МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ВАШ ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО ФЕСТИВАЛЮ

Карта гостя

ПРОГРАММА / ЛЕКЦИИ / ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗОНЫ

24 ноября 2026
Санкт-Петербург

10:00–18:00
Вход свободный

Исторический парк
«Россия — Моя история»
Бассейная ул., 32

НАВИГАЦИЯ ПО ФЕСТИВАЛЮ

02 Программа атриума
03 Расписание лекций
04 Интерактивная зона · 1 этаж
05 Схемы · 2 и 3 этажи
06 Мастер-классы в лекториях
07 Партнёры фестиваля

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Атриум · расписание

24 ноября 2026 · 10:00–18:00 · Исторический парк «Россия — Моя история», Бассейная, 32 · вход свободный

Открытие пленарная часть

11:00–11:40 **Торжественная церемония открытия**

- Открытие церемонии
- Государственный гимн Российской Федерации
  Детский хор Филармонического общества Санкт-Петербурга
- Приветственные слова
  Сарана Андрей Михайлович — Председатель КЗ СПб
  Фидрикова Елена Николаевна — Председатель Комитета по социальной политике СПб
  Максимов Андрей Станиславович — Председатель Комитета по науке и высшей школе
- «Медицинская психология в системе здравоохранения Санкт-Петербурга»
  Исаева Елена Рудольфовна, д.психол.н., профессор, главный внештатный специалист по медицинской психологии КЗ СПб, заведующая кафедрой общей и клинической психологии ПСПбГМУ им. акад. И.П. Павлова
- Выступление детского хора
  Детский хор Филармонического общества Санкт-Петербурга

Хедлайнеры МедПсиФест

11:40–11:55 **Психологическая безопасность детей в современном мире**
Демьянчук Роман Викторович, д. психол. н., СПбГУ

11:55–12:10 **Эти нелёгкие лёгкие**
Яблонский Пётр Казимирович, д. м. н., профессор, директор СПб НИИ фтизиопульмонологии

12:10–12:30 **Резильентность — метанавык будущего**
«Ясно» — эксклюзивный партнёр фестиваля
Пучкова Анастасия, психолог, эксперт по развитию человеческого потенциала

Флешмобы и совместные практики

12:45–13:15

Нейрофитнес
18–60 лет
Фитнес-тренер Анна Зуева

13:30–14:00

«Запусти сердце»
для всех гостей
Отряд «Эпсилон» ПСПбГМУ и Ассоциация анестезиологов-реаниматологов

14:15–14:25

«Выйти на берег» — техники самопомощи
для всех гостей
Медицинский психолог Илья Ефременко

14:40–15:10

«Когнитивная зарядка»
для всех гостей
КЦСОН Василеостровского района

15:25–15:45

Спектакль «Вместе весело по России»
для всех гостей
Семейный театр Андрея и Риты Свяцких «На полянке»

16:00–16:10

«Выйти на берег» — техники самопомощи
для всех гостей
Медицинский психолог Илья Ефременко

Торжественное закрытие 16:15

ВРУЧЕНИЕ ЗНАКА ОБЩЕСТВЕННОГО ПРИЗНАНИЯ «ПРОФЕССИЯ ДОВЕРИЯ»

ВРУЧЕНИЕ БЛАГОДАРСТВЕННЫХ ГРАМОТ

от Исаевой Елены Рудольфовны — главного внештатного специалиста по медицинской психологии КЗ СПб

Музыкальная пауза

НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ФИНАЛИСТОВ IV ГОРОДСКОГО КОНКУРСА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА МЕДИЦИНСКИХ ПСИХОЛОГОВ

НОМИНАЦИИ КОНКУРСА

- Лучшая психологическая служба
- Лучшая методика / технология психодиагностического обследования
- Лучшая программа психологической профилактики

Музыкальная пауза

- Лучшая программа психологической реабилитации
- Лучшая программа психологического сопровождения и консультирования
- Лучший молодой психолог года

Музыкальная пауза

- Лучший наставник года
- Лучшая программа психологической помощи участникам СВО и их семьям
- Приз зрительских симпатий

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Лекции · расписание

24 ноября 2026 · 10:00–18:00 · Исторический парк «Россия — Моя история», Бассейная, 32 · вход свободный

3 этаж · конференц-залы КЗ 1, КЗ 2 и лектории Л1–Л4 · лекции одного блока идут параллельно: верхний ряд — КЗ 1, КЗ 2, Л1, нижний — Л2, Л3, Л4

12:30–13:00 «В нас зарождается будущее»

Спешить нельзя откладывать — КЗ 1
Блох Мария Евгеньевна
для специалистов

Диадные отношения и репродуктивное здоровье — КЗ 2
Добряков Игорь Валериевич

Аспекты принятия решения об исходе беременности — Л1
Березина Надежда Васильевна
для специалистов

В нас зарождается будущее: мягкие роды и осознанное родительство — Л2
Малаховская Елена Алексеевна

Сумка в роддом: психологический набор первой необходимости — Л3
Филиппова Валерия Вадимовна, Швец Дарья Владимировна

Твоя жизнь до рождения — Л4
иерей Алексий Черников, руководитель Центра защиты материнства ОЦБСС СПб, магистр богословия, магистр педагогики · СПб епархия

13:15–13:45 «Понять нельзя наказывать»

Водоворот эмоций: как понять переживания подростка — КЗ 1
Тимофеева Ксения Владимировна

«Цифра» — на грани нормы и патологии — КЗ 2
Виндорф Светлана Алексеевна

От пищевого симптома к восстановлению: подростки с нарушениями пищевого поведения — Л1
Гризан Мария Александровна

Нормативный семейный кризис как ресурс к развитию семьи — Л2
Сидоренко Марина Павловна

Семья в современной траектории успеха: ресурсы и поддержка молодёжи — Л3
Уерги Ульяна Николаевна

Пространство возможностей: поддержка ребёнка и семьи в программах ранней помощи — Л4
Шарагина Анастасия Сергеевна

14:00–14:30 «Мой жизненный ресурс»

Психология моды: одежда, идентичность и социальные роли — КЗ 1
Ковальчук Ксения Сергеевна

Сигналы истощения: когда пора к врачу, а не только к психологу — КЗ 2
Куликова Елена Александровна

Здоровье, которое чувствуется и видно: энергия, мышцы, кожа — Л1
Неклюдова Жанна Олеговна

Выгораю, когда загораюсь — Л2
Банькова Анна Владимировна
для специалистов

Контакт с собой. Верни себя в себя — Л3
Леврана Виктория Викторовна

Здоровье по клеточкам: гены, клетки и медицина будущего — Л4
Маркелов Владислав Витальевич

14:45–15:15 «Умное долголетие»

Умное долголетие: сохранять себя и связь с другими — КЗ 1
Стрижицкая Ольга Юрьевна

Когнитивные нарушения старшего возраста как междисциплинарная проблема — КЗ 2
Петрова Наталия Николаевна
для специалистов

Психотерапия и долголетие: социальные связи и поиск смыслов — Л1
Соболевская Алина Равильевна, Виноградова Екатерина Александровна

Когнитивные нарушения. Когда пора беспокоиться — Л2
Кривоносов Денис Сергеевич

Ясный ум на всю жизнь — Л3
Лобко Анастасия Николаевна

Первые признаки когнитивного снижения: как помочь близкому — Л4
Ерно-Волжский Станислав Артурович

15:30–16:00 «Жизнь не по плану»

Психические расстройства: от стигмы до модных веяний — КЗ 1
Абриталин Евгений Юрьевич, д. м. н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии и психотерапии с клиникой ИМО НМИЦ им. В. А. Алмазова
для специалистов

Когнитивные механизмы киберуязвимости: распознать и обезвредить — КЗ 2
Комиссарова Генриетта Игоревна

Не только лекарства: как ещё помочь человеку с клинической депрессией — Л1
Павличенко Алексей Викторович
для специалистов

Психолого-социальная адаптация участников СВО · мастер-класс — Л2
Кляпин Антон Константинович, Ермак Владимир Николаевич
для специалистов

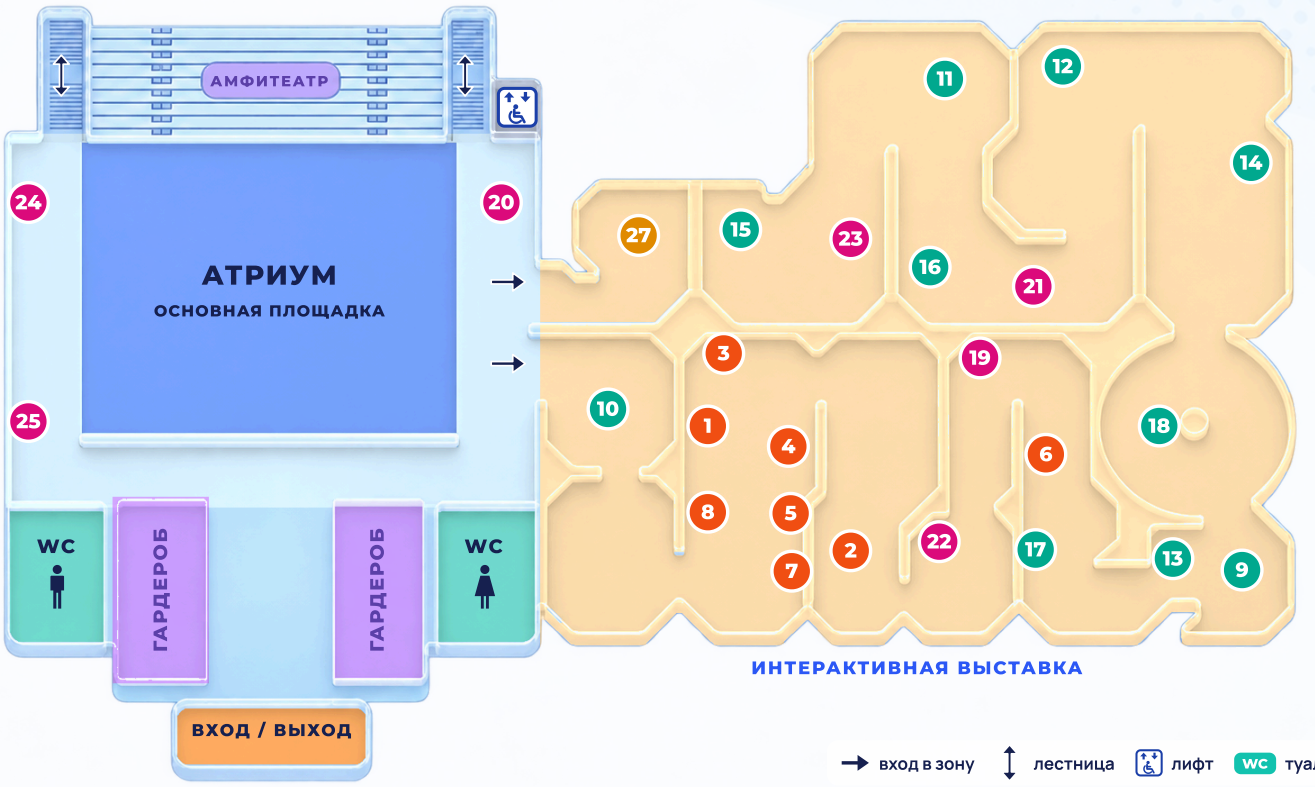
Что сказать вместо «борись»? Как поддержать близкого с онкологией — Л3
Вагайцева Маргарита Валерьевна

Цифровая диагностика и коррекция стресса — Л4
Розанов Иван Андреевич

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Интерактивная зона · 1 этаж

24 ноября 2026 · 10:00–18:00 · Исторический парк «Россия — Моя история», Бассейная, 32 · вход свободный



Лаборатория «Как ты?» диагностика и скрининг

1. **Как обнаружить у себя выгорание**
   Центр «Гори и не сгорай»
2. **«Зеркало трезвости»: оцени свой риск**
   Городская наркологическая больница
3. **«16 слов Юнга»: найди свои ресурсы**
   Центр планирования семьи и репродукции
4. **Что управляет вашим аппетитом?**
   Центр «Ювента»
5. **Территория семьи: какой ты родитель**
   Ленинградский областной центр психического здоровья
6. **«Мудрые годы»: проверка памяти и внимания**
   Городская поликлиника № 100
7. **Экспресс-диагностика: тревога, сон, стресс, психологические нарушения после COVID-19**
   Медицинские психологи фестиваля
8. **Как бросить курить**
   СПб НИИ фтизиопульмонологии

Маркет заботы продукция и сервисы

19. **Всё о прививках и лечении аллергии**
    Медицинский центр НИИ им. Пастера
20. **«Здоровье на вкус»: дегустация витаминов**
    Orzax Ocean
21. **Методики и тесты для психологов**
    Институт «Иматон»
22. **Викторина «Что вы знаете о своей коже?»**
    Клиника Candela Victory Plaza
23. **Учиться или лечиться? Программы и мастер-классы**
    Институт им. Б. Д. Карвасарского
24. **Стань донором костного мозга**
    Федеральный регистр доноров, РосНИИГТ ФМБА
25. **Когда вес действительно лишний**
    ПРОМОМЕД

Мастерская ресурса мастер-классы

9. **«Мозгоправда» и «Нарисуй свой дзен»**
   Городской противотуберкулёзный диспансер
10. **Велошейкер и игры для здорового сердца**
    Российское кардиологическое общество
11. **Сделай натуральную косметику сам**
    ГК Levrana
12. **КПТ в игровой форме**
    Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
13. **Дыхательные практики и грудное вскармливание**
    Роддом № 6 им. В. Ф. Снегирёва
14. **Рисование цветным песком**
    Николаевская больница
15. **«Зона ресурса»**
    БФ «Эндомир»
16. **Мини-гольф: удовольствие быть в моменте**
    Горки Гольф клуб
17. **Психология и мода**
    Центр психологии и моды СПбГУПТД
18. **Практикумы и кинолекторий**
    Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии

- **12:30–13:00** Практикум «Он и она» · Л. Ю. Сушкевич
- **13:10–14:50** Фильм «Мамино письмо» · иерей Алексий Черников
- **14:50–15:20** Практикум «Он и она» · Инна Воротилова
- **15:30–17:00** Фильм «Мамино письмо» · И. Воротилова, А. Куймазов, Л. Ю. Сушкевич

27 Техосмотр организма чек-ап и обследование

Одна точка — специалисты меняются по времени:

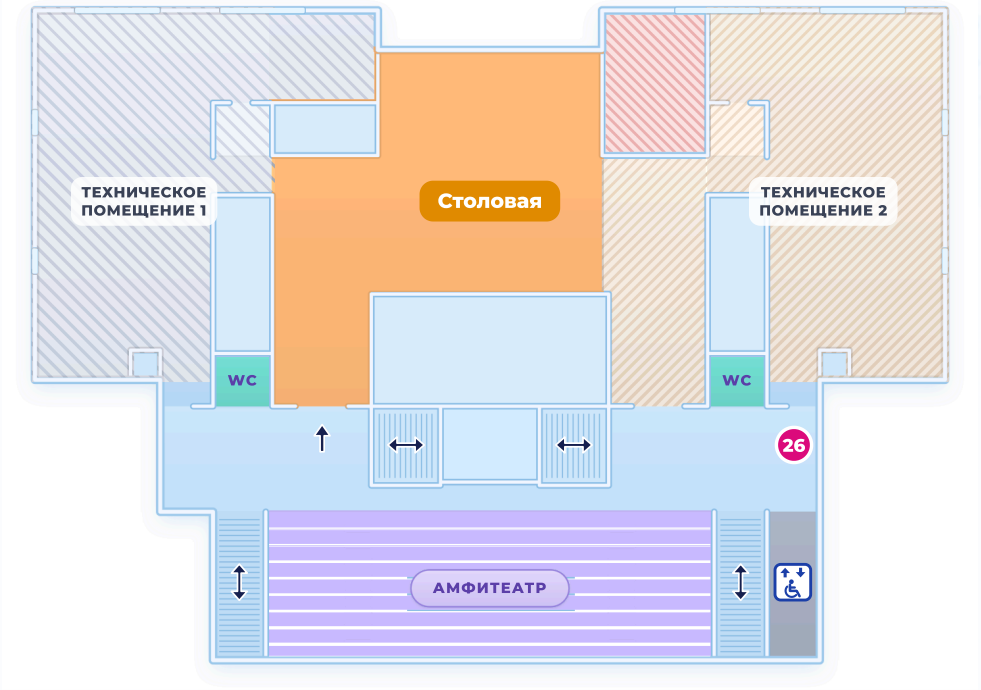
- **10:00–14:00** **Обследование 18+: глюкоза, холестерин, биологический возраст**
  Консультативно-диагностическая поликлиника № 1
- **15:00–18:00** **Центр здоровья: давление, состав тела, факторы риска**
  Городская поликлиника № 51

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

2 и 3 этажи

24 ноября 2026 · 10:00–18:00 · Исторический парк «Россия — Моя история», Бассейная, 32 · вход свободный

2 этаж



3 этаж



КЗ 1, КЗ 2 конференц-залы · Л1–Л4 лекции · Л5–Л6 Мастерская ресурса
→ вход в зону · ↕ лестница · лифт · WC туалет

Маркет заботы — продукция и сервисы

26 Чайная пауза
«Река Дринкс»

Цифровой разум — технологии и VR

28 VR-кейсы с ИИ-пациентом
MedVR

29 Когнитивные тренировки с обратной связью
«Визионеро»

30 VR против стресса
«Этерно»

31 Проверь память и внимание
Нейрософт

32 «Нейроэкспресс» и VR-релаксация
НМИЦ им. В. П. Сербского

33 «СтресСкан» и управление взглядом
НМИЦ им. В. П. Сербского

Мастерская ресурса — мастер-классы

34 Мастер-классы
КЦСОНы районных администраций Санкт-Петербурга
по расписанию — см. стр. 6

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Мастер-классы в лекториях

24 ноября 2026 · 10:00–18:00 · Исторический парк «Россия — Моя история», Бассейная, 32 · вход свободный

18 34 Мастерская ресурса · 3 этаж, лектории Л3–Л6 · проводят Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии (18) и комплексные центры социального обслуживания населения районов (34) · вход свободный, количество мест ограничено

Лекторий Л5 9 мастер-классов

10:00 до 10:30
Практикум «Сила чистого слова»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Л. Ю. Сушкевич

10:40 до 11:10
Практикум «Он и она»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Л. Ю. Сушкевич

11:20 до 11:50
Практикум «Семейный лад»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Л. Ю. Сушкевич

12:00 до 13:00
«Когнитивный тренинг» по программе «Прокачаем мозг»
КЦСОН Кронштадтского района · ведущая И. В. Тихонова, к. полит. н.
Задания на память, внимание, восприятие, логику, воображение и активный словарный запас — профилактика возрастных когнитивных изменений. Таблицы Шульте, графический диктант, танграммы, туми-иши и другие упражнения. Оптимальная группа — 8–10 человек.

13:10 до 13:40
Практикум «Сила чистого слова»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Мария Канторова

13:40 до 14:10
Практикум «Сила чистого слова»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Мария Канторова

14:20 до 15:05
«Вдохновляющая фраза» — арт-техника самопомощи
КЦСОН Петродворцового района
Определяем своё состояние, выбираем поддерживающую фразу, превращаем её в рисунок и закрепляем жестом. Техника помогает при стрессе и навязчивых негативных мыслях переключиться на поддерживающий внутренний голос.

15:20 до 16:05
Практикум «Он и она»
Центр защиты материнства ОЦБСС СПб епархии · Андрей Куймазов

16:15 до 17:00
«Китайская иероглифика»
КЦСОН Петроградского района
Программа на основе нейропластичности: знакомство и запоминание около 20 иероглифов-ключей («человек», «вода», «огонь»…) и медитативная каллиграфия — пишем кистью иероглифы здоровья, любви, дружбы и достатка.

Лекторий Л3 1 мастер-класс

16:15 до 17:00
«Это не твоя вина» — антибуллинговый урок
ЦВЛ «Детская психиатрия» им. С. С. Мнухина
Безопасное пространство для диалога, в котором подростки получат практические инструменты противодействия травле.

Лекторий Л6 6 мастер-классов

10:30 до 11:00
«Стресс под контролем»
КЦСОН Выборгского района
Мини-лекция о релаксации как противоядии от стресса и практика: дыхание 4-4-6, прогрессивная мышечная релаксация, визуализация «Безопасное место», «копилка ресурсов». В конце — памятка с алгоритмом действий при волнении и карточки «Рецепт покоя».

11:10 до 11:50
«Нейроарт-терапия — территория возможностей мозга»
КЦСОН Красногвардейского района
Арт-терапевтические практики для поддержания когнитивной и эмоциональной активности в зрелом возрасте: рассказ о работе мозга и нейропластичности, пальчиковая гимнастика, практика с рисунком и МАК-картами.

12:00 до 13:00
Психологический тренинг «Менталист»
КЦСОН Московского района
Развитие памяти, внимания и мышления: словесные, математические и логические задачи, нейроупражнения, импровизация и креативность, инструменты для поддержания когнитивных функций.

14:00 до 15:00
Регуляция эмоциональных состояний с помощью техник КПТ
КЦСОН Калининского района
Навыки эмоциональной регуляции на основе когнитивно-поведенческой терапии: модель КПТ, модель «ABC» и когнитивные искажения, техники саморегуляции и дневник мыслей. Мини-лекция, групповые упражнения и индивидуальная работа.

15:10 до 15:40
«Я и мои ресурсы»
Выборгский район
Практические способы справляться со стрессом и тревогой, повышать саморегуляцию, а также работа с так называемым «негативным партнёром».

15:50 до 16:50
Квест «Капсула здоровья и долголетия»
КЦСОН Кировского района
Командный квест о профилактике возраст-ассоциированных заболеваний: весёлая зарядка «Я повар» и пять игровых станций — «Твистер для мозга», «Пирамида на тарелке», «Рецепт идеального дня», «Энергия жизни», «Селфи-зарядка».

Лекторий Л4 2 мастер-класса

16:15 до 16:45
Когнитивно-стимулирующие приёмы для людей с ослабленной памятью
КЦСОН Фрунзенского района
Упражнения для тренировки памяти по методике — победителю конкурса «Золотая Психея» 2024. Как адаптировать задания под возможности близкого человека; чек-лист для домашних занятий на 20–30 минут.

16:55 до 17:25
«Пальчиковый фитнес для ясного ума»
КЦСОН Фрунзенского района
Пальчиковая гимнастика с приёмами кинезиологии: снимает напряжение и усталость, тренирует память и концентрацию, мягко бодрит. Упражнения выполняются сидя, в комфортном темпе.

МЕДПСИ ФЕСТ
ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Партнёры фестиваля

Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет имени академика И.П.Павлова

КОМИТЕТ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики

МЕДПСИ ФЕСТ

ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ЯСНО

Городской конкурс медицинских психологов

через доверие-к пониманию

Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии

ЦРМП

ЦЕНТР РАЗВИТИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

ПРОМОМЕД

МИЛЛИОНЫ СПАСЕННЫХ ЖИЗНЕЙ

ORZAX Ocean

БИОГЛОБУС - ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИСТРИБЬЮТОР В РОССИИ

ИПМП

ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ И МЕДИЦИНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ им. Б.Д. Карвасарского

GORKI Golf & Resort

The Home of White Nights Golf

LEVRANA

онфд

Официальный представитель Нейрософт