



BİR KADIN OLARAK Önce KENDİNDEN BAŞLA



CV için tıklayın



Zeynep AKGIRAY Mola Vermenin Gücü: *Kendinizi Dinlemek ve İyiliğinize Öncelik Vermek*

Zamanınızın ve enerjinizin çoğunu belki başkalarına ayırıyorsunuz ancak artık kendi sağlığınıza, iyi oluş halinize, mutluluğunuza öncelik vermenin zamanı geldi! Kendiniz için bir molaya, rahatlamaya ve sizin için neyin önemli olduğunu hatırlamaya gerçekten ihtiyacınız olduğunu düşünüyorsanız, bu webinarla sizinle buluşmak istiyoruz... Unutmayın, zihin sağlığınıza, kendimize yatırım yapmak hayatımızı değiştirebilir ve bunu taahhüt etmek için Dünya Kadınlar Günü'nden daha iyi bir fırsat olabilir mi?



CV için tıklayın



Didem HACIPAŞAOĞLU Kadınlar İçin Duygusal Tükenmişlikten Çıkış:

Kendi İhtiyaçlarınıza Yer Açın

Sürekli koşturan, destekleyen, çözen taraf olmaya alışkınsınız. Güçlü olmalıyız, dayanıklı olmalıyız, her şeyi dengede tutmalıyız... derken, bir çok kişiyle ve konuyla aynı anda ilgileniyoruz ve bazen farkında bile olmadan kendimizi en son sıraya koyuyoruz. Peki, sizinle kim ilgileniyor? Siz, kendinizle ilgilenebilecek zamanı, enerjiyi bulabiliyor musunuz? İhtiyaçlarınızı ne kadar önemsiyorsunuz? Bu webinarla, duygusal tükenmişliğin ardındaki dinamikleri keşfedecek, kendi psikolojik ihtiyaçlarınızı nasıl fark edebileceğinizi ve onları suçluluk duymadan nasıl karşılayabileceğinizi konuşacağız. Sağlıklı sınırlar koymak, kendinize izin vermek ve tükenmişlikten çıkış yollarını bulmak için farkındalık ve öz-şefkat temelli yaklaşımlar ele alacağız. Hayatınızı sürdüren sizsiniz, öyleyse, neden kendinizi en son sıraya koyuyorsunuz? Haydi, birlikte yanıt arayalım bu soruya!



CV için tıklayın



Elvina GURBANOVA Ertele-ME : *Hayatımızın Lideri Olmayı Niye Erteleyelim Ki?*

"Pazartesi günü kesin başlıyorum!" deyip niçin o pazartesisilerin ertelendiğini, ertelemenin yarattığı suçluluk duygusunu ve baş etme yöntemlerini konuşacağız; kadınların evde, iş yerinde ve özel hayatlarında liderlik rollerine değineceğimiz bu webinar ile ertelemem üzere bir adım atmaya hazır mısınız? Evde çocuklarımıza, iş yerinde kariyerimize ve özel hayatımızda kendimize ayırdığımız o değerli zamanı yönetme konusunu samimi bir şekilde tartışacağız. Kişisel ve profesyonel hedeflerimize cesur adımlarla ilerlemek için pratik yöntemler ve içgörüler paylaşacağız bu değerli webinar ile liderlik yolculuğumuza katkı sağlamak mümkün. Haydi şimdi, ertele-me!



CV için tıklayın



Kivilcim KIRAN İndirimler ve Pembelerin Ötesi: 8 Mart ve İş Yerinde Kadın

8 Mart'ın pembe renkli ilanlar ve indirimlerden öteye geçen derin tarihini ve önemini, en önemlisi de günümüz dünyasındaki iş yerinde ve şehir kültüründe kadınlık meselelerini ele alacağız bu webinarla buluşalım. Feminist hareket, iş yerinde kadın, emek, sistem gibi konuları tartışırken, cinsiyete dayalı maaş eşitsizliği, cam uçurum, annelik cezası, cam tavan sendromu, kadınların üstlendiği bilişsel yükler, mikroagresyon, ataerkil pazarlık, pembe meslekler, görünmez emek, erotik kapital, ikinci vardiya, sınırlı liderlik, feminist pazarlama, beyaz feminizm, örtük yanlılıklar gibi kavramları da ele alacağız bu webinarla iş yerinde ve genel olarak toplumda ortaya çıkan bu kritik meselelere duyarlılık ve farkındalık oluşturacak, değişimi destekleyecek bir tutum ve kültür yaratmayı tartışacağız.





CV için tıklayın

Tuğçe UÇAK *Kendi Kaderinin Mimarı Ol: Proaktivitenin Gücüyle Hayatına Yön Ver!*

Hayat, önümüze çıkan sürprizlerle, belirsizliklerle ve bazen de zorluklarla dolu bir serüven. Peki, bu serüvende oyunun kurallarını değiştirenlerden misiniz?

Bu webinar, sizi, hayatın dümenine geçmek ve kendi hikayemizi yazmak için ilham verici bir yolculuğa davet ediyor. Proaktivite, sadece harekete geçmek değil, düşünme biçimimizi yeniden tasarlamak, seçimlerimizin sorumluluğunu almak ve kendi kaderimizin mimarı olmaktır. İç sesimizi duymayı, alışkanlıklarımızı sorgulamayı ve ezberleri bozmayı keşfedeceğimiz bu buluşmada, "Ben ne yapabilirim?" sorusunun gücünü birlikte deneyimleyeceğiz. Sürüklenmek yerine yön vermeye, şikayet etmek yerine dönüştürmeye ve her gün bir adım daha ileri gitmeye hazır mısınız? Hadi, birlikte keşfedelim! Çünkü kendi yolunu çizmek, sadece bir tercih değil; bir yaşamın en büyük dönüşümüdür.



CV için tıklayın

Özge SAYGÜN *Türkiye'de Kadın Olmak: Zaman Yönetimi ve Roller*

Kadın liderlerin iş ve kişisel yaşamlarında zamanı etkili bir şekilde yönetmelerine ve farklı rollerini dengelemelerine yardımcı olacak temel becerileri ele alacağımız webinar da buluşalım. Rollerimizin farkındalığı ve önceliklendirme, zamanı etkin kullanma becerileri, delege etme ve destek alma, sınırlar koyma ve "hayır" deme, kendi bakımına önem verme gibi önemli konuları içeren bu webinar, katılımcılara "Olağanüstü Verimlilik için 5 seçim"i keşfetme ve uygulama fırsatı sunacak. Şimdi, hayatınızı değiştirecek bu önemli adımı atma zamanı. Ne dersiniz, var mısınız?



CV için tıklayın

Selda BAĞLAN *Güven ve İlham Ver*

8 Mart'ta, kadınların hayatın her alanında oynadığı dönüştürücü rolü kutluyoruz.

Kadınların gücü, sadece kendi başarılarıyla sınırlı değildir; aynı zamanda başkalarına ilham verme ve güven aşılayarak bir değişim dalgası yaratma kapasitesine sahiptir. Kadınların kendilerine güven duyması, bu güvenle ilham olması ve potansiyelleri ateşlemesi güçlü toplumların en mühim tuğlasıdır. Gelin, birbirimize ilham olalım, güven verelim ve hep birlikte güveni yayalım, daha güçlü bir gelecek inşa edelim!



CV için tıklayın

Serpil ÇOKER *Cam Tavanı Delmek: Kadınların Duygusallık, Empati ve Liderlik Mücadelesi*

Kadınların iş yaşamında karşılaştığı empati beklentisi, duygusallık algısı ve "cam tavan" engeli gibi zorluklar sıklıkla gündeme gelir. Bu webinar ile kadınların iş dünyasındaki bu zorluklarla nasıl başa çıkabileceklerini anlamalarına yardımcı olmayı amaçlıyoruz. İş yerindeki duygusal algıları ve "cam tavan" engelini nasıl aşabileceklerini ele alarak katılımcıların farkındalığını artırmayı hedefliyoruz. Aynı zamanda, kadın yöneticilerin karşılaştığı önyargılar ve beklentiler konusunda bilinçlendirme yaparak, katılımcıların bu konularda güçlendirici stratejiler geliştirmelerine alan açıyoruz. Bugünden başlayarak siz de geleceğinize, kendinize yatırım yapın ve başarıya giden yolda adımlarınızı sağlamlaştırın.

