



MUJERES ANTE SÍ MISMAS

Una exploración de los vínculos, los proyectos y el potencial femenino.

Mucho de quienes somos como mujeres tiene que ver aquellas que nos rodearon y nos rodean hoy. Ya sea porque tomamos sus modelos, ya sea porque los dejamos de lado. En este diálogo se va construyendo la identidad de cada una de nosotras. Por eso, a lo largo de ocho encuentros exploraremos quiénes somos, cuáles son nuestros recursos y nuestro impacto en el mundo. Trabajaremos vivencialmente para que podamos no solo conversar sobre lo que nos pasa sino también compartir nuestras experiencias, aprendizajes y dudas a fin de desarrollar lo mejor de nosotras mismas y expresarlo en nuestros trabajos, amistades, con nuestros hijos, con nuestros hombres y dentro de nuestra comunidad.

ELEGÍ TU GRUPO DE ACUERDO A LOS DÍAS Y HORARIOS QUE MÁS TE CONVENGAN

GRUPO 1 ► LUNES 3, 10 Y 24 DE ABRIL; 8, 15, 22 Y 29 DE MAYO, Y 5 DE JUNIO, 14.30 H.

ABRIL: UNA MIRADA HACIA ADENTRO

Taller 1: ¿Qué ves cuando me ves? ¿Qué veo cuando veo?

Una exploración de mi manera de percibirme y de percibir a otros.

Taller 2: ¿Cómo me contacto/desconecto del mundo?

Conocer la forma en la que me contacto conmigo misma y con quienes me rodean.

Taller 3: Yo soy... ¿yo soy?

¿Con qué versión de mi misma circulo por la vida hoy? Una oportunidad para pasarme/pensarme en limpio aquí y ahora.

Taller 4: Autoapoyo: del apoyo externo al apoyo interno.

Cómo desarrollar mis recursos internos para fortalecer mi eje existencial. Resiliencia.

Comunidad Amijai

Arribeños 2355 | Buenos Aires, Argentina

(+5411) 4784-1243 | 4783-2050

comunidad@amijai.org | www.amijai.org



www.amijai.org



MAYO: UNA MIRADA HACIA EL HORIZONTE

Taller 1: ¿Me gusto mucho, poquito o nada?

Propuestas para escapar a la dictadura de la exigencia

Taller 2: Las mujeres de mi vida y yo

¿Cómo soy como mujer? ¿Qué quisiera desarrollar en mí? ¿Qué quiero para mí?

Taller 3: La equilibrista que hay en mí: mi lista de prioridades.

Lo que puedo, lo que tengo que, lo que quiero.

Taller 4: La mujer que quiero ser

Puedo diseñarme como una obra de arte. Lo que quiero dejar plantado en el mundo.

Actividad arancelada, exclusiva para mujeres.

Valor de los 8 encuentros para Socias: \$2000 | No Socias: \$2400

IMPORTANTE: La inscripción sólo se hará efectiva con el pago de la actividad (en su totalidad o señalando el 50% del importe) **hasta una semana antes del comienzo del curso.**

→ INSCRIBITE AQUÍ



A cargo de **Marilen Stengel**

Escritora, Consultora y Facilitadora Grupal especializada en Desarrollo de Talentos. Se desempeña como capacitadora bilingüe (inglés/español) en organizaciones públicas y privadas en temas de liderazgo, comunicación, trabajo en equipo, cambio organizacional, diversidad y género, entre otros. Con experiencia diseñando workshops a medida, dictando cursos y coordinando jornadas de capacitación en empresas en organizaciones gremiales y en

organizaciones públicas tanto en el país como en USA, España, Uruguay, Paraguay y Bolivia. Desde hace más de diez años coordina cursos y talleres para mujeres a fin de apoyar el desarrollo del talento femenino. Fruto de dicho trabajo son sus ensayos **De la Cocina a la Oficina. Qué ganan y que pierden las mujeres que trabajan** (Capital Intelectual, 2015), **Ahora Yo. Ser mujer, tener 40 y elegir tu vida** (Ediciones B, 2013), **La mujer presente. Hacia un verdadero protagonismo femenino** (Ediciones B, 2008), **Mujeres antes sí mismas. Madres, hijas, hermanas y amigas, la trama femenina** (Ediciones B, 2006), **Lo quiero todo y lo quiero ya** (Ediciones B, 2005).

Comunidad Amijai

Arribeños 2355 | Buenos Aires, Argentina
(+5411) 4784-1243 | 4783-2050
comunidad@amijai.org | www.amijai.org



www.amijai.org