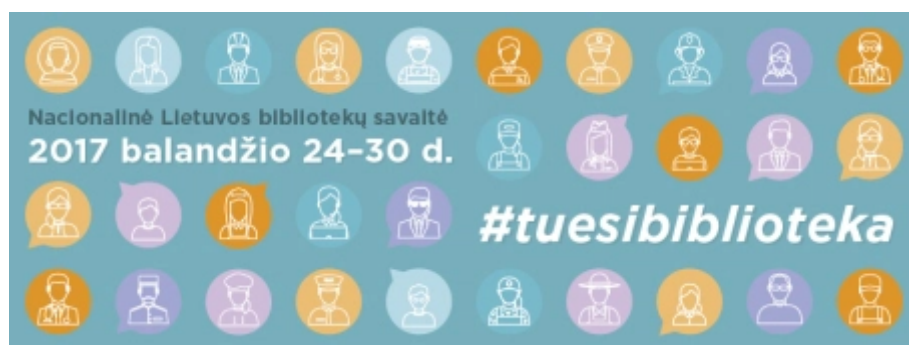


Lietuvos medicinos biblioteka

17-oji Nacionalinė bibliotekų savaitė – „Kurkime biblioteką kartu“

gegužės 9, 2017 at 9:47 am (<https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/>) | [Parašykite komentarą \(https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/#respond\)](https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/#respond)



(<https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/biblioteku-savaite/>)

Praūžė 17-oji Nacionalinė Lietuvos bibliotekų savaitė. Šių metų tema kvietė bibliotekos lankytojus, bendruomenės narius, partnerius ir rėmėjus dalintis nuomonėmis ir idėjomis, kokios bibliotekos jiems reikia šiandien, kokia ji galėtų būti bei kaip kiekvienas galėtų prisidėti ir kurti šiuolaikinę biblioteką kartu. Kiekvieno nuomonė – tai įkvėpimas bibliotekoms keistis. Bibliotekose vyko bendruomenių renginiai, susitikimai su rašytojais, leidėjais, politikais, žiniasklaidos atstovais. Visi kartu galėjo diskutuoti apie bibliotekų vaidmenį, svarbą ir ateitį.

Lietuvos medicinos biblioteka šiam tikslui savo Facebook profilyje sukūrė įvykį „Kuriu Lietuvos medicinos biblioteką“, kuriame visi norintys galėjo dalintis idėjomis ir svajonėmis apie medicinos biblioteką. Pagal gautus atsakymus, galima teigti, jog Lietuvos medicinos biblioteka turėtų būti šviesi ir erdvi, su individualaus ir grupinio darbo kambariais, modernia mokymosi erdve (naujais stacionariais ir nešiojamais kompiuteriais, anatomijos pamokoms skirtais muliažais ir pan.), sėdmaišiais, vandens, kavos aparatais ir t.t.

Apsilankę bibliotekoje, kiekvienas turėjo progą pasigrožėti medicinos studentės Eglės Stukaitės surengtos parodos „Dėjà vu...“ tapybos darbais, taip pat galėjo patyrinėti senųjų XVIII – XIX a. medicinos knygų, leistų Vilniuje, nuosavybės ženklus. Taip pat kiekvienas galėjo pasinaudoti kasmet skelbiamomis bibliotekos akcijomis ir nemokamai užsiregistruoti į medicinos informacijos paieškos kursus, gražinti knygas nemokant delspinigių, naujai užsiregistravę lankytojai, nemokamai gavo skaitytojo pažymėjimą, taip pat buvo galima pasiimti knygą iš dovanojamų knygų fondo.

Taip sutapo, kad bibliotekų savaitės metu buvo minima Pasaulinė darbuotojų saugos ir sveikatos diena (balandžio 28 d.), pasufleravusi dar vieną renginį, kurio metu bibliotekos darbuotojai – Jūratė, Kristina ir Indrė, surengė paskaitėlę apie sveikatos saugojimą, dirbant sėdimą darbą. Visų pirma, pademonstravo pratimus (https://www.youtube.com/watch?v=3UI_5OzuLDo), kuriuos galima atlikti paprasčiausiai atsistojus nuo kėdės – nepasitraukiant iš darbo vietos. Tai įvairūs raumenų tempimai ir lengvi pratimai, kuriuos gali padaryti kiekvienas. Iš pažiūros paprasti pratimai gali atnešti daug naudos sustingusiems kūno raumenims, taip išvengiant nugaros skausmų ar kitų sveikatos negalavimų, susijusių su sėdimu darbu. Įvairių lengvesnių ar sudėtingesnių pratimų kombinacijų galima rasti patiems Youtube kanale. „Dirbant su kompiuteriu, itin varginame akis, dėl to gali atsirasti akių išsausėjimas, sukeltas nemalonius pojūčius, be abejo, gali nusilpti regėjimas, tad nepamirškime atlikti pratimų“ (https://www.youtube.com/watch?v=yzg94Iamm_c&list=RDOM35rcdnPGLw0), skirtų akims“ – ragino bibliotekos darbuotoja. Minutė, kita, skirta akių pratimams atlikti ar kas kelias minutes padaromas vienas pratimas, gali padėti išvengti nemalonumų.

Judėjimas ir aktyvesnis gyvenimo būdas svarbus, norint išlaikyti energiją ir sveikatą, o kas gali būti paprasčiau už ėjimą? Todėl buvo prastatyta ir viena iš laisvalaikio veiklų – šiaurietiškas ėjimas su tam skirtomis specialiomis lazdomis. Ėjimo techniką galite pažiūrėti internete (<https://www.youtube.com/watch?v=0nVTToHGDvUY>). Po renginio buvo vaišinamasi sveikuoliškais valgiais, dalinamasi receptais, nes maistas taip pat labai svarbus gerai savijautai.

Renginiai vyko ir už Lietuvos medicinos bibliotekos ribų. Šįkart Informacijos skyriaus vedėja Regina mažuosius Nacionalinės bibliotekos skaitytojus „Rytmečio skaitymuose“ supažindino su Daktaru Aiskauda – kitai tariant, Cemachu Šabadu, realiai Vilniuje gyvenusiu ir ypatingai sergančius vaikus globojusi, gydytoju.

Pasibaigus bibliotekų savaitei nenustokime kurti bibliotekos kartu, nes kiekviena idėja gali tapti įkvėpimo šaltiniu ir paskatinimu judėti į priekį.



(https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/img_0989/)



(<https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/>)



[kartu/img_0991/](#)

[\(https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/img_0993/\)](https://lmbtau.wordpress.com/2017/05/09/17-oji-nacionaline-biblioteku-savaite-kurkime-biblioteka-kartu/img_0993/)

Entry filed under: [Netikėtumai bibliotekose](https://lmbtau.wordpress.com/category/netiketumai-bibliotekose/) (<https://lmbtau.wordpress.com/category/netiketumai-bibliotekose/>).

[Tiek, kiek davei Jo Marchant „Stebuklingi vaistai: minčių įtaka kūnui“](#)



[Trackback this post](#) | [Subscribe to the comments via RSS Feed](#)

Kategorijos

[Knygos](#)

[Knygos pagal receptą](#)

[Baimė](#)

[Depresija](#)

[Kopriklusomybė](#)

[Nerimas](#)

[Netektis](#)

[Paaugliai](#)

[Panikos atakos](#)

[Priklausomybės](#)

[Psichologinis smurtas](#)

[Pyktis](#)

[Santykių problemos](#)

[Savivertė](#)

[Savižudybės](#)

[Smurtas](#)

[Stresas](#)

[Vaikų auklėjimas](#)

[Vaikų elgesio sutrikimai](#)

[Valgymo sutrikimai](#)

[Lietuvos veiklios ilgaamžystės akademija](#)


[Medicinos naujienos](#)

[Medikų kūryba](#)

[Medikų poezijos pavasaris](#)

[Netikėtumai bibliotekose](#)

 [Sekundė įkvėpimo!](#)

 [Idomybių skiltis](#)

[... Medicinos istorija](#)

[... Terapija](#)

[Create a free website or blog at WordPress.com.](#)