

# Gen Z Fest 2024 program

**Regisztráció, avagy érkezz meg, nézz körül és lazulj.**

## GenZextrák

**Kell egy profi CV-fotó? Készítsd el az MVM standjánál!**

Szerezd be az első profi portrédat – ugorj be egy gyors fotózásra.

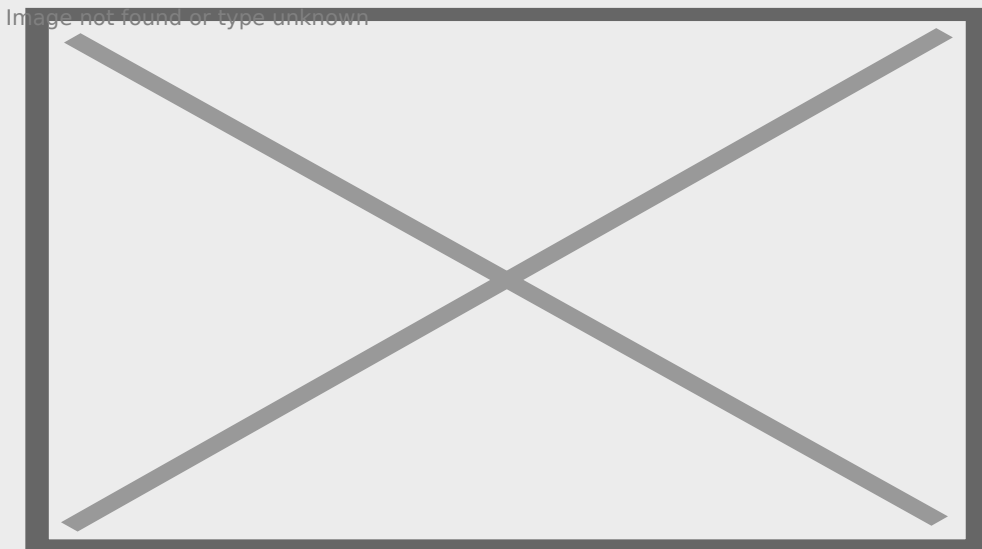
**Tedd magad próbára egy interjún az OTP Junior segítségével!**

Készülj fel egy próbainterjúra, ahol minden kérdést az álommunkádra szabunk!

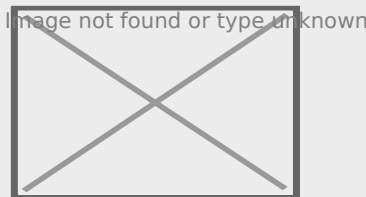
Tanácsok, tippek, trükkök várnak >> Foglald le előre a helyed itt!

**Pörgesd, válaszolj, nyerj!**

Csak egy pörgetés és egy gyors válasz választ el a nyereménytől! Csoki, tote bag és még több meglepetés vár rád a kiállítói térben.



**Tanulás + Önismeret = Legjobb választás**



## **14:55 - 15:05 Örülünk, hogy itt vagy!**

Előadó:

**Bódy Gergő**, műsorvezető-riporter

## **15:05 - 15:20 Tekints a jövőbe!**

Előadó:

**Wossala Rozina**, vendéglátós, médiaszemélyiség

## **15:20 - 15:35 Állandó pánik a jövőmről! Hogyan döntsek jól?**

Előadó:

**Csúsz Klára**, vezető, pszichoterapeuta, MCC-Mindset Pszichológia Iskola

## **15:35 - 16:05 Menjek vagy maradjak? Őszintén hazai és a külföldi tanulási lehetőségekről, előnyökről hátrányokról**

Moderátor: **Mézes-Lendvai Dorottya**, business- és ifjúsági coach, GenZ konzulens, szakmai vezető, Coreheed Consulting

Beszélgetés résztvevői:

**Dr. Naárné Dr. Tóth Zsuzsanna Éva**, oktatási rektorhelyettes, Budapesti Metropolitan Egyetem

**Nádas Rita**, oktatási vezető, Engame Akadémia

## **16:05 - 16:20 Stresszelj jobban!**

**Dolgozzon neked a stressz! Előfordul, hogy te is leblokkolsz a stresszes helyzetekben? Egy vizsgán vagy akár állásinterjún? Nem ismeresz magadra nyomás alatt? Órákig üldöz egy nehéz helyzet, sőt akár az ágyba is követ és nem hagy pihenni? Ezen az előadáson olyan technikákat tanulsz majd, amelyeket azonnal alkalmazhatsz a stressz megelőzésére és kezelésére, megérted majd a különbséget a téged szolgáló és számodra ártalmas stressz között és a stresszreakció tudományos háttere mellett önmagadról is tanulsz majd.**

Előadó:

**Kovács Eszter**, alapító, jógaoktató, mindfulnessstréner, coach és meditációtanár, Mat On the Moon

## **16:20 - 16:45 Jövőbiztos skillek - Beszéljünk a munkakezdés kihívásairól!**

Moderátor: **Bódy Gergő**, műsorvezető-riporter

Beszélgetés résztvevői:

**Ferenczy Dóra**, tehetség-bevonás és karriermenedzsment osztályvezető, OTP Bank

**Molnár Dániel**, irányítási modell szakértő, pályakezdő, OTP Bank

## Tedd magad próbára egy interjún az OTP Junior segítségével!

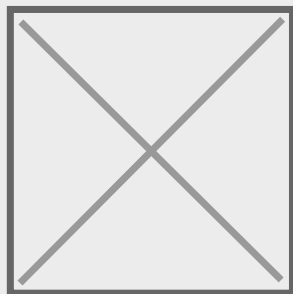
Készülj fel egy próbainterjúra, ahol minden kérdést az álommunkádra szabunk!  
Tanácsok, tippek, trükkök várnak >> Foglald le előre a helyed itt!

## Szünet & Tanácsadói asztalok felfedezése

Akikkel találkozhatasz: METU, Fesztiválönkéntes szervezet, Compact Tv, Mendiák, PTE és még sokan mások!

Legyél vendégünk egy frissítőre a Viwa jóvoltából és kóstold meg a Márka legújabb újdonságait!

## Karrier. Munkahely. Egyensúly.



### 17:10 - 17:25 Hogyan indítsd be a karriered?

Előadó:

**Kutni Mátyás**, edukációs igazgató, Nemzeti Innovációs Ügynökség

### 17:25 - 18:00 Karrierutak: vállalkozó vagy alkalmazott? Neked melyik való?

Moderátor: **Papp Nóra**, toborzás és Employer Brand vezető, Deloitte

Beszélgetés résztvevői:

**Feil Liza**, Ipari Formatervező, Apex Ventures

**Belayane Najoua**, Global PR & CRM Menedzser, Munch

**Trunk Tamás**, újgenerációs-márka szakértő, Gen Z tanácsadó, DABLY

**18:00 - 18:15 Gen Z & Millennials & X egy közösségben - Mitől jó egy munkahely?**

Előadó:

**Takács Benedek**, szervezet- és sportpszichológus, tréner, HR Partner Consulting

**18:15 - 18:45 Állásinterjú - Mit ne?**

Moderátor: **Farkas Vera**, pszichológus, Mindset Pszichológia

Beszélgetés résztvevői:

**Bíró Ágota**, ügyvezető igazgató, Engame Akadémia

**Bodor Fruzsina**, munkaerő-közvetítési üzletágvezető, Prohuman

## Festről