

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.