

**IEDVESMAS
DIENA DĀMĀM!**

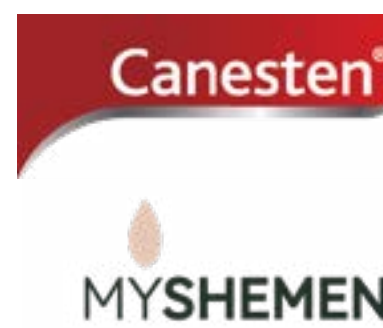
Sieviešu Festivāls

SKATUVE

- 12:00 Festivāla atklāšana kopā ar **Ritu Paulu** un **Ditu Graudu**
- 12:10 **Kristaps Ozoliņš**, attiecību treneris, *Attiecību Arhitektūra*: “**Kā tikt galā ar vīrieti?**”
- 12:30 **Dr. Inta Dinsberga**, ginekoloģe, *Dinsbergas klīnika*: “**Sievietes mūžs kā skanīga dziesma!**”
- 12:50 **Darja Krastiņa**, *Cilvēka Dizains* eksperte: “**Tukšās ligzdas sindroms**”
- 13:10 **Dr. Romāns Luņins**, ķirurgs, *Dr.Mauriņa Lāzermedicīnas klīnika*: “**Mīti un patiesība par kāju vēnu veselību**”
- 13:30 **Daina Einberga**, koučs-terapeite, trenere un mentore: “**Pārrakstīt savus stāstus: kā atbrīvoties no ierobežojošiem uzskatiem?**”
- 13:50 **Dr. Karlīna Elksne**, ginekoloģe, *VCA*: “**Mūsdienu iespējas premenopauzes un menopauzes simptomu atvieglošanā**”
- 14:15 **Ansis Zauers**, uztura speciālists, mikrobioma pētnieks: - “**Mikrobioms - skaistuma un veselības atslēga**”
- 14:30 **Lelde Kovaļova**, rakstniece, kino producente, *Nelūgtie Viesi* :- “**ledvesmas stāsts - no rakstnieces līdz populāru šovu producentei**”
- 14:50 **Dr. Raimonds Karls**, dermatologs, *Derma Clinic Riga*: “**Ādas novecošanās faktori**”
- 15:10 **Inga Bolukemini**, attīstības un biznesa koučs: “**Trīs dzīves svarīgākie jautājumi**”
- 15:30 **Dr. Nellija Seimuškina**, ginekoloģe-reroduktoloģe, *NorthWay klīnika*: “**Sievietes hormoni pēc 35**”
- 15:50 **Gunta Skalsberga**, producente, stratēģe personīgā zīmola veidošanā- “**Ne tikai slavenībām! Kā katrs no mums veido savu personīgo zīmolu, pat to neapzinoties!**”
- 16:10 **Monta Vilumsone**, jaunuzņēmuma *Companion* dibinātāja: “**Mākslīgais intelekts mūsdienu sievietei**”
- 16:30 **Rita Grinberga/Tuvāk Sev**, sieviešu tantrisko prakšu vadītāja: “**Sev atļauju būt, kāda patiesi esmu!**”
- 16:50 **Krista Zvirgzdiņa**, TV personība, vizāžiste: “**Sievietes skrējiens cauri dažādām savām lomām**”
- 17:10 **Inese Reine**, Dzīvo gleznu radītāja: “**Laime ir jāiztur!**”
- 17:25 **Noslēgumā - KAKAO ceremonija kopā ar Alīnu Sietiņu un Priya Family**
- Lielā balvu IZLOZE**



Atbalsta



IEDVESMAS
DIENA DĀMĀM!

Sieviešu Festivāls

MEISTARKLASES

12:15 Laura Šulmeistere/foto - māksliniece: **“Foto-dienasgrāmatas terapeitiskais spēks”** Iemāciet veidot un analizēt savas fotogrāfijas foto-dienasgrāmatā

13:00 Human Design meistarklase “Skriet vai atlikt?” Tu esi tā, kas nemāk izturēt spiedienu, tāpēc skrien kā vāvere ritenī? Vai tā, kurai šķiet, ka laika ir pietiekoši, tāpēc “atliec” savu dzīvi? Praktiska sevis iepazīšanas meistarklase kopā ar Cilvēka Dizaina metodes pasniedzēju **Darju Krastiņu**

14:00 Numeroloģijas meistarklase “Par Taviem talantiem! Iemāciet izprast savu matricu” - kopā ar **Ilzi Bunu-Lediņu**

15:00 “Kas ir somatika un kā tā var mainīt pašu galveno - Tavas attiecības ar SEVI?” - kopā ar Simonu Andersoni, @simi_fit, sertificētu fitnesa un somatikas treneri

16:00 Socionikas meistarklase “Kādi ir Tavi talanti savai pašrealizācijai?” - kopā ar **Eviju Čeprovu**, socionikas metodes eksperti, “Cilvēku Tipi”

17:00 “Meditācija Tavā kabatā - palīdzība sev jebkurā vietā un laikā” - kopā ar **Diānu Tropu**, intuitīvo meditāciju un sieviešu apļu prakšu vadītāju



Atbalsta

