



В программе возможны изменения

**ПРОГРАММА ВЫСТАВКИ
«ЯРМАРКА ЗДОРОВЬЯ»**

г. Иркутск, 24-26 марта 2023 года, павильон №1

24 марта

- 10.00-11.00 **Мастер-класс** «Коррекция йододефицита с помощью «Ламинариум». Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (конференц-зал).
- 10.30-10.45 **Лекция** «Ранняя диагностика предраковых заболеваний в продуктивной сфере». Проводит Иркутский филиал АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед», Кичайкина Н.В (сценическая площадка).
- 10.45-11.00 **Лекция** «Профилактика сосудистых катастроф, профилактика атеросклероза». Проводит Иркутский филиал АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед», Тарakanовский М.А. (сценическая площадка).
- 11.00-12.00 **Обучение навыкам оказания первой помощи.** Проводит ГБУЗ «Иркутский областной центр медицины катастроф» (конференц-зал).
- 11.00-11.20 **Торжественное открытие выставки (сценическая площадка).**
- 11.20-12.00 **Мастер-класс** «Динамический комплекс оздоровительного цигун» Мощный Оздоровительный эффект в сочетании движения, ритмом дыхания и работы сознания Проводит Ирина Виниченко инструктор цигун, микрокинетик, Школа функционального восстановления организма (сценическая площадка).
- 12.00-12.30 **Акция** «Дерево Здоровья». Проводит ОГБУЗ «Иркутская городская поликлиника №11» (сценическая площадка).
- 12.00-13.00 **Лекция** «Профилактика и ранняя диагностика рака молочных желез». Проводит ГБУЗ Областной онкологический диспансер (конференц-зал).
- 13.00-13.30 **Лекция** «Боль – это сторожевой пёс нашего организма». Проводят Елена Сорокикова, аромапрактик и Александр Суворов, практикующий доктор с 40 летним стажем, рефлексотерапевт, ароматерапевт (сценическая площадка).
- 13.00-14.00 **Лекция** «Профилактика инсульта». Проводит ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница №1» (конференц-зал).
- 13.30-14.30 **Мастер-класс** «Коррекция йододефицита с помощью «Ламинариум». Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (сценическая площадка).
- 14.00-15.00 **Лекция** «Профилактика туберкулёза». Проводит ОГБУЗ Иркутская областная клиническая туберкулезная больница (конференц-зал).
- 14.30-15.00 **Мастер-класс по профилактике остеохондроза** ВОД «Волонтёры -медики» (сценическая площадка).
- 15.00-16.00 **Лекция** «Профилактика ВИЧ-инфекции. Касается каждого». Проводит ГБУЗ «Иркутский областной центр СПИД» (конференц-зал).
- 15.00-15.30 **Флешмоб от поколения ЗОЖ.** ВОД «Волонтёры-медики» (сценическая площадка).

- 15.30-16.30 **Мастер-класс «Коррекция йододефицита с помощью «Ламинариум».** Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (сценическая площадка).
- 16.00-17.00 **Круглый стол «Центр «Здоровая кожа»: вопросы и ответы.** Проводит ГАУЗ «Областной центр врачебной косметологии» (конференц-зал).
- 16.30-18.00 **Семинар по женскому здоровью.**
Ведущая социолог, сексолог, тренер, специалист по интимному здоровью Муратова Валерия Борисовна, Сеть магазинов укрепления здоровья и семьи «Основной инстинкт» (18+) (сценическая площадка).

МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко

ШКОЛА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

(зал «Марафон здоровья»)

Подробная информация на сайте: <http://marafonzdorovya.ru/irkutsk>

- 10.00-10.15 **Оздоровительная гимнастика. Цигун дыхание.**
- 10.30-11.00 **Функциональное восстановление организма. Нейродиагностика.**
- 11.00-12.00 **Мастер-класс «Нейрострим. Активная работа мозга».**
- 12.00-13.00 **Мастер-класс «Здоровое живое питание».**
- 13.00-13.40 **Массаж Гуаша для головы.**
- 13.40-14.00 **Микрокинетика.**
- 14.00-15.00 **Энерготерапия. Исцеление от болезней.**
- 15.00-16.00 **Мастер-класс «Форматерапия. Что приводит к равновесию. Цветотерапия для счастливой жизни».**
- 16.00-17.00 **Родителям о детях. Особенности развития детей до 3 лет.**
- 17.00-18.00 **Упражнения от боли в спине и пояснице.**

25 марта

- 10.00-12.00 **Мастер-класс «Импортозамещение в сфере красоты и эстетики тела талассотерапия «Ламинариум».** Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (сценическая площадка).
- 11.00-12.00 **Обучение навыкам оказания первой помощи.** Проводит ГБУЗ «Иркутский областной центр медицины катастроф» (конференц-зал).
- 12.00-12.30 **Акция «Дерево Здоровья».** Проводит ОГБУЗ «Иркутская городская поликлиника №11» (сценическая площадка).
- 12.00-13.00 **Лекция «Профилактика инфекций передающихся половым путём».** Проводит ГБУЗ «Областной кожно-венерический диспансер» (конференц-зал).
- 12.30-13.00 **Мастер-класс «Оздоровительный массаж – Колыбелька».** Проводит Валентина Герцог, клинический психолог, телесно-ориентированный практик, автор оздоровительного метода «Колыбелька» (сценическая площадка).
- 13.00-14.00 **Лекция «Современные технологии ведения беременности, как профилактика осложнений».** Проводит ОГАУЗ «Медсанчасть ИАПО» (конференц-зал).

- 13.00-14.30 **Семинар «Фитнес как причина нарушения пищевого поведения. Причины по которым ты не можешь похудеть?»**. Проводит Мурашова Александра, эксперт в области фитнеса и психологии пищевого поведения, фитнес тренер со стажем 25 лет, создатель авторских курсов в области нутрициологии, психологии пищевого поведения и здоровой самооценки (сценическая площадка).
- 14.00-15.00 **Лекция «Основы ЗОЖ»**. Проводит ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница №1» (конференц-зал).
- 14.30-15.00 **Физическая минутка в офисе**. ВОД «Волонтёры-медики» (сценическая площадка).
- 15.00-15.30 **Презентация «VEIRA SLIM base - программа коррекции веса на основе каскадно-комплексного очищения организма и восстановления метаболизма»**. Проводит Гусар Любовь, ПК "Вейра-Союз" (сценическая площадка).
- 15.00-16.00 **Лекция «Скандинавская ходьба как метод активного долголетия»**. Проводит Ассоциация «БФСХ» (конференц-зал).
- 15.30-16.30 **Мастер-класс «Импортозамещение в сфере красоты и эстетики тела талассотерапия «Ламинариум»**. Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (сценическая площадка).
- 16.00-17.00 **Мастер-класс по северной ходьбе**. Проводит Ассоциация «БФСХ» (конференц-зал).
- 17.00-17.30 **Метод «Нейрострим» и Мастер-класс «Оздоровительного самомассажа головы»** Школа функционального восстановления организма IRIDALIFE, Виниченко Ирина (сценическая площадка).
- 17.00-18.00 **Семинар «Товары для женского здоровья и мужского долголетия, продающиеся в магазинах интимного здоровья (18+)»**. Проводит специалист Школы гармонии интимных взаимоотношений Ксения Стрекочинская (конференц-зал).

МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко

ШКОЛА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

(зал «Марафон здоровья»)

<http://marafonzdorovya.ru/irkutsk>

- 10.00-10.15 **Дыхательная практика. Гимнастика.**
- 10.30-11.00 **Комплексный подход к восстановлению организма.**
- 11.00-12.00 **Мастер-класс «Нейрографика. Диагностика состояния».**
- 12.00-13.00 **Мастер-класс «Баланс в жизни. Баланс в питании».**
- 13.00-13.40 **Мастер-класс «Арт-терапия. Убираем боль, проблемы, дисгармонию».**
- 13.40-14.00 **Телесная терапия.**
- 14.00-15.00 **Трансформируем стресс в жизненную силу.**
- 15.00-16.00 **Мастер-класс «Омоложение цветотерапией».**
- 16.00-17.00 **Родителям о детях. Что влияет на детское здоровье (до 7 лет)?**
- 17.00-18.00 **Кинетический интеллект для здоровья.**

- 10.00-12.00 **Мастер-класс «Микросферы и ароматерапия для гармонизации домашнего пространства».** Проводит Серебренникова Г.В., врач функциональной диагностики, руководитель и основатель школы ЛАМИНАРИУМ (сценическая площадка).
- 10.00-11.00 **Лекция «Использование приемов народной медицины в восстановлении подвижности суставов (метод Сметанина А.Г.) с демонстрацией отдельных практических приемов».** Проводит Центр восстановительной медицины «Целица» (конференц-зал).
- 11.00-12.00 **Лекция «Диетотерапия, как основной метод лечения сахарного диабета».** Проводит ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница №10» (конференц-зал).
- 12.00-12.30 **Дыхательная гимнастика для контроля эмоционального состояния.** Проводит ГБУЗ «Иркутский областной центр СПИД» (сценическая площадка).
- 12.00-13.00 **Круглый стол «Доброкачественные новообразования кожи. Методы диагностики и лечения».** Проводит ГАУЗ «Областной центр врачебной косметологии» (конференц-зал).
- 12.30-13.00 **Лекция. «Сколиоз: причины, диагностика, профилактика, лечение».** Проводит Центр восстановительной медицины «Целица», (Сценическая площадка).
- 13.00-14.00 **Лекция «Новые технологии реабилитации детей в ОГАУЗ «Медсанчасть ИАПО».** Проводит ОГАУЗ «Медсанчасть ИАПО» (конференц-зал).
- 13.00-13.30 **Лекция «Скандинавская ходьба для здоровья: польза и осложнения».** Проводит Центр восстановительной медицины «Целица», (сценическая площадка).
- 14.00-14.30 **Розыгрыш призов** (сценическая площадка).

МАРАФОН ЗДОРОВЬЯ с Ириной Виниченко

ШКОЛА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

(зал «Марафон здоровья»)

<http://marafonzdorovya.ru/irkutsk>

- 10.00-10.15 **Цигун. Глубокое дыхание.**
- 10.30-11.00 **Балансировка организма. Самовосстановление.**
- 11.00-12.00 **Мастер-класс «Нейроарт. Энергодиагностика».**
- 12.00-13.00 **Мастер-класс «Делаем пирожные: для стройности и здоровья детей».**
- 13.00-13.40 **Мастер-класс «Арт-терапия. Рисуем гармонию».**
- 13.40-14.00 **Мастер-класс «Остеопрактика. Фитнес лица».**
- 14.00-15.00 **Мастер-класс «Самоценность. Убираем психологические блоки».**
- 15.00-16.00 **Родителям о детях. Закладываем фундамент здоровья от рождения до 21 года.**
- 16.00-17.00 **Массаж внутренних органов. Равновесие.**
- 17.00-18.00 **Розыгрыш.**

Ежедневно На стенде Министерства здравоохранения Иркутской области, №В1:

- Консультация специалиста по отказу от курения, по снижению веса, динамометрия, биоимпедансометрия, смокелайзер, пикфлоуметрия, раздаточный профилактический материал, - ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 8»;
- Измерение артериального давления, пульсоксиметрия, определение индекса массы тела, антропометрия, раздаточный профилактический материал - ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 9»;
- Консультация врача-терапевта, измерение внутриглазного давления, спирометрия, измерение артериального давления, пульсоксиметрия, раздаточный профилактический материал - ОГБУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 1»;
- Консультация врача дерматовенеролога, дерматоскопия, раздаточный профилактический материал - ГБУЗ «Областной кожно-венерологический диспансер»;
- Консультация врача косметолога, фототрихограмма волосистой части головы, диагностика состояния кожи лица, раздаточный профилактический материал – ГАУЗ «Областной центр врачебной косметологии»;
- Консультация врача-кардиолога, врача-реабилитолога, раздаточный профилактический материал - ОГАУЗ «Медсанчасть ИАПО»
- Консультация по вопросам ВИЧ-инфекции, проведение викторины по профилактике ВИЧ-инфекции, размещение интерактивной выставки – ГБУЗ «ИОЦ СПИД».

Ежедневно На открытой площадке перед павильоном №1:

- Тестирование на ВИЧ-инфекцию, вирусные парентеральные гепатиты – ПМК ГБУЗ «Иркутский областной центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями»;
- Флюорография – ПМК ОГБУЗ «Иркутская районная больница»;
- Экспресс-анализ крови на глюкозу и холестерин, ЭКГ-исследование, консультация врача терапевта, врача эндокринолога – ПМК (для взрослого населения) ОГБУЗ «Иркутская районная больница», специалисты ОГАУЗ «Иркутская медико-санитарная часть №2»;
- Экспресс-анализ крови на глюкозу, антропометрия, оценка нутритивного статуса, измерение артериального давления, пульсоксиметрия, консультация врача педиатра, детского эндокринолога – ПМК (для детского населения) ГБУЗ «Иркутская государственная областная детская клиническая больница»;
- Анонимная экспресс-диагностика употребления наркотических веществ, консультация врача психиатра-нарколога, психотерапевта – ПМК ОГБУЗ «Иркутский областной психоневрологический диспансер»;
- Консультация врача-онколога по профилактике, диагностике и лечению онкологических заболеваний – ПМК ГБУЗ «Областной онкологический диспансер»;
- УЗИ-щитовидной железы, УЗИ-брюшной полости, консультация врача-терапевта – ПМК (для взрослого населения) ОГБУЗ «Шелеховская районная больница»;
- Вакцинация COVID-19 – ПМК (для взрослого населения) ОГАУЗ «Иркутская городская клиническая больница № 8».

16.00

Закрытие выставки.

Время работы выставки:

Для экспонентов – 24-25 марта с 9.30 до 18.00, 26 марта - до 16.00,

демонтаж стендов – 26 марта – с 17.00 до 19.00.

Для посетителей – 24-25 марта с 10.00 до 18.00, 26 марта - до 16.00.

Текущая информация доводится через систему радиосвязи в выставочном комплексе.

В программу могут быть внесены изменения.