



5 ДЕКАБРЯ 2025

ЗАЛ 1 «УМ»



6 ДЕКАБРЯ 2025

ЗАЛ 1 «УМ»



5 ДЕКАБРЯ 2025

ЗАЛ 2 «КРАСОТА»

14:00-14:45 **Регистрация. Нетворкинг. Знакомство с продуктами, сервисами и технологиями для управления весом**

14:45-15:00 **Открытие Форума**

15:00-15:45 **Предпленарная когнитивная разминка**

Либидо, Страсть, Любовь и Метаболическое здоровье  
Дмитрий Семирядов

Мистерия микробиома: кому достанется дирижерская палочка в симфонии «стройного» долголетия  
Антон Наумов

15:45-16:00 **Перерыв**

16:00-17:00 **Наука и искусство управления весом**

Обезигнез: где искать корень зла?  
Алексей Данилов

Есть или не есть? Мириться или бежать?  
Где искать выход из тупика эмоционального переездания?  
Алексей Ситников

«Жуй, жуй, глотай»: роль здоровья рта в контуре фигуры  
Ольга Шевченко

17:00-18:00 **Менеджмент веса: от мониторинга к управлению килограммами**

Александр Карасев (модератор)  
Умные решения для долгосрочного здоровья и потери жира  
Дмитрий Семирядов

Анализы для гармонии: лабораторное сопровождение менеджмента веса  
Александр Карасев

Капилляроскопия в практике врача, работающего с лишним весом: от скрининга до мотивации  
Сергей Длин

18:00-20:00 **Худей с умом** МЕДИСИПЛИНАРНАЯ ДИСКУССИЯ  
Алексей Данилов (модератор)  
Яна Павлидис (модератор)

Приглашенные эксперты  
Татьяна Залетова, Алексей Ситников, Марина Баяндина, Камиля Табеева, Петр Бешко, Самир Седышев, Наталья Трушкина, Вера Заря, Алексей Головин

12:00-13:00  
ТАЖЕЛЫЙ РАЗГОВОР

**Диета для легкости. Что подойдет именно для Вас**

Дина Ананьина (модератор)  
Дарья Михайлова (модератор)

Как научиться управлять своим здоровьем и наладить питание  
Дина Ананьина

Ятрогенная пролактинемия и ожирение на фоне приема психотропных препаратов. Презентация клинического случая  
Дарья Михайлова

Статины vis ЗОЖ. Как не умереть от инфаркта  
Асият Хачирова

Презентация успешного похудения пациентки с избыточным весом, СД2, полинейропатией и остеоартрозом  
Михаил Гаврилов

13:00-14:00

**Обеденный перерыв**  
Нейронутрициологический эксперимент для метаболического здоровья. Дегустация от основателя Inspiro Lab Артема Спиро.



14:00-14:30  
ИНСАЙТ-ЛЕКЦИЯ

**Как обстоят дела в поиске волшебного элексира для стройности и бодрости**

Алексей Данилов

14:30-15:00  
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РАЗБОР

**Нейронутрициологический арсенал средств управления весом. В чем сила и слабость БАДов. Выбирай с умом!**

Олег Сорокин, Марина Баяндина

15:00-16:00  
МАСТЕР МАЙНД

**Нейронутрициологический стресс-менеджмент в управлении весом и формой**

Алексей Данилов (модератор)  
Персонализированная штаммология микробиома в управление весом: нужный штамм подходящему человеку в оптимальный момент  
Ирина Пирогова

Психиатрии как инструмент регуляции метаболизма и когнитивных функций: от стресса и пищевого поведения к нейропластичности и здоровью мозга  
Анастасия Бадаева

Презентация программы Ассоциации Междисциплинарной Медицины «Стресс менеджмент. Начни с себя»  
Алексей Данилов

16:00-17:00  
ЭКСПЕРТНАЯ ДИСКУССИЯ

**Вино на Весах: Польза, Риск и Метаболический Баланс**

Алексей Данилов (модератор)  
Пей с умом: взвешенный подход к винограду  
Алексей Данилов

«My drink: как выяснить свои отношения с алкоголем»  
Ирина Терещенко

Пейте на здоровье: что важно знать энотипу  
Ирина Пирогова

Вино и килограммы: гастрономическое сопровождение для контроля над весом  
Алексей Пирогов

17:00-17:15

**Витаминная пауза**

Гранд финал

Размышления с Владимиром Дадали о Весе, Уме, Красоте и Любви  
Владимир Дадали

Если ты себя не любишь, то почему другие должны это делать  
Антон Елисеенко

19:00-19:15

**Закрытие Форума.**



ЗАЛ 1 «УМ»



5 ДЕКАБРЯ 2025

ЗАЛ 2 «КРАСОТА»

15:00-15:45  
**Презентация техники самогипноза для освобождения от лишнего веса**

Наталья Полетаева

6 ДЕКАБРЯ 2025  
ЗАЛ 2 «КРАСОТА»



6 ДЕКАБРЯ 2025

ЗАЛ 2 «КРАСОТА»

11:00-11:30  
**Нутрициология химического снижения веса**

Мария Моргунова

СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛЕКЦИЯ

14:30-15:00  
**Презентация программы «Управление весом и превентивная нейрогастроэнтерология»**

Ирина Пирогова

15:00-16:00  
**Разбор реальных кейсов. Протоколы и Проколы.**

Антонина Цвинария (модератор)

Как разбудить аппетит к физической активности. Фитнес-мотивация от Артема Антилова  
Артем Антилов

Как привести к стройности клиента в энергодефиците.  
Валентина Салман

Не есть или резать. Размышления пластика хирурга об управлении весом  
Мария Тименова

«Как улучшить взаимодействие между врачом, нутрициологом и пациентом»  
Елена Шпотя

16:00-17:00  
**Место силы для обретения идеальной формы**

Муслим Муслимов (модератор)  
Программа управления весом в клинике

Ревиталь

Наталья Егоренкова

Тема уточняется

Софья Елиашевич

08:30-09:00 **Регистрация. Нетворкинг. Знакомство с продуктами, сервисами и технологиями для управления весом. Фотосессия с экспертами**

09:00-10:00 **Зарядка и пища для ума с дегустацией функциональных продуктов MOOZI**

ПРЕДПЛЕНАРНАЯ СЕССИЯ  
Нейропародакт для ясного ума и бодрого тела  
Стефа-Ирина Ситникова

Нейронутрициологический завтрак для баланса ума и тела  
Анастасия Бадаева, Марина Букашкина

10:00-11:00 **Ключи к вечной молодости**  
ПЛЕНАРНАЯ СЕССИЯ №2  
Медицина здорового долголетия  
Алексей Москалев

Mini brain — запасной мозг для омоложения и оздоровления  
Витторио Калабрезе

11:00-12:00 **Инъекция уверенности: когда вес уходит, а самооценка взлетает**  
МЕДИСИПЛИНАРНАЯ ДИСКУССИЯ  
Андрей Данилов (модератор)

Приглашенные эксперты  
Гульнара Филатова, Ирина Пирогова, Станислав Котляров

16:00-17:00

**Виноград на Весах: Польза, Риск и Метаболический Баланс**

Алексей Данилов (модератор)

Пей с умом: взвешенный подход к винограду  
Алексей Данилов

«My drink: как выяснить свои отношения с алкоголем»  
Ирина Терещенко

Пейте на здоровье: что важно знать энотипу  
Ирина Пирогова

Вино и килограммы: гастрономическое сопровождение для контроля над весом  
Алексей Пирогов

17:00-17:15

**Витаминная пауза**

Гранд финал

Размышления с Владимиром Дадали о Весе, Уме, Красоте и Любви  
Владимир Дадали

Если ты себя не любишь, то почему другие должны это делать  
Антон Елисеенко

19:00-19:15

**Закрытие Форума.**

13:00-14:00

**Обеденный перерыв**  
Нейронутрициологический эксперимент для метаболического здоровья. Дегустация от основателя Inspiro Lab Артема Спиро.

Артем Спиро

14:00-14:30  
**Витамины группы В в управлении здоровьем и метаболизмом**

Андрей Данилов

СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛЕКЦИЯ

КЛЮЧЕВАЯ ТЕМА ФОРУМА

УПРАВЛЕНИЕ ВЕСОМ

Быть, а не казаться!

Быть, а не казаться!