

# Büyükşehir Kadın Lokalleri'nde NLP semineri

**B**üyükşehir Belediyesi tarafından Başkent'in 18 farklı noktasında hizmet veren Kadın Lokallerindeki sosyal ve kültürel faaliyetler devam ediyor.

Ankara Büyükşehir Belediyesi Kültür ve Sosyal İşler Dairesi Başkanlığı'na bağlı Hanım Lokalleri'nde verilen NLP (Neuro Linguistic Programming) semineriyle kadınlar merak ettikleri tüm ko-

nuları uzmanlara danışarak, bilgi sahibi oluyorlar.

Ankara'da bulunan 18 Kadın 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 söylediler.

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

Seminerde NLP uzmanları, unutkanlığın önüne geçmek için günde 20 sayfa kitap okumanın hücreleri yenilediğini, bu nedenle herkesin kitap oku-

masını tavsiye ettiklerini, 21 günde tekrarlanan bilginin hafıza da kalacağını, tekrarlanmaması halinde ise bilgilerin unutulacağını anlatıyorlar.

Çocuk gelişiminden, sınav stresine kadar hemen her konuda meraklarının giderildiği seminerlerde hanımlar, öğrendiklerini, hayatlarına kattığı faydaları üye arkadaşlarıyla paylaşıyorlar.

**(Başkent)**