



# КООРДИНАЦИОННЫЙ СОВЕТ ЖЕНЩИН

при Мэре Города Томска

## АКЦИЯ В ЗАЩИТУ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ «МАРШ В КРАСНОМ»

7 апреля 2022 года

Акция посвящена Всемирному дню здоровья

**Место проведения:**

---

Научно-медицинская библиотека СибГМУ (пр. Ленина, 107)

**Время проведения:**

---

15.00 – 17.00

Ежегодная акция «Марш в красном» проводится с целью привлечения внимания власти и общественности к вопросам сохранения женского здоровья, защиты прав на здоровье, профилактики заболеваний.

«Марш в красном» предполагает красный цвет в одежде участников акции, как цвет жизни, здоровья, красного креста – символа помощи, милосердия.

**Формат мероприятия** – встреча женской общественности города Томска с представителями органов здравоохранения, специалистами сферы медицинских услуг.

### **Организаторы:**

Координационный совет женщин при Мэре Города Томска

Научно-медицинская библиотека СибГМУ

Комитет по местному самоуправлению управления информационной политики и общественных связей администрации Города Томска

### **Задачи:**

Просвещение в вопросах реабилитации и восстановления после перенесенного COVID-19.  
Профилактика стрессовых состояний.

### **Специалисты**

Департамента здравоохранения Томской области,

СибГМУ,

НИИ психического здоровья.

**Ведущий:** Калинина-Сулакшина Ольга Степановна, председатель Координационного совета женщин при Мэре Города Томска

## ПРОГРАММА

- 1. Стресс, астения, нарушения чувствительности запахов и вкуса - восстановительное лечение** - Самойлова Юлия Геннадьевна, руководитель Центра клинических исследований, доктор медицинских наук, профессор кафедры эндокринологии и диабетологии, заведующий кафедрой детских болезней СибГМУ, главный специалист Департамента здравоохранения Томской области по медицинской профилактике.
- 2. Особенности питания в постковидный период** - Матвеева Мария Владимировна, доктор медицинских наук, доцент кафедры детских болезней, доцент кафедры Общей врачебной практики и поликлинической терапии СибГМУ, врач-эндокринолог, диетолог Центра общего здоровья и медицинской профилактики г. Томска.
- 3. Лечебная физкультура и дыхательная гимнастика** - Трифонова Екатерина Ивановна, координатор проекта СибГМУ «Томская область - лаборатория здоровья», врач по медицинской профилактике ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики».
- 4. Психическая травма – о преодолении последствий пандемии и социального стресса** - Рудницкий Владислав Александрович, доктор медицинских наук, ведущий научный сотрудник отделения пограничных состояний НИИ психического здоровья, профессор кафедры социальной работы, социальной и клинической психологии СибГМУ, врач-психиатр и психотерапевт высшей категории.
- 5. Как справляться с тревогой** – Купчинская Наталия Валентиновна, практический психолог, гештальттерапевт.
- 6. «Ароматерапия – лечебные ароматные практики против стресса и Covid»** - Юлия Недосекова, кандидат медицинских наук, врач-ароматерапевт, эндокринолог, руководитель АромаКлуба Томска.
- 7. Обсуждение вопросов**