

ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЙ*

IV Международного фестиваля активного образа жизни и здоровья «MEDTRAVELFEST»

Место проведения: г. Москва, м. Выставочная, ЦВК «ЭКСПОЦЕНТР», павильон №7, залы 1,2, EVENT- пространство «Эскулап», зона «Панацея».

Время проведения: 4-7 декабря 2023 г. с 11.00-16.00

Партнеры: ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр кардиологии» Минздрава России, ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России, ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины» Минздрава России, Международная ассоциация специалистов по массажу, эстетике и реабилитации, Добровольный физкультурный союз, Российское респираторное общество, Музей здоровья Российского кардиологического общества, проект «Лечение в Волгограде», Фонд развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, компания «Детензор», АО «ЭКСПОЦЕНТР» и другие участники выставки.

4 ДЕКАБРЯ (понедельник)

МЕРОПРИЯТИЯ на площадке Фестиваля, EVENT-пространство «Эскулап» (Павильон №7, зал 1)	
11.00-12.00	Мастер-класс «Общеоздоровительный комплекс дыхательной гимнастики цигун «8 отрезков парчи» Спикер: Владимир Павлов , преподаватель Международного Центра Подготовки и Развития Массажистов, Президент Союза Телесно-ориентированных специалистов, специалист остеопрактики и биодинамики, психолог, ведущий авторских семинаров по массажу и мягкотканым техникам остеопатии
12.00-13.00	Лекция по борьбе с тревогой и выгоранием Спикер: Сабина Грин , практикующий клинический психолог, специализирующийся на борьбе с тревогой и выгоранием
13.00-14.00	Интерактивный мастер-класс «Как много лет сохранять психическое здоровье» Спикер: Владислав Мельник , известный психотерапевт, автор методики «Нео-психосоматика», президент Международной ассоциации специалистов по массажу, эстетике и реабилитации, главный эксперт и тренер Национальной сборной Абилимпикс Россия, соучредитель и преподаватель Международного Центра Подготовки и Развития Массажистов, эксперт тематических теле- и радиопередач
14.00-16.00	Мастер-класс «Арттерапия в реабилитации» Спикер: Гусева М.Е. , руководитель направления арт-терапия ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России, заведующая кафедрой междисциплинарной медицины, профессор кафедры неврологии, нейрохирургии и медицинской генетики РНИМУ им. Пирогова <i>*количество участников ограничено до 20 человек</i>

5 ДЕКАБРЯ (вторник)

МЕРОПРИЯТИЯ на площадке Фестиваля, EVENT-пространство «Эскулап» (Павильон №7, зал 1)	
11.00-12.00	Практический мастер-класс «Пластический самомассаж лица как способ омоложения и поддержания здоровья» Спикер: Ирина Ли , преподаватель Международного Центра Подготовки и Развития Массажистов, практикующий специалист спа-технолог, косметик-эстетист, тренер по практикам естественного омоложения, соавтор курса «Пластический самомассаж лица», координатор социального волонтерского движения «Массаж спасет мир», член Международной ассоциации специалистов по массажу, эстетике и реабилитации.

12.00-12.30	Музей здоровья Российского кардиологического общества. «Интерактивные игры на тему ЗОЖ»
12.30-13.00	Лекция «За здоровьем в центр Сибири. Программы восстановления и оздоровления, доказавшие свою эффективность». Спикер: Евангелика ДеМаркова , руководитель направления Nexima Мед Туризм
13.00-14.30	Лекция «Здоровье легких – правила жизни» Спикер: Римма Асадуллина , врач-пульмонолог, главный пульмонолог ЮЗАО
14.30-15.00	Лекция «Стопа и качество жизни. Как сохранить активность и мобильность. Шагай уверенно» Спикер: Харинов Даниил , руководитель Лаборатории стопы CoreStep
15.00-16.00	Лекция «Как правильно подойти к выбору лечебного курорта и санатория» Спикер: Влад Буря , эксперт по популяризации лечебных курортов и санаториев

6 ДЕКАБРЯ (среда)

МЕРОПРИЯТИЯ на площадке Фестиваля, EVENT-пространство «Эскулап» (Павильон №7, зал 1)	
11.00-11.30	Лекция «Профилактика переломов и падений в элегантном возрасте: что нужно знать?» Спикер: Марченкова Л.А. , д.м.н, врач-эндокринолог, главный научный сотрудник, заведующая отделом соматической реабилитации, репродуктивного здоровья и активного долголетия, профессор кафедры восстановительной медицины, физической терапии и медицинской реабилитации, ученый секретарь Диссертационного совета ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России FREE
11.30-12.30	Мастер-класс «Основы ЛФК и кинезиофитнеса в функциональной реабилитации». Инструктор: Леонид Оноприенко , специалист по лечебному массажу высшей категории, мануальный терапевт, остеопрактик, руководитель студии функциональной реабилитации, сертифицированный преподаватель по спортивному и тайскому массажу, преподаватель Международного Центра Подготовки и Развития Массажистов
12.30-13.00	Лекция «Клеточные медицинские технологии: границы возможного» Спикер: Владимир Крицкий , заместитель директора Института, руководитель медицинского направления, врач-хирург, главный врач Клиники клеточной терапии
13.00-14.00	Мастер-класс «Управление внутренними состояниями методами саморегуляции» Спикер: Надежда Бабаева , канд. псих.наук, краниальный остеопрактик, психогенетик, автор методов саморегуляции, научной и популярной литературы, руководитель Международного фонда исследований природы и человека «МИР РА», ведущая передачи «Тайное.Явное.Главное»
14.00-14.30	Лекция «Здоровье легких – правила жизни» Спикер: Римма Асадуллина , врач-пульмонолог, главный пульмонолог ЮЗАО
14.30-15.00	Мастер-класс по оказанию первой доврачебной помощи с использованием манекена «Спаси товарища в беде!» Спикер: Никита Хрипушин , врач-терапевт Центра культуры «Олимп 5»
15.00-16.00	Лекция «Кинотерапия — мистическая методика, которая обучает наш мозг видеть скрытые смыслы и предлагает пути решения различных ситуаций» Спикер: Елена Павлова , практикующий психолог
МЕРОПРИЯТИЯ на площадке Фестиваля, зона «ПАНАЦЕЯ» (Павильон №7, зал 1)	
11.00-18.00	Открытая тренировка по северной ходьбе в рамках Всероссийского проекта «Северная ходьба - новый образ жизни».

<p>Инструктор: Ольга Бойко, сертифицированный инструктор Добровольного физкультурного союза.</p> <p>«Всероссийский проект «Северная ходьба – новый образ жизни» реализуется Добровольным физкультурным союзом в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни» при грантовой поддержке Минспорта России».</p> <p>Программа:</p> <p>11.00 - 12.00 Северная ходьба - новый образ жизни (оздоровительный уровень)</p> <p>12.00 - 13.00 Северная ходьба - новый образ жизни (уровень - фитнес)</p> <p>14.00 - 15.00 Северная ходьба - новый образ жизни (уровень - спорт)</p> <p>15.00 - 16.00 Северная ходьба - новый образ жизни (спорт для всех)</p>

7 ДЕКАБРЯ (четверг)

МЕРОПРИЯТИЯ на площадке Фестиваля, EVENT-пространство «Эскулап» (Павильон №7, зал 1)	
11.00-11.30	<p>Лекция «Здоровье легких – правила жизни» Спикер: Римма Асадуллина, врач-пульмонолог, главный пульмонолог ЮЗАО</p>
11.30-12.00	<p>Лекция «Анализ вариабельности сердечного ритма, как показатель здоровья человека. Практическое применение в медицине, спорте и на дому» Спикер: Алина Лебедева, эксперт по функциональной диагностике, руководитель проекта «Лаборатория здоровой жизни»</p>
12.00-14.00	<p>Мастер-класс «Ресурсы для души. Рисование шерстью как средство арттерапии» Спикер: Ольга Ланберг, клинический психолог ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России, семейный психолог, арт-терапевт, почетный член Национальной ассоциации для развития арт-терапевтической науки и практики «Российская арт-терапевтическая ассоциация» <i>*количество участников ограничено до 15 человек</i></p>

**В программе возможны изменения и дополнения*

СОБЕРИ ВСЕ «МОРКОВКИ ЗДОРОВЬЯ» НА СТЕНДАХ НАШИХ ЭКСПОНЕНТОВ!

Кроме двух фестивальных площадок активности Фестиваля проходят на стендах участников выставки «MedTravelExpo. Санатории. Курорты. Медицинские центры» в павильоне №7, которые отмечены – оранжевыми шариками – «морковками здоровья»!

Например:

Каждый день на стенде «Лечение в Волгограде» стенд № 72С30

Ежедневно 4, 5, 6 декабря с 11.00 до 18.00, 7 декабря с 11.00 до 16.00.

На стенде проекта «Лечение в Волгограде» Вы можете пройти оценку уровня обмена веществ врачом-гастроэнтерологом и стоматологический осмотр (с созданием цифровой 3D модели зубных рядов), Консультация главного внештатного специалиста стоматолога Волгоградской области: 4 декабря с 14.00 до 16.00, 5 декабря с 13.00 до 15.00, 6 декабря с 15.00 до 17.00

В 14.00 6 декабря на стенде проекта состоится главное событие - розыгрыш 15 сертификатов на обследование и лечение в Волгограде.

Ежедневно Вас также ждут - беспроигрышная викторина, 3D экскурсии по клиникам проекта, вкусные и полезные кислородные коктейли, также подбор индивидуальной туристической программы. Приходите, у нас интересно!

Каждый день выставки на стенде ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России №72А42

С 11.00 до 16.00 будет дегустация нашей минеральной воды на стенде.

7 декабря в 15.00 розыгрыш трех сертификатов на одну бесплатную процедуру.

Каждый день выставки на стенде Международной ассоциации специалистов по массажу,

эстетике и реабилитации №71С10

С 11.00 до 16.00 сеансы массажа (подробнее просим уточнять на стенде).