

Kadınlara mutlu olmanın yolları anlatıldı

Büyükşehir Belediyesi kadınlara kişisel gelişimlerine katkı sağlamak, stresle başa çıkmak ve mutlu yaşamak için yapmaları gerekenlerin anlatıldığı NLP semineri düzenledi



KENTİN 18 farklı noktada hizmet veren Hanım Lokalleri'nde ki sosyal ve kültürel faaliyetler hız kesmeden devam ediyor. Ankaralı kadınları her konuda eğitmeyi, eğlendirmeyi, hoş bir vakit geçirmeyi amaçlayan Hanım Lokalleri, farklı konularda verdiği seminerlerle de hanımların ufuklarının genişlemesine aracılık ediyor.

UZMANLARA SORUYOR

Büyükşehir Belediyesi Kültür ve Sosyal İşler Dairesi Başkanlığı'na bağlı Hanım Lokalleri'nde verilen NLP (Neuro Linguistic Programming) semineriyle hanımlar merak ettikleri tüm konuları uzmanlara danışarak, bilgi sahibi oluyor. 18 Hanım Lokali'nin üyeleri için çeşitli konularda bilgilendirici seminerler verildiğini ifade eden yetkililer, son olarak da NLP uzmanları tarafından stresle başa çıkma ve mutlu yaşamak için yapılması gerekenlerin

de anlatıldığı bir seminer düzenlendiğini söyledi.

"KİTAP OKUYUN"

Yetkililer, hafıza teknikleri, sorun çözme becerileri, aile içi iletişim ve özgüven kazanma yolları konularının da işlendiği eğitim seminerinde kadınların kişisel gelişimlerine katkı sağlanmasının amaçlandığını kaydetti.

Seminerde NLP uzmanları, unutkanlığın önüne geçmek için günde 20 sayfa kitap okumanın hücreleri yenilediğini, bu nedenle herkesin kitap okumasını tavsiye ettiklerini, 21 günde tekrarlanan bilginin hafıza da kalacağını, tekrarlanmaması halinde ise bilgilerin unutulacağını anlatıyor. Çocuk gelişiminden, sınav stresine kadar hemen her konuda meraklarının giderildiği seminerlerde hanımlar, öğrendiklerini, hayatlarına kattığı faydaları üye arkadaşlarıyla paylaşıyor.