



ШКОЛА ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ,
ПОДДЕРЖКИ И ПРОСВЕЩЕНИЯ

«БЫТЬ
СЧАСТЛИВОЙ»

ВЕРА
ВЕТКИНА

ИНИЦИАТОР ПРОЕКТА

Вера Веткина



- Дипломированный психолог- сексолог
- Тренер-реабилитолог мышц тазового дна системы ВАГИТОН
- Эксперт по отношениям
- Инструктор методист по адаптивной физкультуре
- Инструктор даосских женских сексуальных практик
- Специалист по работе с психосоматикой

ШКОЛА ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ, ПОДДЕРЖКИ И ПРОСВЕЩЕНИЯ «БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ»



В основе – гармонизация психоэмоционального состояния, изучение анатомии и физиологии своего тела, здоровая коммуникация с партнером.

Каждая женщина имеет право на достоверную информацию о безопасности и поддержке своего здоровья, а также свободу выбора в отношении своего тела и сексуальной жизни.

На сегодняшний день Школа реализует проекты в г. Краснодар в оффлайн формате и онлайн без привязке к географии. Часть отзывов предоставлена [ЗДЕСЬ](#)

ПРОБЛЕМАТИКА



- ✓ Отсутствие программ послеродового восстановления (тело и психоэмоциональное состояние) на государственном уровне
- ✓ Более 50% женщин страдают опущением органов и 40% сталкивались с проблемой стрессового недержания мочи (разовые эпизоды или регулярные проявления)
- ✓ Недостаточная приоритезация вопросов здоровой интимной близости в отношениях супругов, что приводит к разладу в семейной жизни и формированию психологических проблем

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА



- ✓ Повышение уровня интимного и психологического здоровья женщин
- ✓ Профилактика и реабилитация проблем по-женски
- ✓ Развитие сексуального просвещения
- ✓ Профилактика разводов
- ✓ Улучшение демографической ситуации

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

УЛУЧШЕНИЕ МЕНТАЛЬНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН

1. Информирование о возможностях бережного восстановления после родов
2. Проведение цикла образовательных лекций на этапе беременности и подготовки к родам
3. Проведение групповых встреч для коррекции психоэмоционального состояния женщины, особенно в послеродовом периоде

1

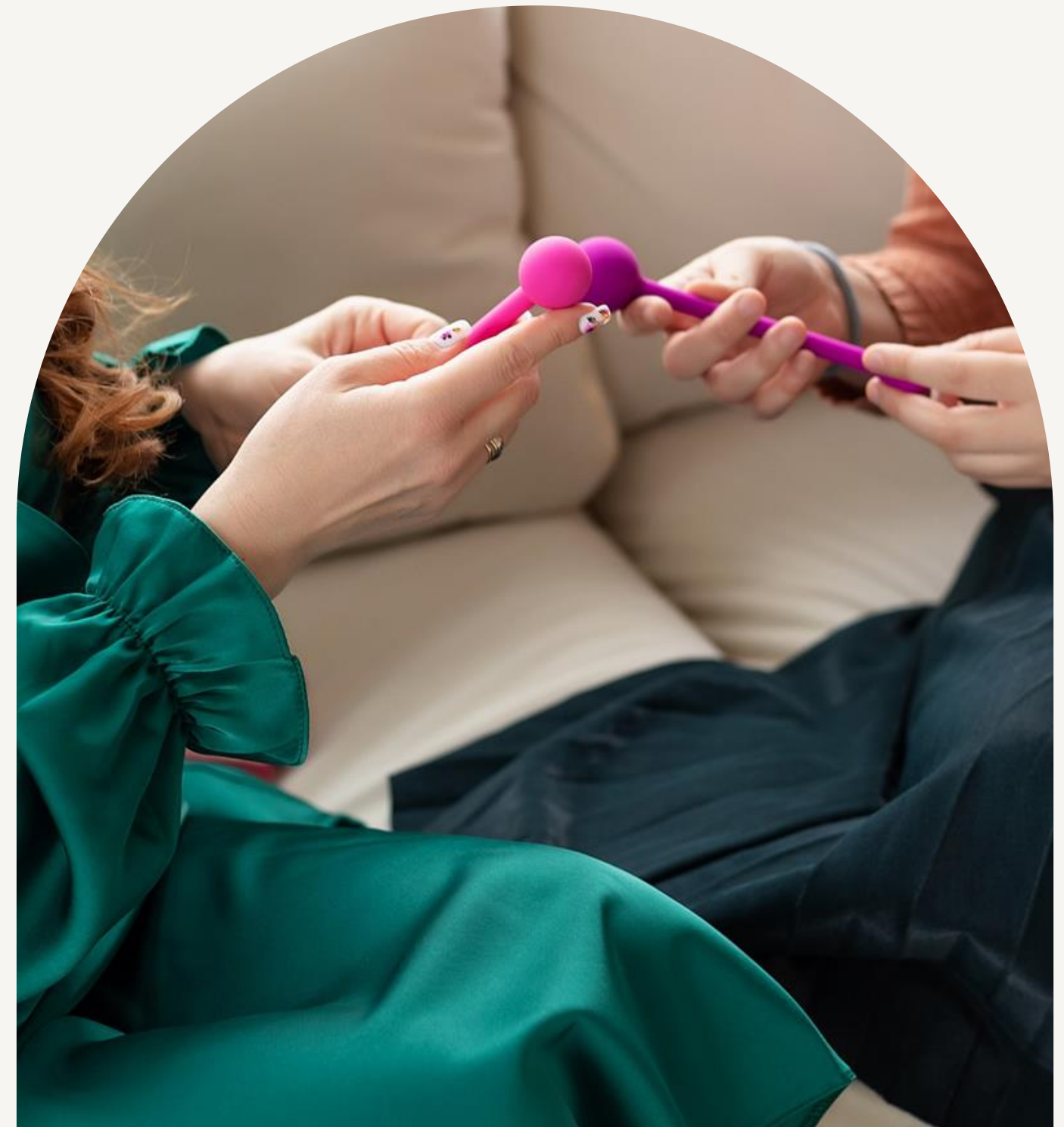


ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

ИНФОРМАЦИОННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И ПРОСВЕЩЕНИЕ ЖЕНЩИН

1. Создание и ведение обучающей платформы, включающей в себя цикл лекций, видео тренировок и полезных советов для реабилитации и профилактики проблем, связанных с несостоятельностью мышц тазового дна
2. Создание и ведение социальной группы, ориентированной на женщин-матерей, нуждающихся в общении и поддержке

2



РАСХОДЫ:



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА – 20 МЕСЯЦЕВ ЭТО БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО МЕРОПРИЯТИЙ И ОСНОВНЫЕ РАСХОДЫ

- Фонд оплаты труда коллектива (руководитель проекта, приглашенные спикеры)
- Аренда помещений и расходы на организацию мероприятий
- Бухгалтерское и юридическое сопровождение, банковские услуги
- Издательские, полиграфические и сопутствующие расходы для подготовки информационных материалов
- Оплата онлайн платформы для проведения онлайн лекций и записи заданий для участниц



МЕРОПРИЯТИЯ

РЕАЛИЗОВАННЫЕ В РАМКАХ ПРОЕКТА

2023-2024

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВСТРЕЧИ

«КОФЕ С СЕКСОЛОГОМ»



Формат: встреча в кафе на нейтральной территории

ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ

- Разобрать вопросы участниц встречи
- Через личный диалог выстраивать доверительную и здоровую атмосферу между женщинами и специалистом
- Формирование адекватного отношения и восприятия темы интимной сферы

СТАТИСТИКА

- 1 спикер (психолог-сексолог Веткина Вера)
- 5-10 участников



ЖЕНСКАЯ ВСТРЕЧА

«Я ПОЗВОЛЯЮ СЕБЕ»

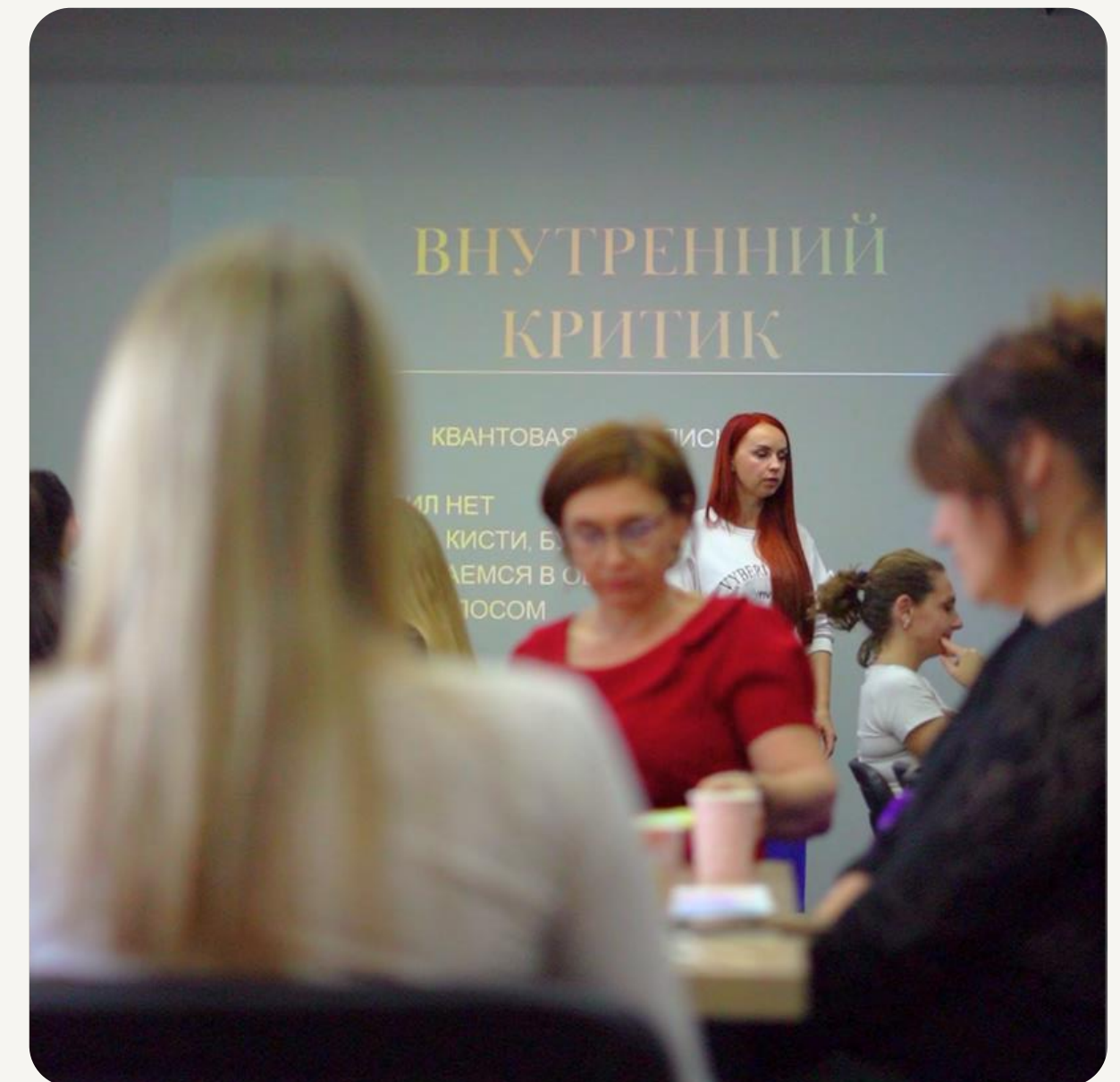


ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ

- Осветить теоретическую часть по заявленной теме
- Проведение мастер-класс по квантовой живописи для психо эмоциональной коррекции женщин
- Разобрать жизненные ситуации участниц мероприятия
- Ответить на вопросы участниц

СТАТИСТИКА

- 1 спикер (психолог-сексолог Веткина Вера)
- 35 участников
- 6 спонсоров



ЖЕНСКАЯ ВСТРЕЧА

«ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»



ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ

- Разобрать частые проблемы интимной сферы, связанные с несостоятельностью и слабостью мышц тазового дна (опущение органов, стрессовое недержание мочи)
- Показать причины на основе анатомии и физиологии тела
- Предоставить основные инструменты для работы с мышцами тазового дна
- Ответить на вопросы участниц

СТАТИСТИКА

- 1 спикер (психолог-сексолог Веткина Вера)
- 25 участников
- 1 спонсор



КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН

«ЛИБИДО — ВЕРХУШКА АЙСБЕРГА»



ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ

- Предоставить достоверную информации для женщин о проблеме снижения либидо
- Информировать о важности бережного отношения к своему здоровью и своевременной профилактике
- Сформировать понимание, что при должном комплексном подходе можно скорректировать текущие проблемы в отношениях
- Знакомство с грамотными специалистами в вопросах здоровья

СТАТИСТИКА

- 3 спикера (психолог-сексолог Веткина Вера, врач гинеколог Минайлова Маргарита, врач эндокринолог Гортованова Ольга)
- 55 участников
- 8 спонсоров

[РОЛИК О МЕРОПРИЯТИИ](#)



ОНЛАЙН КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН И МУЖЧИН

"БИОХИМИЯ ЛЮБВИ"



ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ

- Рассказать о влиянии гормонов на жизнь в паре
- Предоставить достоверную информацию и целостный подход от трех экспертов: гинеколог, эндокринолог и психолог-сексолог
- Дать конкретные рекомендации и руководство к действию от каждого спикера
- Ответить на вопросы участников

СТАТИСТИКА

- 3 спикера (психолог-сексолог Веткина Вера, врач гинеколог Минайлова Маргарита, врач эндокринолог Гортованова Ольга)
- 20 участников

