

# Программа форума

10:00 - 11:00

Открытие просветительского марафона.  
Ценности здоровья в современном обществе



**Галина Карелова**

Заместитель Председателя Совета Федерации  
Федерального Собрания Российской Федерации



**Оксана Драпкина**

Директор, ФГБУ «НМИЦ терапии и  
профилактической медицины» Минздрава  
России, куратор проекта «Женщины – за  
здоровое общество»



**Анастасия Столкова**

Первый заместитель директора по развитию,  
Фонд Росконгресс, руководитель Проекта  
«Женщины за здоровое общество»



**Мария Афонина**

Проректор по образовательной деятельности  
Мастерской управления «Сенеж», руководитель,  
программа «Женщина-лидер»



**Елена Аксенова**

Директор, ГБУЗ «НИИ организации  
здравоохранения и медицинского менеджмента  
Департамента здравоохранения г. Москвы»

11:00 - 11:10

Перерыв

11:10 - 11:40

Осознанность наше всё



**Елена Файман**

Управляющий партнер медиа-агентства «IQ»,  
главный редактор портала investinorenburg.ru,  
член Союза журналистов России, победитель  
конкурса социальных инициатив «Женщины за  
здоровое общество» в номинации «Технологии  
для здоровья»

11:10 - 11:40

Как создать здоровые привычки для всей  
семьи



**Татьяна Рыбакова**

Директор по развитию и коммуникациям,  
YourSuperDrops, финалист конкурса социальных  
инициатив «Женщины за здоровое общество» в  
специальной номинации «ЗОЖ-инфлюенсер»

11:40 - 11:50

Перерыв

11:50 - 12:20

Зож-talk «Популяризация здорового образа  
жизни в современных реалиях»



**Елена Истягина-Елисеева**

Заместитель председателя Комиссии по  
физической культуре и популяризации  
здорового образа жизни, Общественная палата  
Российской Федерации



**Елизавета Александрова**

Мастер спорта международного класса по  
художественной гимнастике. Чемпионка Европы  
в составе сборной России, многократная  
победительница Кубков Мира и международных  
турниров в составе сборной России



**Алексей Саврасенко**

Заслуженный мастер спорта по баскетболу.  
Чемпион Европы в составе сборной России,  
трёхкратный победитель Евролиги,  
шестикратный чемпион России

12:20 - 12:30

Перерыв

12:30 - 13:10

Счастливое детство



**Саняам Коваль**

Президент, Благотворительный фонд «Подари  
солнечный свет»

12:30 - 13:10

Как стать счастливым человеком



**Ольга Постникова**

Генеральный директор, АНО «Центр социальной  
помощи «Доброе дело»

13:10 - 13:25

Перерыв

13:25 - 13:55

«Тревога»: основные причины, последствия  
оставления без внимания, методы работы с  
тревогой



**Дмитрий Атаманов**

Руководитель проектов департамента  
методологии МУ «Сенеж» АНО «РСВ»

13:55 - 14:00

Перерыв

14:00 - 14:25

Управление стрессом в условиях нынешней  
реальности



**Людмила Миронова**

Член общественной палаты Вологодской  
области, член Общественных советов при  
Департаменте образования ВО и УМВД России  
по Вологодской области, психолог

14:25 - 14:35

Перерыв

14:35 - 15:00

Как похудеть и сохранить результат?



**Сергей Обложко**

Врач-психотерапевт, диетолог, ведущий на  
телеканале «Доктор», ведущий-эксперт проекта  
«Я худею» на НТВ, эксперт по снижению веса,  
автор книг, создатель авторской методики  
модификации пищевого поведения

15:00 - 15:05

Перерыв

15:05 - 15:30

Какие витамины влияют на наше здоровье?



**Людмила Селедцова**

Врач-диетолог и специалист по нутригенетике,  
тренер по нутригенетике, терапевт AntiAge-  
медицины

15:30 - 15:35

Перерыв

15:35 - 16:00

Влияние стресса на работу с вредными  
привычками



**Михаил Хорс**

Психолог, писатель, телеведущий на канале  
«Доктор», лауреат премии «Золотая Психея»,  
руководитель ПСИ-интернатуры

16:00 - 16:05

Перерыв

16:05 - 16:35

Про здоровое сердце и сосуды



**Екатерина Молюкова**

Руководитель программ, Благотворительный  
фонд «В ответе за будущее»



**Оксана Лищенко**

Научный сотрудник, Лаборатория  
поликлинической терапии ФГБУ «НМИЦ ТМП»  
Минздрава России, кандидат медицинских наук

16:35 - 16:45

Перерыв

16:45 - 17:15

Здоровые эмоции



**Виктория Шиманская**

Сооснователь образовательной платформы  
SKILLFOLIO, автор первой российской  
запатентованной методики развития  
эмоционального интеллекта детей, доктор  
психологии, MBA, предприниматель

17:15 - 17:20

Перерыв

17:20 - 17:50

Что мы должны знать о ментальном  
здоровье?



**Георгий Костюк**

Главный внештатный специалист психиатр,  
главный врач ГБУЗ «Психиатрическая  
клиническая больница № 1 им. Н.А. Алексеева  
Департамента здравоохранения города  
Москвы», доктор медицинских наук, профессор

17:50 - 18:00

Перерыв

18:00 - 19:00

Дискуссия «О женском здоровье»



**Елена Калинина**

Директор, клиника репродуктивного здоровья  
«АРТ-ЭКО», член Общественной палаты  
Российской Федерации



**Людмила Кещьян**

Главный врач, ГБУЗ МО «Наро-Фоминский  
перинатальный центр»



**Елена Николаева**

Главный врач, государственное автономное  
учреждение здравоохранения Свердловской  
области «Клинико-диагностический центр  
«Охрана здоровья матери и ребенка»



**Светлана Лапина**

Онкогинеколог, заведующая онкологическим  
отделением №4, ГАУЗ СО «Свердловский  
областной онкологический диспансер»,  
руководитель центра онкогинекологии



**Милана Скоробогатова**

Заместитель председателя Комитета по  
здравоохранению, социальной политике и делам  
ветеранов, Государственное собрание – Курултай  
Республики Башкортостан



**Ольга Маскаева**

Председатель, благотворительный Фонд охраны  
женского здоровья «Мы вместе»