



ПРОГРАММА
14-го pro bono События
«Осознанная карьера»

Адаптация к изменениям

Москва

1 апреля 2023
09:30 – 18:00

Зал "Навигатор"
(3 этаж, до 180 чел.,
мастер-классы и
дискуссия)

Зал "Молодые
профессионалы"
(3 этаж, до 70 чел., мастер-
классы и ворк шоп)

зал "Go global"
(3 этаж, до 40 чел., сессия
и мастер-классы)

Зал "Большие вызовы"
(3 этаж, до 20 чел.,
мастер-класс и игры)

Зал "Пространство
мышления"
(3 этаж, Нетворкинг-лаборатория)

Зал "Пространство мышления"
коворкинг университета 2035
(3 этаж, до 7 столов, индивидуальные консультации
и сессии)

09:30

Открытие События, орг. информация, лидер проекта Сухобаевская Екатерина

10:00	Артем Мушин-Македонский Эксперт по сторителлингу «Как адаптировать сотрудников через истории и как самому быстро адаптироваться в новой команде» 	Елизавета Зверкова Психолог, коуч «Осознанный кандидат. Как стать сотрудником, которого все хотят нанять» 	Сессия от проекта «Осознанная карьера» «Как поддерживать разнообразный нетворкинг» Светлана Пороскова Анна Соловьева Анастасия Зенцова   	Александра Чернявская Эксперт по подбору нутриентов «Что нужно для повышения адаптационного потенциала организма. Как поддержать себя в период повышенных эмоциональных и физических нагрузок» 	Светлана Горелик Яна Сорокина Анна Выходцева Людмила Иванова (профориентолог) Анастасия Тагильцева Марина Ожиганова Светлана Трушева Коуч-сессия: Елена Моисеева
11:00	Дмитрий Поликанов Зам. руководителя Россотрудничества «Поддержка и сопровождение руководителей и специалистов, развивающих свою карьеру внутри государства» 	Мария Лукьянова Карьерный ментор «Новая реальность: несколько источников дохода. Как найти/создать доп источники дохода и зарабатывать больше» 	Мария Черникова Руководитель проекта «Культура здоровья» «Стресс как ресурс. Можно ли использовать стресс для развития?» 	Ольга Сухарева Игропрактик	1 - нетворкинг сессия "Career dating" Коуч-сессия: Екатерина Стацевич
12:00	Наталья Каширина и Анастасия Малахова (K4 Pharma Medical Recruitment) Наталья Белоцерковская (H&M Merid) Александра Мельникова (Региональный менеджер Векторфарм) ведущая Елена Татарникова Панельная дискуссия «Как попасть и адаптироваться к работе в Фарме? Взгляд с 3-х сторон»    	Анжелика Райкова, Эксперт проекта «Осознанная карьера» Катерина Сухобаевская, лидер проекта «Осознанная карьера» Ворк шоп от проекта «Осознанная карьера» executive коучинг «Лидерский вызов»  	Наталья Болмазова Экспоненциальный коуч «Адаптация к новым реалиям на основе своих сильных сторон» 	Трансформационная игра-распаковка «ПРОСТО» про предназначение, выбор направления для самореализации, про личный бренд и позиционирование себя во внешнем мире 	Светлана Горелик Яна Сорокина Анна Выходцева Людмила Иванова (профориентолог) Анастасия Тагильцева Марина Ожиганова Светлана Трушева Ольга Парамонова Ястребова Оксана Коуч-сессия: Елена Моисеева
13:00	Рушан Шарафиев Финансовый советник «Как управлять своим финансами в кризис, чтобы всегда быть в плюсе» 	Лариса Степанель Лидер проекта «Сфера интересов PRO» «Параллельная карьера как фактор адаптации и снижения рисков занятости?» 	Ольга Асадчая Executive-коуч мастерская с упражнениями «Непрерывность образования как адаптация к вызовам рынка труда – как построить и актуализировать образовательный трек» 	Осознанное отношение к построению карьеры. С чего начать? Анна Спирина Директор по маркетингу и коммуникациям Марина Дмитриева Менеджер по развитию бизнеса  	
14:00	Элеонора Сандуленко Международный эксперт по трансформации мышления лидера «8 ключей резилентности. Как прожить кризисы без повреждения личности и уйти в рост» 	Елена Татарникова Партнер проекта «Осознанная карьера» «Как понимание других сфер бизнеса поможет в поисках работы и управлении карьерой. T-shaped специалисты - адаптация к новым условиям» 	Алексей Дождев Тренер ЛФК, физиолог «Стресс-менеджмент. Физиология стресса, причины и методы воздействия» 	Анна Соловьева Игропрактик и эксперт проекта «Осознанная карьера»	2 - нетворкинг сессия "Career dating" Коуч-сессия: Екатерина Стацевич
15:00	Нина Зверева Эксперт по публичным выступлениям, автор книг «Хороший вопрос: адаптация к современной реальности» 	Оксана Панина Бизнес-психолог «Профессиональный капитал – как быстро адаптироваться к новому направлению» 	Зара Аджян Wingwave-коуч «Что мешает экспертам в продвижении себя? Как адаптироваться к изменениям, когда все меняется так быстро» 	Деловая коучинговая игра «С небес на землю. Работа без иллюзий» 	Светлана Горелик Яна Сорокина Анна Выходцева Людмила Иванова (профориентолог) Анастасия Тагильцева Марина Ожиганова Светлана Трушева Ольга Парамонова Ястребова Оксана Ольга Шлипакова Коуч-сессия: Елена Моисеева
16:00	Мария Рыбакова Ментор предпринимателей «Как заработать на любимом деле без выгорания» 	Екатерина Демина Эксперт проекта «Осознанная карьера» «Карьерный монтаж. Адаптация к себе через 50 лет» 	Татьяна Минаева Основатель Университета Карьерного Роста «Как адаптироваться к современным условиям на рынке труда и искать работу в 2023 году?» 	Анна Печикина Игропрактик территория для женщин трансформационная игра «Как полюбить себя» 	3 - нетворкинг сессия "Career dating" Коуч-сессия: Екатерина Стацевич
17:00	Ольга Асадчая Executive-коуч After-party презентация киноклуба проекта «Осознанная карьера» 	Клуб КиноTalk - территория смыслов, для тех, кто любит кино и хочет поделиться своим мнением. Приглашаем познакомиться с нашим клубом, посмотреть кино, поговорить и приятно провести время среди единомышленников			

Наши партнеры:

