**Программа мероприятия на 16 форумов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 11:00-11:20 | Открытие |  |
| Социально-культурные инициативы и психология | | |
| 11:20-12:00 | Антистрессовый практикум:  **Как справляться со стрессом и тревогой? Учимся сохранять стабильное психоэмоциональное состояние, осознанно принимать решения и бороться с фрустрацией.**  *Формируем новые полезные привычки на каждый день. Методики и практики для поддержания себя в стрессовых ситуациях.* | 1 Спикер |
| 12:10 - 12:50 | Социальный практикум:  **Как стать частью общественно значимых инициатив, направленных на помощь людям и улучшение качества жизни в России?**  *Знакомство с лучшими практиками волонтёрства и благотворительности в России. Старт и реализация новых социальных проектов нашей страны.* | 1 Спикер |
| 13:00-13:40 | Культурный практикум:  **Расширяем границы нематериального культурного наследия России**  *Наступивший 2022 год посвящен народному искусству и нематериальному культурному наследию народов России. На территории нашей страны проживают представители более 190 разных народов и у каждого своя культура, язык и традиции. На лекции вы узнаете, как каждый житель своего города может помочь сохранить культурное наследие.* | 1 спикер |
| Финансовая безопасность и современные возможности | | |
| 13:50 - 14:30 | Финансовый практикум:  **Развиваем навыки в сфере финансового поведения**  *Учимся создавать бюджет на месяц и формировать финансовую подушку безопасности. Получаем знания, ведущие к улучшению личного благосостояния и повышению качества жизни.* | 1 Спикер |
| 14:40-15:20 | Современные возможности: **Новые вызовы – новые возможности 2022**  *Современные возможности для развития экономики, импортозамещения и открытия своего дела. Гранты для молодых бизнесменов и тенденции развития бизнеса по различным отраслям от IT до бизнеса в Арктике.* | 1 Спикер |
| Закрывающая панельная дискуссия | | |
| 15:30-16:10 | Практикум по креативному и критическому мышлению:  **Как креативное и критическое мышление поможет для воплощения социальных проектов, старта бизнеса или творчества?**  *Эффективность и личное благополучие благодаря концепции 4К — креативности, критического мышления, кооперации и коммуникации. Учимся четырем навыкам, которые помогут успешно действовать в любой сфере.* | 4 спикер Дискуссия |