**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 | 18.00-18.25  19.00-19.25  20.00-20.25  20.45-21.05 | 1. Витамины  2. Здоровое сердце  3. Рациональное питание  4. БАДы |
| **Лаборатория «Территория физкультуры»**  В перерывах между лекциями | 5 | 18.30  19.30  20.30 | 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» | 19.45  20.45 | Желающие смогут съездить в библиотеки ТГУ, ТПУ.  2 заезда |