**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 спикерДискуссия  |