

**Тема: Библиотека здоровья**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятие**  | **Кабинет**  | **Время**  | **Содержание** |
| **Акция «Марш в красном»****Лекторий «Здоровье»**: 4 лекции по 15 минут, + вопросы | 5 | 18.00-18.2519.00-19.2520.00-20.2520.45-21.05  | 1. Витамины2. Здоровое сердце 3. Рациональное питание4. БАДы |
| **Лаборатория «Территория физкультуры»**В перерывах между лекциями | 5 | 18.3019.3020.30  | Спортивные комплексы на каждый день (по 10 минут) |
| **Лаборатория «Нетрадиционная медицина»**: | 7 | 19.00-21.00 | Восточная медицина (схема Дзин);сибирская медицина (траволечение);алхимия (Эликсир жизни). |
| **Лаборатория «Узнай свое здоровье»:****-**экспресс-диагностика,-окулист,-психиатр,-невролог/ортопед,-терапевт,-глав.врач | 6 | 18.00-21.00 | Экспресс-диагностика, медосмотр:измерение давления, сахара, ИМТ (индекс массы тела), спирометрия.Жалобы - рекомендации. |
| **Лаборатория «Интеллектуальный поиск»:** квест | Книго-хранилище | с 18.00-21.00 | Поиск изданий в фонде по шифру хранения. Маршрутная карта, ребусы.(выдается сертификат участника) |
| **Чайные паузы** | 4 | 18.00-21.00 | Чай  |
| **Викторина «PROпитание»** | 4 | 18.00-21.00 | Викторина о полезном питании (проводится во время чайных пауз) |
| **Лаборатория «Релакс»** | 2 | 18.00-21.00 | Мастер-класс по лепке, росписи керамики;арт-терапия;выставка-продажа поделок. |
| **Лаборатория «Фотостудия»**  | 9 | 18.00-21.00 | Фото с медицинской атрибутикой  |
| **Лаборатория «Аптека для души»** | 2, хранилище,лестн. 3 эт.,фойе | 18.00-21.00 | -просмотр редких книг,-книжный развал (бесплатная раздача книг),-раздача рассады, комнатных цветов. |
| **Аллея здоровых советов** | лестница с 1 этажа, коридор | 18.00-21.00 | «Дерево советов»: на листьях полезные советы о здоровье |
| **Библиоавтобус по кампусу между ТГУ, СибГМУ и ТПУ** для желающих уч-ков | остановка«Библиотека здоровья» | 19.4520.45  | Желающие смогут съездить в библиотеки ТГУ, ТПУ.2 заезда |