

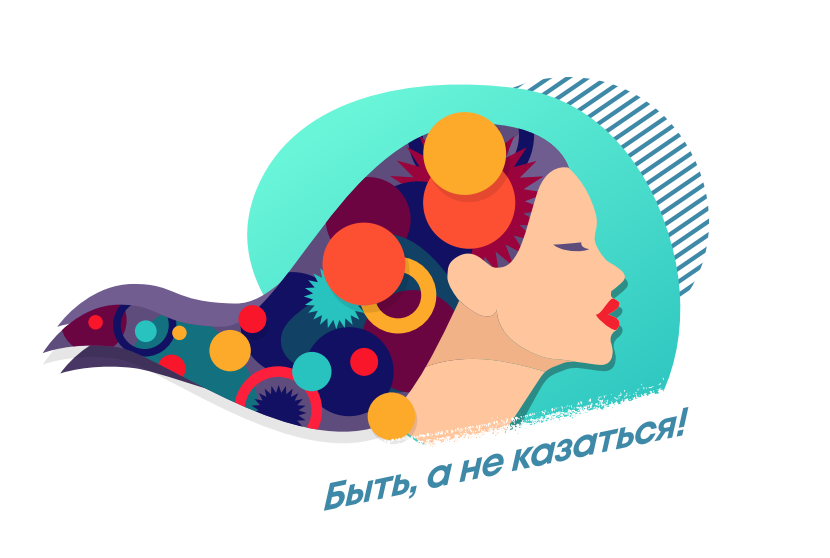
14:00–14:45	Регистрация. Нетворкинг. Знакомство с продуктами, сервисами и технологиями для управления весом
14:45–15:00	Открытие Форума
15:00–15:45	Предпленарная когнитивная разминка Либидо, Страсть, Любовь и Метаболическое здоровье Дмитрий Семирядов Мистерия микробиома: кому достанется дирижерская палочка в симфонии «стройного» долголетия Антон Наумов
15:45–16:00	Перерыв
16:00–17:00 ПЛЕНАРНАЯ СЕССИЯ №1	Наука и искусство управления весом Обезигенез: где искать корень зла? Алексей Данилов Есть или не есть? Мириться или бежать? Где искать выход из тупика эмоционального переедания? Алексей Ситников «Жуй, жуй, глотай»: роль здоровья рта в контуре фигуры Олесь Шевченко
17:00–18:00 ЭКСПЕРТНАЯ СЕССИЯ	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 МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ ДИСКУССИЯ Алексей Данилов (модератор) Яна Павлидис (модератор) Приглашенные эксперты Татьяна Залетова, Алексей Ситников, Марина Баяндина, Камила Табеева, Петр Бешко, Самир Седышев, Наталья Трушкина, Вера Заря, Алексей Головин

08:30–09:00	Регистрация. Нетворкинг. Знакомство с продуктами, сервисами и технологиями для управления весом. Фотосессия с экспертами
09:00–10:00 ПРЕДПЛЕНАРНАЯ СЕССИЯ	Зарядка и пища для ума с дегустацией функциональных продуктов MOOZI Нейрозарядка для ясного ума и бодрого тела Стефа-Ирина Ситникова Нейронутрициологический завтрак для баланса ума и тела Анастасия Бадаева, Марина Букашкина
10:00–11:00 ПЛЕНАРНАЯ СЕССИЯ №2	Ключи к вечной молодости Медицина здорового долголетия Алексей Москалев Mini brain — запасной мозг для омоложения и оздоровления Витторио Калабрезе
11:00–12:00 МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ ДИСКУССИЯ	Инъекция уверенности: когда вес уходит, а самооценка взлетает Андрей Данилов (модератор) Приглашенные эксперты Гульнара Филатова, Ирина Пирогова, Станислав Котляров

12:00–13:00 ТЯЖЕЛЫЙ 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 experience для метаболического здоровья. Дегустация от основателя Inspiro Lab Артема Спиро.
14:00–14:30 ИНСАЙТ-ЛЕКЦИЯ	Как обстоят дела в поиске волшебного эликсира 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 штаммотека микробиома в управление весом: нужный штамм подходящему человеку в оптимальный момент Ирина Пирогова Психобиотики 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 винопитию Алексей Данилов «My drink: как выяснить свои отношения с алкоголем» Ирина Терещенко Пейте на здоровье: что важно знать энофилу Ирина Пирогова Вино и килограммы: гастрономическое сопровождение для контроля над весом Алексей Пирогов
17:00–17:15	Витаминная пауза
17:15–19:00	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	Заккрытие Форума.

15:00–15:45	Презентация техники самогипноза для освобождения от лишнего веса Наталья Полетаева
6 ДЕКАБРЯ 2025	ЗАЛ 2 «КРАСОТА»

11:00–11:30 СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛЕКЦИЯ	Нутрициология химического снижения веса Мария Моргунова
11:30–13:00 ЭКСПЕРТНЫЙ РАЗБОР	Пищевая среда, вес и здоровье: как разделить зерна от плевел Нурия Дианова (модератор) Пищевая среда и выбор еды: органическая еда, вес и здоровье Алексей Данилов Индустриальная еда. Добро или зло? Сергей Иванов Еда, которая работает. Функциональное питание — очередной тренд или ключ к грамотной организации рациона Марина Букашкина Что представляет собой «здоровый» и «нездоровый» перекус Надя Шарк Здоровье еды в ресторанах Артем Спиро Мониторинг глюкозы: стратегия снижения веса. Кейс из опыта велнес-сервиса Simply Health Олесь Терещенко Вкусно и/или Полезно? Как выбирать еду в магазинах здорового питания Дмитрий Быстров
13:00–14:00	Обеденный перерыв Нейронутрициологический experience для метаболического здоровья. Дегустация от основателя Inspiro Lab Артема Спиро.
14:00–14:30 СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛЕКЦИЯ	Витамины группы В в управлении здоровьем и метаболизмом Андрей Данилов



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 Антипова Артем Антипов Как привести к стройности клиента в энергодефиците. Валентина Салман Не есть или резать. Размышления пластического хирурга об управлении весом Марьяна Тменова «Как улучшить взаимодействие между врачом, нутрициологом и пациентом» Елена Шпотя
16:00–17:00 ОБМЕН ОПЫТОМ РУКОВОДИТЕЛЕЙ И ВЛАДЕЛЬЦЕВ ЦЕНТРОВ КОРРЕКЦИИ ВЕСА	Место силы для обретения идеальной формы Муслим Муслимов (модератор) Программа управления весом в клинике Ревиталь Наталья Егоренкова Тема уточняется Софья Елиашевич

