

**16.00 Приветствие участников вебинара**

д.м.н., проф. Л.П. Соколова, нутрициолог Е.В.Петрова

**16.05-16.40 Мозг и праздник: аффективные, вегетативные и когнитивные последствия длинных выходных**

Д.м.н., проф. Соколова Л.П.

**16.40-17.00 Режим, пищевое поведение и здоровье: как пережить праздники**

Нутрициолог Петрова Е.В.

**17.00-17.20 Умственная работоспособность после праздников: как восстановить и улучшить**

Д.м.н. Соколова Л.П.

**17.20-17.30 Дискуссия. Ответы на вопросы**

Д.м.н., проф. Соколова Л.П., нутрициолог Петрова Е.В.