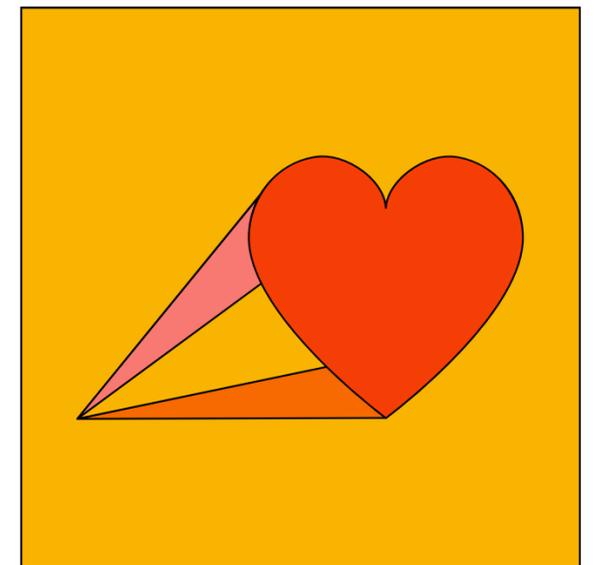
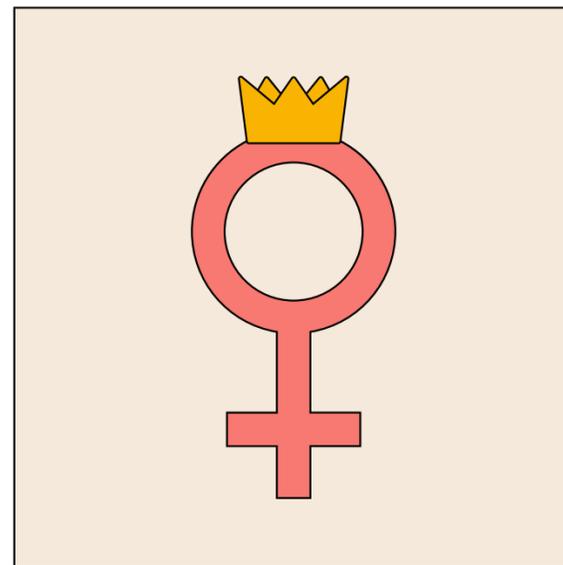
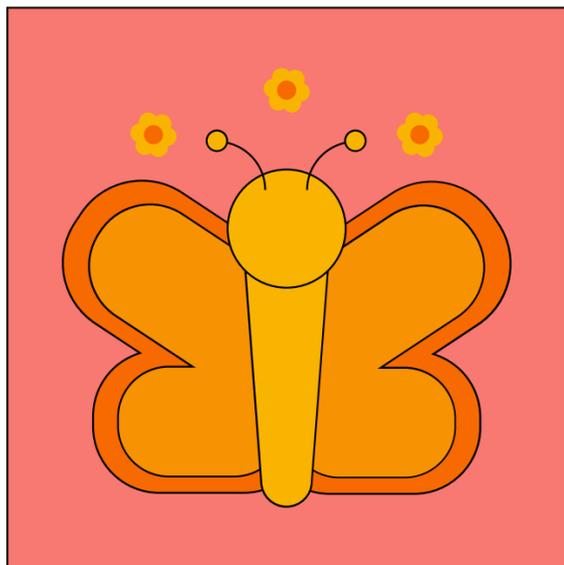


# KADINLAR GÜNÜ ETKİNLİKLERİ



# SEMINERLER



## DİLDE AYRIMCILIK VE FARKINDALIK

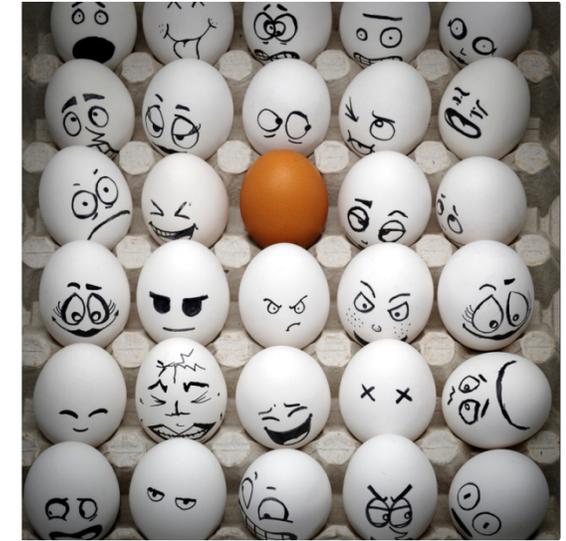
Sosyal hayatımızda ve iş hayatımızda ayrımcı dil ve ön yargılarımızdan arınmak bir çok şeyin başlangıcı olabilir. İlk adımı atmak için bir araya geliyoruz.

## “İŞ”TE KADIN OLMAK

Kadınların hayatın her alanında karşılaştığı zorluklar "iş" hayatında da geçerli mi? Kadın olmak bize iş hayatında bir dezavantaj sağlar mı? İş hayatında normalleştirip belki de hiç farkına varmadığımız durumları birlikte ele alıyoruz.

## TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİ

Toplumun her katmanında karşımıza çıkan, toplumsal cinsiyet farkları üzerinden kurgulanan hiyerarşik ilişkilerin sonlandırılmasını, güç farklılıklarına yol açan bu ilişkilerin, değerlerin ve kurumların toplumsallaşma mekanizmalarının dönüşmesini nasıl sağlayacağımızı konuşuyoruz.



# ATÖLYELER



## KAHKAHA YOGASI

Herkes mizah, komiklik ya da şaka olmadan nedensiz gülebilir. Kahkaha bir grup içinde fiziksel egzersizler olarak başlatılır ve kişilerin göz kontağı kurarak çocuksu oyunları ile gerçek ve sürekli bir kahkahaya dönüşür.

## RİTİM ATÖLYESİ

Katılımcılar, ritmin büyüdü dünyasını keşfederken, vücutlarını müziğin doğal akışıyla uyumlu bir şekilde kullanma becerisi kazanır. Ritim atölyesinde, deneyimli bir ritim eğitmeni eşliğinde çeşitli perküsyon enstrümanları kullanılır. Bu eğlenceli ve etkileşimli atölyede, ritmin kalbinde bir yolculuk yaparken stresi azaltırken, yaratıcılığı ve işbirliğini güçlendiren bir deneyim yaşanır

## KADINLAR SAHNEDE

Doğaçlama (improv) sahne sanatının temel kurallarını uygulayarak kadınların olumlu ortam yaratmak, uyum, rahatlık ve esenlik ile yol almasının belli kuralları uygulayarak daha mümkün olduğunu farketmesini sağlayabilecek bir atölye planlanmıştır.



# ATÖLYELER

## DOĞAL PARFÜM YAPIMI

Doğal koku, içeriği yalnızca doğadan gelen canlı bir kokudur. Bu atölyemizde yalnızca doğal alkol ve bitkiler, çiçekler, meyveler, reçineler veya ağaç kabuğu vb. gibi doğal aromatik konsantrelerden parfüm yapıyoruz.

## AROMATERAPİ

Hem duygusal hem de fiziksel olarak sizi iyileştirmeye ve dengelemeye yardımcı olacak esansiyel yağlar kullanarak alternatif bir bütünsel terapi yapacağımız şahane bir atölye.

## YÜZ YOGASI

Bu atölyemizde kan dolaşımımızı hızlandırıyor, yüz çevresindeki hücrelerin yenilenmesini ve daha canlı görünmesini sağlıyor ve yüzümüzde bulunan yaklaşık 40 kası aynı anda çalıştıracak hareketleri hep birlikte yapıyoruz.



# ATÖLYELER

## HEYKEL ATÖLYESİ

Heykel Atölyesi, yaratıcılığınızı ve sanat anlayışınızı şekillendirmeniz için size ilham verici bir ortam sunuyor. Bu atölyede, katılımcılar farklı malzemelerle heykeller oluşturarak sanatın büyüsünü deneyimlerler. Kil ile çalışarak kendilerini ifade etme ve özgün eserler yaratma şansı bulurlar.

## MUM YAPIM ATÖLYESİ

Katılımcılara el yapımı mumlar oluşturma deneyimi sunan yaratıcı bir etkinlik alanıdır. Bu atölyelerde, katılımcılar farklı mum yapım tekniklerini öğrenirler, renkler ve kokular seçerek kişiselleştirilmiş mumlar oluşturabilirler.

## TERRARIUM

Topraklı bitkilerle, kavanozlara, bitki dikimi ve tasarımı yapıyor, bitkileri konuşuyoruz. Kadınlar gününde kendinize güzel bir armağan hazırlayın. Hem yaratıcılığınızı keşfedin hem de keyifli zaman geçirin.



# SOSYAL SORUMLULUK

## KIZ ÇOCUKLARI İÇİN BİSİKLET

Takımınızla bir araya getirdiğiniz bisikleti süsleyip içine güzel bir not yazıp kaskı ile beraber onun hayalini kuran bir kız çocuğuna hediye etmeye hazır mısınız?

## PATCHWORK BATTANİYE

50cm x 50cm oluşan triko parçalarını dikerek bir battaniye oluşturulacaktır. Her bir battaniye 12 parçadan oluşur ve bittiğinde 150cm x 200cm ebadında olacaktır. Hazırlanan battaniler deprem bölgesine gönderilecektir.

## AHŞAP OYUNCAK

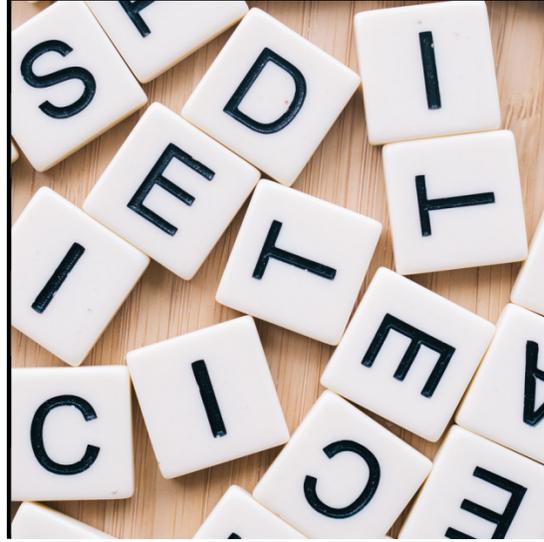
Aktivite, ahşap balıkları boyamayı ve her takım için bir olta yapmayı içerir. Tüm ürünler hazırlandıktan sonra paketlenerek deprem bölgesine iletilecektir.



# OYUNLAR

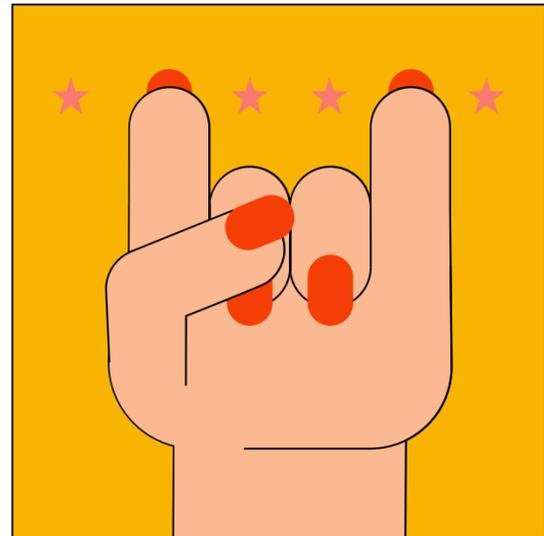
## 100 KADINA SORDUK

Eğlencesini hiç yitirmeyen yarışma geri döndü. 100 kadına sorduğumuz soruların en popüler cevaplarını arıyoruz.



## CİNSİYETSİZ KELİMELELER

Yasak kelimeleri kullanmadan kelimeyi anlatan takım puanı kapıyor fakat bu oyunda kelimelerin hepsi cinsiyetsiz!



## GÜÇLÜ KADINLAR

İlki gerçekleştirebilmiş ve tarihe adını yazdırmış güçlü kadınları konu alan içeriklerle oluşturulmuş çok eğlenceli bir oyun oynuyoruz.



[www.soupagency.com.tr](http://www.soupagency.com.tr)

[hello@soupagency.com.tr](mailto:hello@soupagency.com.tr)

0 533 294 43 48

0 536 310 11 65