

**5-7
АПРЕЛЯ**

ЯРМАРКА ЗДОРОВЬЯ



В программе возможны изменения

ПРОГРАММА ВЫСТАВКИ «ЯРМАРКА ЗДОРОВЬЯ»

г. Иркутск, 5-7 апреля 2024 года, павильон №1

5 апреля

СЦЕНИЧЕСКАЯ ПЛОЩАДКА

- 10.30-11.00 **Курс на Здоровье «Глубокое дыхание».** Цигун с **Ириной Виниченко** (помогаем сердцу, печени, почками, лёгким...). Проводит Ирина Виниченко, Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE.
- 11.00-12.00 **Квиз «Нужны ли взрослым прививки».** Проводит ФГБОУ ВО «ИГМУ».
- 12.00-13.00 **Мастер-класс по скандинавской ходьбе.** Проводит Ассоциация «Байкальская федерация скандинавской ходьбы».
- 13.00-13.30 **ОТКРЫТИЕ ВЫСТАВКИ «ЯРМАРКА ЗДОРОВЬЯ».**
- 13.30-14.00 **Презентация профессиональной косметики SPA IZBA с демонстрацией на модели. Средства для лица.** Проводит SPA IZBA.
- 14.00-14.30 **Презентация «Максимальная сила ENERGYMAX».** Проводит компания «Энерджимакс».
- 14.30-15.00 **Мастер-класс группы здоровья.** Проводит ГБУЗ «Иркутский областной врачебно-физкультурный диспансер «Здоровье».
- 15.00-15.30 **Зарядка донора.** Проводит ВОД «Волонтеры-медики».
- 15.30-16.00 **Оздоровительный цигун.** Проводят Холявицкая Анастасия, Вячеслав Кутищев.
- 15.30-16.00 **Презентация «Цифровой полис».** Проводит СОГАЗ –МЕД.
- 16.00-16.30 **Презентация «Профилактика онкозаболеваний женщин в репродуктивном возрасте».** Проводит СОГАЗ –МЕД.

КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛ

- 11.00-12.00 **Лекция «Профилактика сахарного диабета».** Проводит ОГБУЗ «ИРБ».
- 12.00-13.00 **Лекция «ЗОЖ: основы правильного питания, профилактика и лечение ожирения».** Проводит ОГБУЗ «Шелеховская РБ»
- 13.00-14.00 **Лекция «Об эффективности физических нагрузок для лиц пожилого возраста».** Проводит ГБУЗ «ИОВФД «Здоровье»»
- 14.00-15.00 **Лекция «Средиземноморская диета».** Проводит ОГАУЗ «Иркутская МСЧ № 2».
- 15.00-16.00 **Лекция «Избыточная масса тела и диагностика диабета».** Проводит ОГАУЗ «Иркутская МСЧ №2»
- 16.00-17.00 **Лекция «Профилактика и ранняя диагностика рака молочных желез».** Проводит ГБУЗ «ООД».

ЗАЛ «МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ»

- 10.00-18.00 **МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко.** Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE.
Подробная программа на сайте <https://marafonzdorovya.ru/perezagruzka3day>

СТЕНД № В35

- 10.00-16.00 **Бесплатная проверка точности тонометров.** Проводит ФБУ «Иркутский ЦСМ» Росстандарта.

6 апреля

СЦЕНИЧЕСКАЯ ПЛОЩАДКА

- 10.00-10.30 **«Держать равновесие - это просто» (практика)** Проводит Ирина Виниченко, Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE.
- 10.30-11.00 **Оздоровительный цигун.** Проводят Холявицкая Анастасия, Вячеслав Кутищев
- 11.00-12.00 **Квиз «Нужны ли взрослым прививки».** Проводит ФГБОУ ВО «ИГМУ»
- 12.00-13.00 **Мастер-класс по скандинавской ходьбе.** Проводит Ассоциация «Байкальская федерация скандинавской ходьбы»
- 13.00-13.30 **«Как создать умный иммунитет».** Докладчики - к.б.н, доцент Абидуева Л. Р., к.фарм.н., доцент Ломбоева С.С; д.в.н., профессор Кушеев Ч.Б. (сценическая площадка).
- 13.30-14.00 **«Как создать умный иммунитет: Новые продукты для иммунитета на рынке России».** Докладчики - к.б.н, доцент Абидуева Л. Р., к.фарм.н., доцент Ломбоева С.С; д.в.н., профессор Кушеев Ч.Б. (сценическая площадка).
- 14.00-14.30 **Оздоровительный цигун.** Проводят Холявицкая Анастасия, Вячеслав Кутищев
- 14.30-15.00 **Мастер-класс по оказанию первой помощи.** проводит ГБУЗ «ИОЦМК»
- 15.00-15.30 **Зарядка донора.** проводят ВОД «Волонтеры-медики»
- 15.30-16.00 **Презентация «Максимальная сила ENERGYMAX»** Проводит компания «Энерджимакс».
- 16.00-16.30 **Презентация «Мастер класс спа-ритуал для тела для снятия напряжения и улучшения самочувствия».** Проводит SPA IZBA.

ЗОНА МАСТЕР-КЛАССОВ

- 11.00-13.00 **Мастер-класс с элементами нейрографики = линии жизни «НейроДревоЗдоровья».** Проводит Витковская Екатерина.

КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛ

- 11.00-12.00 **Лекция «Нужно ли ходить ребенку в поликлинику, если его ничто не беспокоит».** Проводит ГБУЗ «ИГОДКБ».
- 12.00-13.00 **Лекция «Маски аллергии. Как распознать симптомы аллергии».** Проводит ОГАУЗ «ИГКБ № 10».
- 13.00-14.00 **Лекция «Профилактические медицинские осмотры обучающихся с целью раннего выявления потребления ПАВ».** Проводит ОГБУЗ «ИОПНД».
- 14.00-15.00 **Лекция «Туберкулез: кратко о главном».** Проводит ОГБУЗ «ИОКТБ»
- 15.00-16.00 **Лекция «Актуальные вопросы ВИЧ-инфекции. Профилактика распространения заболевания».** Проводит ГБУЗ «ИОЦ СПИД».
- 16.00-17.00 **Лекция «ЗОЖ. Гипертоническая болезнь, факторы риска и лечение».** Проводит ОГАУЗ «ИГКБ № 8».

ЗАЛ «МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ»

- 10.00-18.00 **МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко.** Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE.

Подробная программа на сайте <https://marafonzdorovya.ru/perezagruzka3day>

7 апреля

СЦЕНИЧЕСКАЯ ПЛОЩАДКА

- 10.30-11.00 **Оздоровительный цигун.** Проводят Холявицкая Анастасия, Вячеслав Кутищев
- 11.00-12.00 **Мастер-класс по скандинавской ходьбе.** Проводит ассоциация «Байкальская федерация скандинавской»
- 12.00-13.00 **Тренинг по профилактике синдрома эмоционального выгорания.** Проводит ОГАУЗ «ИГКБ № 9».
- 13.00-13.30 **Оздоровительный цигун.** Проводят Холявицкая Анастасия, Вячеслав Кутищев
- 13.30-13.50 **Презентация «Максимальная сила ENERGYMAX»** Проводит компания «Энерджимакс».
- 14.00-14.30 **РОЗЫГРЫШ ПОДАРКОВ.**
- 14.30-15.00 **Зарядка донора.** Проводит ВОД «Волонтёры -медики».
- 15.00-15.30 **Мастер-класс по оказанию первой помощи.** Проводит ГБУЗ «ИОЦМК»
- 15.30-16.00 **«Баланс и Здоровье!» НЕЙРОСТРИМ Равновесие всех систем организма.** Проводит Ирина Виниченко, Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE.

ЗОНА МАСТЕР-КЛАССОВ

- 11.00-13.00 **Мастер-класс с элементами нейрографики = линии жизни «ФейерверкЖеланий».** Проводит Витковская Екатерина.

КОНФЕРЕНЦ-ЗАЛ

- 11.00-12.00 **Лекция «Современные мифы о здоровье».** Проводит ОГАУЗ «ИГКБ № 9».
- 12.00-13.00 **Лекция «Оздоровительные эффекты северной ходьбы».** Проводит ассоциация «Байкальская федерация скандинавской ходьбы»
- 13.00-14.00 **Интерактивная лекция «Как сохранить трудоспособность мозга».** Проводит ОГБУЗ «ИГП № 11».
- 14.00-15.00 **«Беседа о профилактике онкологических заболеваний».** Проводит ВОД «Волонтёры -медики»
- 15.00-16.00 **Лекция «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний».** Проводит ОГБУЗ «ИГКБ № 1».
- 16.00-17.00 **Лекция «Недетские болезни. Взрослый разговор».** Проводит ГБУЗ «ОКВД».

ЗАЛ «МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ»

- 10.00-18.00 **МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко.** Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE. Подробная программа на сайте <https://marafonzdorovya.ru/perezagruzka3day>

СТЕНД № В35

- 11.00-15.00 **Бесплатная проверка точности тонометров.** Проводит ФБУ «Иркутский ЦСМ» Росстандарта.

ЕЖЕДНЕВНО НА ОТКРЫТОЙ ПЛОЩАДКЕ ПЕРЕД ПАВИЛЬОНОМ №1 (перечень услуг может быть изменён)

Для взрослых: проведение экспресс анализа крови на глюкозу и холестерин; измерение артериального и внутриглазного давления; проведение пульсоксиметрии, спирографии и динамометрии; измерение роста, веса, объема талии и расчет ИМТ, УЗИ щитовидной железы и органов брюшной полости, маммография, флюорография, консультация врача-онколога, дерматоскопия пигментных образований кожи, консультации врача психиатра-нарколога, психотерапевта, психолога, консультация врача - косметолога, врача - трихолога, проведение диагностики кожи и волос, фототрихограммы волосистой части головы, диагностику состояния кожи лица на аппарате SkinScope (LED), тестирование населения на ВИЧ-инфекцию и вирусные гепатиты В, С, консультирование по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитов.

Для детей: антропометрия, оценка нутритивного статуса, измерение АД, пульсоксиметрия, общеклинический анализ крови, базовый биохимический анализ крови, консультация детского травматолога, детского эндокринолога.

Время работы: Для экспонентов – 5-7 апреля с 9.30 до 18.00, демонтаж стендов – 7 апреля с 18.00 до 20.00. Для посетителей 5 - 7 апреля с 10.00 до 18.00.