

УДК 061.2-055.2(470)(051) +
316.346.2-255.2(470)(091)(082)
ББК 66.74(2Рос) + 60.542.21я43

Составитель: Н.А. Шевчик, председатель Тюменского регионального
отделения СЖР

Оформление и верстка: А.Ю. Топанина

Брошюра «ОПЫТ ВОЛОНТЕРСКИХ ПРОЕКТОВ ТЮМЕНСКОГО РЕГИОНАЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ СОЮЗА ЖЕНЩИН РОССИИ»

Цикл медико-просветительских форумов под общим девизом
«Здоровье – для каждого в семье» проходит в течение трех лет и
стал доброй традицией тюменского региона. Для многочисленных
слушателей в доступном формате доводятся уникальные знания,
создается мотивация к здоровому образу жизни и позитивные
перемены в семьях. Это наш практический вклад в новый
национальный проект «Семья».

Новый комплексный проект **«СВОя семья»** направлен на оказание
практической помощи семьям участников СВО по медико-социальной
реабилитации и адаптации возвращающихся домой бойцов. Проект
создает условия для вовлечения новых волонтеров в реальную
помощь участникам СВО.

**Общероссийская общественно-государственная организация
«Союз женщин России»**

УДК 061.2-055.2(470)(051) +
316.346.2-255.2(470)(091)(082)
ББК 66.74(2Рос) + 60.542.21я43

© Издание на русском языке

Отпечатано в ООО «ПТ-Колор принт», г. Москва

Сущевский Вал, 64, тел.: +7 (495) 631-31-54

Декабрь 2024 года

Тираж 130 экз.

Заказ № 972

ТЮМЕНСКИЕ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ ФОРУМЫ: МИССИЯ ВЫПОЛНИМА

Женщины России — неиссякаемый источник здоровых сил и гармонии, духовной и эмоциональной энергии, энтузиазма и предприимчивости во всех сферах жизни.

Просветительство и общественная дипломатия — важнейшая социальная миссия Союза женщин России в русле задач **Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2023–2030 годы**.

В женском сообществе региона — широкий запрос на просвещение в вопросах качества жизни, на позитивную социальную активность.

МИССИЯ ФОРУМОВ: создание условий для доверительного диалога на актуальные для женского сообщества темы.

ОСНОВНОЙ ДЕВИЗ ФОРУМА — «ЗДОРОВЬЕ — ДЛЯ КАЖДОГО В СЕМЬЕ».



ВЕРОНИКА ВАЛЕРИЕВНА ВЛАСОВА

Депутат Государственной Думы ФС РФ,
координатор направления «Семейное здоровье»
федерального партийного проекта
«Женское движение Единой России»,
Заслуженный врач Российской Федерации

«В программе форумов интересные доклады заслуженных профессионалов, экспертов с непререкаемой репутацией. Уверена, что благоприятный климат форума послужит залогом успешной реализации интеллектуального потенциала всех участников».



ВИКТОР ЕВСЕЕВИЧ РАДЗИНСКИЙ

Почетный президент форума

«Наша миссия — создать у людей побудительные мотивы заняться здоровьем, вовремя обращаться к врачам. Здесь, в Тюменской области, созданы прекрасные условия, чтобы эта миссия дала максимальный эффект».



ОЛЬГА ПЕТРОВНА КОВТУН

Ведущий эксперт форума
по вопросам детского здоровья

«Тюменский форум — завидный пример жизнеспособного проекта, который объединяет людей в вопросах сохранения и приумножения здоровья».



АРКАДИЙ ЛЬВОВИЧ ВЁРТКИН

Ведущий эксперт форума
по вопросам семейного здоровья

«Необходимо обычным людям понятно и просто рассказать почему здоровье — сверхважно, повысить образованность, осведомленность людей, где-то даже чуть-чуть напугать».

РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. ВЫСТРОЕНЫ СМЫСЛОВАЯ КОНЦЕПЦИЯ И ЭФФЕКТИВНЫЙ ФОРМАТ ПРОВЕДЕНИЯ ФОРУМОВ:

Однодневный форум проводится весной в Тюмени, в преддверии 8 марта. Это прекрасный повод создать весеннее настроение и поздравить женщин с главным женским праздником.

Трехдневный форум-марафон в сквозном формате проводится осенью, в сентябре: каждый год в Тюмени, Тобольске и Ишиме; в разные годы также в Ялуторовске и «столичном» Тюменском районе.

Форумы открыты для всех желающих и собирают полные залы.

2. ШИРОКАЯ И ВОСТРЕБОВАННАЯ ТЕМАТИКА: физическое и психологическое здоровье женщин, мужчин, детей; здоровый образ жизни и отказ от вредных привычек; сбалансированное питание и физическая активность; устойчивость к стрессу; ранняя профилактика заболеваний; домоводство и этикет; правильный выбор профессии.

3. ДОСТУПНАЯ И УДОБНАЯ ЛОГИСТИКА: площадки крупных учреждений культуры с большой вместимостью, содействие в подвозе участников из соседних территорий и поселений.

В фойе размещаются «палатки здоровья», где есть возможность пройти вакцинацию, измерить давление, вес, уровень глюкозы в крови.



На форуме выступают доктор медицинских наук И.И. Кукарская
и кандидат медицинских наук В.И. Павлова

4. **ВЫСОКОПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СПИКЕРЫ:** «светила» российской медицины, успешно практикующие профессионалы и люди, обладающие колоссальным опытом в медицине и науке.

Необходимая и полезная информация доводится до широкого числа слушателей в яркой и доступной для восприятия форме.

Для наших гостей участие в форумах — прекрасная возможность для просветительской и миссионерской деятельности.

Среди ведущих спикеров форума:

- ✓ **ВИКТОР ЕВСЕЕВИЧ РАДЗИНСКИЙ** — заведующий кафедрой медицинского института РУДН, доктор медицинских наук, профессор, член-корреспондент РАН, заслуженный деятель науки РФ;
- ✓ **ОЛЬГА ПЕТРОВНА КОВТУН** — ректор Уральского государственного медицинского университета, доктор медицинских наук, профессор, академик РАН, заслуженный врач РФ;
- ✓ **АРКАДИЙ ЛЬВОВИЧ ВЁРТКИН** — заведующий кафедрой Российского университета медицины Минздрава РФ, доктор медицинских наук, профессор, заслуженный деятель науки РФ;
- ✓ **ЕЛЕНА СУЛИКОВНА СИЛАНТЬЕВА** — один из ведущих реабилитологов страны, заместитель главного врача подмосковного клинического госпиталя «Лапино» группы компаний «Мать и дитя», доктор медицинских наук;

✓ **ИРИНА ГЕННАДЬЕВНА ОЧЕРЕТИНА** — практикующий травматолог-ортопед и миотерапевт, основатель сети медицинских центров, кандидат медицинских наук;

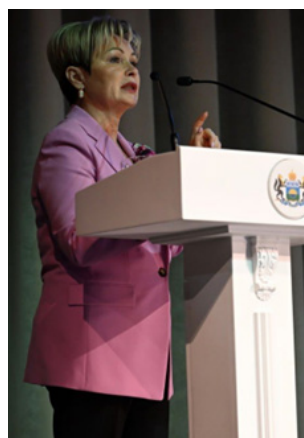
✓ **НАДЕЖДА ВАСИЛЬЕВНА БАШМАКОВА** — главный акушер-гинеколог Уральского федерального округа, доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ;

✓ **ИРИНА ИВАНОВНА КУКАРСКАЯ** — главный врач Тюменского областного перинатального центра, доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ.

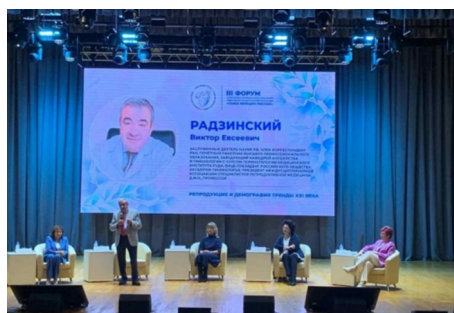
На всех форумах для спикеров создаются комфортные условия работы, помогающие просто и понятно донести до слушателей глубокие смыслы.



На форуме выступает доктор медицинских наук Е.С. Силантьева



На форуме выступает доктор медицинских наук О.П. Ковтун



На форуме выступает доктор медицинских наук В.Е. Радзинский

5. **ПОДДЕРЖКА В РЕГИОНАЛЬНЫХ И МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОРГАНАХ ВЛАСТИ:** радушное гостеприимство принимающей стороны и понимание важности мероприятий такого уровня для местного сообщества.

Искренняя благодарность Губернатору Тюменской области АЛЕКСАНДРУ ВИКТОРОВИЧУ МООРУ, Вице-Губернатору Тюменской области ОЛЬГЕ АЛЕКСАНДРОВНЕ КУЗНЕЧЕВСКИХ, Департаменту здравоохранения Тюменской области и его директору НАТАЛЬЕ ВАЛЕРЬЕВНЕ ЛОГИНОВОЙ, главам Тобольска, Ишима, Ялуторовска, Тюменского района и их командам.



Спикеры форума
с главой города Тобольска П.А. Вагиным



Спикеры форума
с главой города Ишима Ф.Б. Шишкиным

6. **МАСШТАБ ОХВАТА СЛУШАТЕЛЕЙ:** за три года проведено **шесть форумов**, которые в совокупности посетили более **14 тысяч человек**.
7. **ТЁПЛАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ АТМОСФЕРА, СИЛЬНЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ И ВОСТОРЖЕННЫЕ ОТЗЫВЫ.**



На каждом форуме
полные залы слушателей



Для слушателей форума проходят
мастер-классы

В рамках форумов проходит вручение активистам гуманитарных проектов наград и благодарностей Союза женщин России, Губернатора области, Тюменской областной Думы.



**В кулуарах форума: весеннее
настроение в преддверии 8 марта**

Идейный вдохновитель и организатор форума, заместитель председателя Тюменской областной Думы, председатель Тюменского регионального отделения Союза женщин России, член регионального общественного совета федерального партийного проекта «Женское движение Единой России»:

«Опыт показывает: даже живя в эпоху информационных технологий, люди нуждаются в живом общении на волнующие их темы с профессионалами, которым доверяют.

В нашей повседневной жизни здоровье и психологическое благополучие семьи часто держится на женских плечах. Важно дать женщинам проверенные знания о том, как заботиться о здоровье мужа, детей и о своем собственном.

Важно еще раз замотивировать, создать настроение, вдохновляющее на позитивные перемены в жизни, заставить поверить, что всё возможно.

Мы говорим о простых вещах, которые каждый может сделать уже сейчас — В СВОЕЙ СЕМЬЕ».

ВСЁ ВОЗМОЖНО!

ПРОЕКТ «СВОЯ СЕМЬЯ»

Идея проекта «СВОЯ семья» — продолжение и развитие масштабной гуманитарной деятельности Волонтерского центра Тюменского отделения Союза женщин России по отправке гуманитарных грузов и помощи семьям участников СВО.



Очередной гуманитарный груз отправляется в Курскую область



Помощь семьям участников СВО: всегда на связи

МИССИЯ ПРОЕКТА:

- оказание помощи семьям участников СВО по медико-социальной реабилитации возвращающихся домой бойцов;
- адаптация семьи к новым жизненным обстоятельствам.

Эксперты проекта — ветераны СВО и их жёны: реалистичный подход на основе собственного опыта.

Комплексный проект: программа обучения ближайшего окружения ветерана и волонтеров по трем основным блокам — медицинский, психологический и адаптационный.

Акцент на практические занятия.

МЕДИЦИНСКИЙ БЛОК:

- навыки базовых медицинских процедур в домашних условиях: сделать перевязку, укол, измерить давление, пульс;

- распознавание острых состояний здоровья, симптомов, вызывающих боль, помощь до приезда «скорой»;
- грамотное формирование «домашней аптечки», контроль за приёмом лекарств.

Физический аспект боль может быть симптомом или осложнением заболевания						
Социальный аспект человек, испытывающий постоянную боль, не может работать и жить полноценной жизнью						
боль	нет	слабая	умеренная	умеренно сильная	сильная	непереносимая
ХАРАКТЕРИСТИКА	ничего не мешает	не мешает повседневной работе	мешает выполнять работу	мешает концентрации внимания	мешает основным физиологическим процессам	вызывает постоянное чувство
ВИЗУАЛЬНАЯ ШКАЛА						
	все хорошо	принять обезболивающее	принять обезболивающее	принять обезболивающее	вызвать скорую помощь	вызвать скорую помощь



РЕЗУЛЬТАТ: КАЧЕСТВЕННЫЙ ДОМАШНИЙ УХОД И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ВЕТЕРАНУ СВО.



Практические занятия медицинского блока со специалистами-волонтерами со станции скорой медицинской помощи г. Тюмени

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК:

- предварительная подготовка к возвращению бойца — навыки взаимодействия с человеком в состоянии психологической травмы;
- психологическая подготовка семьи для помощи ветерану в преодолении тревожных состояний;
- побуждение ветерана к социальной адаптации: возрождение семейных традиций и праздников, готовность выходить с семьей в общественные пространства (семейные культпоходы, прогулки, занятия спортом и т.п.).

Любовь и понимание самых близких и родных людей — сверхэффективная терапия для возвращения в нормальную жизнь.

РЕЗУЛЬТАТ: СПОКОЙНАЯ И КОМФОРТНАЯ АТМОСФЕРА В СЕМЬЕ, ВОССТАНОВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ, ПРИВЫЧНОГО КРУГА ОБЩЕНИЯ И ОБРАЗА ЖИЗНИ ВЕТЕРАНА СВО.



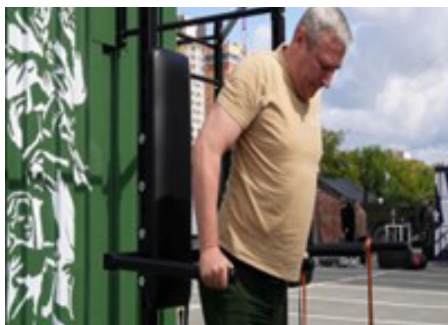
Практические занятия со специалистами-психологами

АДАПТАЦИОННЫЙ БЛОК:

- возврат способности к самообслуживанию (с учетом полученных травм), посильная помощь семье в домашнем труде и решении бытовых вопросов;
- применение адаптивного оборудования: правильная, удобная и безопасная организация внутреннего пространства жилого помещения, подбор, установка и обучение пользованию адаптивным оборудованием;
- терапия через творческую активность: восстановление мелкой моторики;
- оздоровление и реабилитация через физическую культуру и спорт.

Внедрение адаптивного физкультурно-оздоровительного комплекса при поддержке регионального центра допризывной подготовки и патриотического воспитания «АВАНПОСТ» и его руководителя, депутата Тюменской областной Думы Николая Савченко.

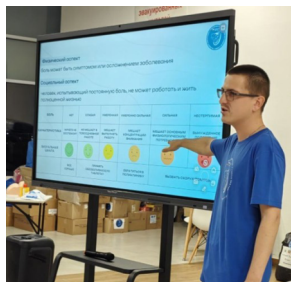
Волонтерский центр Тюменского отделения Союза женщин России обеспечен базовым набором для обучения: удобной мебелью, манекенами и тренажерами для практических занятий, медицинскими приборами и расходными материалами для них, техникой для демонстрации презентаций.



Практические занятия со специалистами-реабилитологами
и на базе адаптивного физкультурно-оздоровительного комплекса

Волонтерский центр Тюменского отделения Союза женщин России обеспечен базовым набором для обучения: удобной мебелью, манекенами и тренажерами для практических занятий, медицинскими приборами и расходными материалами для них, техникой для демонстрации презентаций.

С октября проходят регулярные практические занятия для семей и волонтеров, для удобства график занятий выстроен преимущественно в нерабочее время или в выходные дни.



СОЦИАЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ ПРОЕКТА:

1. РЕИНТЕГРАЦИЯ ВЕТЕРАНОВ В СОЦИАЛЬНУЮ ЖИЗНЬ.
2. РАСШИРЕНИЕ ГОРИЗОНТАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ МЕЖДУ СЕМЬЯМИ ВЕТЕРАНОВ СВО: тиражирование опыта по принципу «Равный помощи равному».
3. **ВОВЛЕЧЕНИЕ В ВОЛОНТЕРСКУЮ РАБОТУ:** люди, которые обладают необходимыми компетенциями и навыками из числа медицинских и социальных работников, психологов и специалистов по уходу.



Октябрь 2024 года: в рамках первого официального визита в Тюменскую область полномочный представитель Президента Российской Федерации в Уральском федеральном округе Артём Владимирович Жога посетил Волонтерский центр Тюменского отделения Союза женщин России и ознакомился с проектом «СВОя семья».



Ноябрь 2024 года: проект «СВОя семья» представлен на Всероссийском форуме «Города России: локомотивы роста» в рамках Совета по развитию местного самоуправления при полномочном представителе Президента Российской Федерации в Уральском федеральном округе.



ЗАДАЧА:

ПРОДВИЖЕНИЕ И МАСШТАБИРОВАНИЕ ПРОЕКТА
НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ:

- информационно-методический комплекс для открытия центров проекта в территориях;
- расширение волонтерского сообщества, задействованного в проекте;
- развитие партнерских связей с органами местного самоуправления, местным социальным сообществом и бизнес-сектором в целях распространения проекта по зональному принципу.

Проект **«СВОя семья»** — созидательный и объединяющий неравнодушных людей.

Есть понимание — в каком направлении и с кем двигаться.

Вместе мы — **СИЛА**, и нам всем нужна одна **ПОБЕДА!**

