

Oyuncak Atölyesi:

"Hayal Gücünüzü Gerçeğe Dönüştürün - Kendi Oyuncağınızı Yapın"

Çocuklar ve yetişkinler için tasarlanan Oyuncak Atölyemiz, yaratıcılığı ve el becerilerini geliştirmek isteyen herkese hitap ediyor. Bu atölyede, katılımcılar hayal güçlerini kullanarak kendi oyuncaklarını tasarlayıp üretebilirler.

Atölyemiz, geri dönüştürülebilir malzemelerden geleneksel yöntemlere kadar geniş bir yelpazede yaratıcı süreçler sunar. Katılımcılar, oyuncak yapımının inceliklerini öğrenirken, el becerilerini geliştirir ve aynı zamanda eğlenceli bir deneyim yaşarlar.

Atölye İçeriği:

- **Tasarımdan Üretime:** Kendi oyuncaklarınızı tasarlama ve üretme sürecinde adım adım rehberlik.
- **Malzeme Seçimi:** Çeşitli malzemelerle çalışarak farklı oyuncaklar yaratma becerisi.
- **Yaratıcılığı Geliştirme:** Katılımcıların hayal güçlerini kullanarak özgün ve benzersiz oyuncaklar tasarlamalarını teşvik eden aktiviteler.
- **El Becerileri:** Kesme, yapıştırma, boyama gibi el becerilerini geliştiren uygulamalar.
- **Sosyal Etkileşim:** Atölye boyunca katılımcılar arasında işbirliği ve paylaşım fırsatları.

Kimler Katılabilir?

- Çocuklar, gençler ve yetişkinler.
- El becerilerini geliştirmek ve yaratıcılıklarını keşfetmek isteyen herkes.
- Aileler için ideal bir etkinlik, çocuklarıyla birlikte keyifli zaman geçirmek isteyen ebeveynler.

Neden Katılmalısınız?

- Kendi ellerinizle yaptığınız bir oyuncakın keyfini çıkarın.
- Geri dönüştürülebilir malzemelerle yaratıcı çözümler üretin.
- El becerilerinizi geliştirirken eğlenin ve yeni arkadaşlıklar edinin.

İçsel Keşif Serüveni Atölye Programı

Amaç:

Katılımcıların içsel dünyalarını keşfederek, daha bilinçli, dengeli ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine destek olmak.

Bu program, katılımcıların kendilerini daha derinlemesine tanımalarını sağlayacak ve kişisel gelişim yolculuklarına anlamlı bir katkı sunacaktır.

Atölye Süresi:

2 Gün (09:30 - 17:30)

Katılımcı Profili:

Kişisel gelişim ve farkındalık yolculuğuna çıkmak isteyen bireyler.

Materyaller:

- Atölye boyunca kullanılacak not defterleri, kalemler, meditasyon minderleri ve rahat kıyafetler önerilir.

1. GÜN: Başlangıç ve Farkındalık

- **09:30 - 10:00: Hoş Geldiniz ve Tanışma**
 - Atölyeye giriş, katılımcılar arasında tanışma ve rahatlatıcı bir ortam oluşturma.
- **10:00 - 11:00: Nefes ve Meditasyon Egzersizi**
 - İçsel odaklanmayı sağlamak için nefes çalışmaları ve kısa bir meditasyon seansı.
- **11:00 - 11:15: Ara**
- **11:15 - 12:30: Farkındalık ve Şu An**
 - Mindfulness teknikleri ile anı yaşama ve bilinçli farkındalık üzerine atölye çalışması.
- **12:30 - 13:30: Öğle Arası**
- **13:30 - 15:00: Kişisel Değerler ve Hedefler**
 - Bireysel değerlerin keşfi ve yaşam hedeflerinin belirlenmesi üzerine grup çalışmaları.

- **15:00 - 15:15: Ara**
- **15:15 - 16:30: Duygusal Zeka ve İçsel İletişim**
 - Duyguların tanınması, duygusal zekanın geliştirilmesi ve içsel iletişim teknikleri.
- **16:30 - 17:00: Günün Değerlendirmesi**
 - Gün boyunca yapılan çalışmaların kısa bir değerlendirmesi ve geri bildirim.

2. GÜN: Derinlemesine Keşif ve Yeniden Yapılandırma

- **09:30 - 10:00: Gün Başlangıcı ve Meditasyon**
 - Zihinsel ve fiziksel olarak güne hazırlanmak için meditasyon.
- **10:00 - 11:30: İçsel Engellerin Keşfi**
 - İçsel bariyerlerin ve sınırlayıcı inançların tanımlanması, bireysel çalışma ve grup paylaşımı.
- **11:30 - 11:45: Ara**
- **11:45 - 13:00: Öz-Şefkat ve Kendini Kabul**
 - Kendine şefkatle yaklaşma ve öz-değerini kabul etme üzerine derinlemesine çalışma.
- **13:00 - 14:00: Öğle Arası**
- **14:00 - 15:30: Görselleştirme ve Yaratıcı Drama**
 - Hayal gücünü kullanarak geleceğe yönelik içsel vizyonlar oluşturma, yaratıcı drama ile destekleme.
- **15:30 - 15:45: Ara**
- **15:45 - 17:00: Yeni Başlangıçlar ve Aksiyon Planı**
 - Katılımcıların içsel keşiflerinden yola çıkarak kişisel gelişim planı oluşturmaları ve gelecekte atacakları adımları belirlemeleri.
- **17:00 - 17:30: Kapanış ve Geri Bildirim**

Atölye sürecinin genel değerlendirilmesi, katılımcılardan geri bildirim alınması ve kapanış konuşması.