

**В Саратовской области прошел Единый день просвещения с Обществом «Знание»**

На площадке Саратовского областного института развития образования прошла лекция трека Знание.Государство в рамках Единого дня просвещения региона. Мероприятие подготовлено Российским обществом «Знание».

Открыла лекцию директор регионального филиала Российского общества «Знание» Алина Анисимова. Она отметила, что в Саратовской области проведение такого дня является уже традицией.

«Единый день просвещения Саратовской области реализуется с 2023 года и объединяет государственных и муниципальных служащих, сотрудников образовательных организаций. Они становятся участниками лекций Российского общества «Знание» на различные темы, повышая не только свои профессиональные, но и гибкие навыки. Такие лекции объединяют всю область, и мы рады, что интерес ко ним продолжает возрастать», — отметила Алина Анисимова.

Спикером мероприятия вступила лектор Российского общества «Знание», наставник у подростков, практикующий психолог в сфере детско-родительских отношений, ведущий эксперт SKILLFOLIO и куратор программ для подростков Алла Веденеева. На лекции «Как управлять своими эмоциями» она рассказала почему важно в них разбираться, научила понимать, чем та или иная эмоция помогает, а чем мешает.

«Мне бы хотелось, чтобы после сегодняшней встречи слушатели запомнили два момента. Первый — нет плохих и хороших эмоций. Они все важны и нужны. Если подросток злится на кого-то, значит, была причина. Его злость как лава вырывается из жерла вулкана. Но что же запускает это извержение? Возможно, он устал, голоден, поссорился с кем-то или вторая половинка бросила. Причин может быть очень много. И второй момент — если подросток злится, это не значит, что он злой человек», — отметила Алла Веденеева.

На примере чувства страха, лектор объяснила, что некоторые эмоции защищают человека. Например, страх заставляет сделать шаг назад, если человек оказывается на краю обрыва. Она отметила, что важно научиться управлять эмоциями.

**Знание.Государство** — это просветительский проект Российского общества «Знание» для государственных служащих с целью повышения их осведомленности об истории, культуре и экономике России, задачах СВО, геополитике. В рамках проекта проходят лекции и федеральные трансляции из мультимедийных студий Общества.

Лекторами проекта выступают Сенатор РФ, Герой РФ, трехкратный победитель Олимпийских игр Александр Карелин, Герой России Дамир Юсупов, актер Егор Бероев, политолог Александр Асафов, журналист-международник Федор Лукьянов, разведчик Андрей Безруков, профессор ВШЭ Марат Баширов, блогер и публицист Дмитрий Пучков и многие другие.

Больше информации о проекте можно узнать на [сайте](https://gosorgany.znanierussia.ru/) Российского общества «Знание».

\*\*\*

*Российское общество «Знание» ведет свою историю от советской общественной организации, основанной в 1947 году по инициативе представителей советской интеллигенции как «Всесоюзное общество по распространению политических и научных знаний» (с 1963 года — Всесоюзное общество «Знание», с 1991 года — Общество «Знание России»). Члены Общества занимались популяризацией науки, читали лекции о достижениях советского хозяйства и промышленности. В 2016 году «Знание России» было преобразовано в Общероссийскую общественно-государственную просветительскую организацию Российское общество «Знание». 21 апреля 2021 года в ходе Послания Президента РФ Федеральному собранию РФ Владимир Путин заявил о необходимости перезапуска Российского общества «Знание» на современной цифровой платформе.*

*Больше информации о деятельности Российского общества «Знание» — на*[*сайте*](http://www.znanierussia.ru/)*и в социальных сетях проекта:*[*«ВКонтакте*](https://vk.com/znanierussia)*»,*[*Telegram*](https://t.me/Znanie_Russia)*.*

Контакты для СМИ:

Алина Анисимова, 89376371067