

Informujemy, iż w celu optymalizacji treści dostępnych w naszym serwisie, dostosowania ich do Państwa indywidualnych potrzeb korzystamy z informacji zapisanych za pomocą plików cookies na urządzeniach końcowych użytkowników. Pliki cookies użytkownik może kontrolować za pomocą ustawień swojej przeglądarki internetowej. Dalsze korzystanie z naszego serwisu internetowego, bez zmiany ustawień przeglądarki internetowej oznacza, iż użytkownik akceptuje stosowanie plików cookies. Akceptuję



CENTRUM AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ

Pierwszy Kongres Białostoczanek

Mieszkanki Białegostoku mogą skorzystać z zaproszenia Rady Kobiet przy Prezydencie Miasta Białegostoku i wziąć udział w wydarzeniu, które jest organizowane specjalnie dla nich. W przyszłym miesiącu odbędzie się Pierwszy Kongres Białostoczanek. To przedsięwzięcie zostało zaplanowane jako przestrzeń do dzielenia się wiedzą i doświadczeniami.

Pierwszy Kongres Białostoczanek będzie miał miejsce w Operze i Filharmonii Podlaskiej w Białymstoku. Rozpocznie się 10 czerwca o godz. 16.00, a wezmą w nim udział przedstawicielki Rady Kobiet oraz zaproszone prelegentki.

– Zapraszamy do udziału wszystkie chętne białostoczanki. Panie prowadzące poszczególne debaty mają zainspirować kobiety do podejmowania aktywności na różnych płaszczyznach życia – zawodowej, osobistej i społecznej. To bardzo ważne dla naszego rozwoju – powiedziała zastępczyni prezydenta Białegostoku Eliza Agnieszka Cybulko. – Kongres ma też promować równość i solidarność wśród białostockiej społeczności.

Mówczynie wskażą drogę w dążeniu do pełnej realizacji i pokażą, jak dbać o zdrowie fizyczne i psychiczne. Dadzą też narzędzia, by wzmocnić pewność siebie i budować niezależność, również finansową. Kongres ma również stać się platformą do nawiązywania wartościowych kontaktów, które wesprą rozwój osobisty i zawodowy mieszkanek Białegostoku. Wśród zaproszonych gości pojawią się znane postacie ze świata biznesu, sportu, internetu czy modelingu.

PROGRAM WYDARZENIA

15:00 – 16:00 Rejestracja uczestników

16:00 – 16:20 Oficjalne rozpoczęcie Pierwszego Kongresu Białostoczanek

16:20 – 16:30 Anna Augustyn, Prezentacja działalności Rady Kobiet przy Prezydencie Miasta Białegostoku

16:30 – 16:40 Izabela Siemieniako „Równość się opłaca – nie tylko kobietom”. Czy równouprawnienie już istnieje? Czym naprawdę jest i dlaczego powinno nas dotyczyć? Czy feminizm to groźna ideologia, czy może idea równości, która zmienia świat na lepsze?

16:40 – 17:00 Panel dyskusyjny „Między misją a wpływem: Rady Kobiet jako siła zmiany w samorządach” Rozmówczynie: Dr Anna Strzałkowska (psycholożka społeczna, aktywistka, naukowczyni. Instytutu Miast Praw Człowieka, Prezydium Ogólnopolskiej Sieci Rad Kobiet), Justyna Białczak (ekspertka ds. różnorodności, strategii, współpracy. Instytut Miast Praw Człowieka, Prezydium Ogólnopolskiej Sieci Rad Kobiet), Anna Maria Dobrowolska-Cylwik (pełnomocniczka, społeczniczka, lokalna siła sprawcza. Radna Rady Miasta Białystok, współinicjatorka powstania Białostockiej Rady Kobiet)

17:00 – 17:30 Anna Makowska Doktor Ania „Szkoda życia na bylejakość”. Dla każdego bylejakość jest czymś innym, jednak mianownik zawsze jest wspólny – tracimy czas, pieniądze, energię i często również zdrowie. Czy da się wyjść z błędnego koła? Tak, spokojnie i w swoim tempie. Każda z nas zasługuje na piękną codzienność.

17:30 – 18:00 Dominika Nawrocka „Kobieta i jej pieniądze!” Dominika odczaruje temat pieniędzy i finansów osobistych. Dowiesz się, od czego trzeba zacząć, aby w drodze po bogactwo być skuteczną i efektywną. Poznasz sprawdzone sposoby na opanowanie domowego budżetu, który jest źródłem naszych sukcesów lub porażek finansowych.

18:00 – 18:30 Ewa Wilmanowicz „Nie odkładaj życia na jutro”. Odkryj, jak presja codzienności wpływa na Twoje wybory i dlaczego warto przestać odkładać życie na później. Poznaj sposoby na odzyskanie siebie w świecie pełnym powinności i zadań – by żyć pełniej, świadomiej i bardziej po swojemu.

18:30 – 19:10 Przerwa kawowa

19:10 – 19:50 Edyta Wołosik rozmawia z Katarzyną Miller „Nie daj się złapać w pułapkę bycia idealną”. Kobiety w Polsce są bardzo zadaniowe, dużo umieją, ale też bardzo przejmują się tym, co należy, wypada, jakie powinny być. Życie jest trudne, ale one zawsze są dzielne: idealne matki i żony, prowadzące perfekcyjne domy, w ogromnym wysiłku łączące pracę z życiem rodzinnym. Ale czy to daje im szczęście i spełnienie?

19:50 – 20:30 „Kobieta-Rakieta” – poznaj inspirujące białostoczanki! – Beata Wiśniewska, Dyrektor generalna w PGE Dystrybucja S.A. oddział Białystok, Anna Raniewicz, Brązowa medalistka Mistrzostw Świata w ampfutbolu, Magdalena Zalejska

fot. Dawid Gromadzki
“Apolonka”, modelka, Katarzyna Puławska “Ona ciągle gotuje”, twórczyni internetowa

20:30 – 20:40 Spektakl muzyki i światła Miss God

20:40 – 20:50 Pokaz mody Barbary Piekut

20:50 Zakończenie wydarzenia

Bilety dostępne na: <https://app.evenea.pl/event/kongresbialostoczanek/>

Wydarzenie zostało objęte Honorowym Patronatem Prezydenta Miasta Białegostoku.

Zadanie finansowane ze środków z budżetu Miasta Białegostoku.



KONGRES BIAŁOSTOCZANEK

**Przestrzeń do dzielenia się
wiedzą i doświadczeniami.**

PROGRAM WYDARZENIA

15:00 – 16:00 Rejestracja uczestników

16:00 – 16:20 Oficjalne rozpoczęcie Pierwszego Kongresu Białostoczanek

16:20 – 16:30 Anna Augustyn, Prezentacja działalności Rady Kobiet przy Prezydencie Miasta Białegostoku

16:30 – 16:40 Izabela Siemieniako, "Równość się opłaca – nie tylko kobietom"

16:40 – 17:00 "Między misją a wpływem: Rady Kobiet jako siła zmiany w samorządach"

Dr Anna Strzałkowska

Justyna Białczak

Anna Maria Dobrowolska-Cylik

17:00 – 17:30 Ania Makowska Doktor Ania, "Szkoda życia na bylejakość"

17:30 – 18:00 Dominika Nawrocka, "Kobieta i jej pieniądze!"

18:00 – 18:30 Ewa Wilmanowicz, "Nie odkładaj życia na jutro"

18:30 – 19:10 Przerwa kawowa

19:10 – 19:50 Edyta Wołosik rozmawia z **Katarzyną Miller**, "Nie daj się złapać w pułapkę bycia idealną"

19:50 – 20:30 "Kobieta Rakiet" - poznaj inspirujące białostoczanek!

Beata Wiśniewska, Dyrektor generalna w PGE Dystrybucja S.A. oddział Białystok

Anna Raniewicz, Brązowa medalistka Mistrzostw Świata w amputbolu

Magdalena Zalejska "Apolonka", modelka

Katarzyna Puławska "Ona ciągle gotuje", twórczyni internetowa

20:30 – 20:40 Spektakl muzyki i światła Miss God

20:40 – 20:50 Pokaz mody Barbary Piekut

20:50 ZAKOŃCZENIE

**RADA KOBIEC
przy Prezydencie
Miasta Białegostoku
ZAPRASZA NA**

Pierwszy Kongres
Białostoczanek

**10 czerwca,
godzina 16:00**

Opera i Filharmonia
Podlaska
ul. Odeska 1

Zadanie finansowane ze środków z budżetu Miasta Białegostoku

ORGANIZATORZY:



PATRONAT HONOROWY:



Dealer BMW
Auto Fus Group

GŁÓWNY PARTNER WYDARZENIA:

PARTNERZY:



Bank Spółdzielczy
w Białymstoku

PATRONI MEDIALNI:



WSPÓŁCZESNA.PL



www.bialystok.pl

Galeria

