

# 2. İSTANBUL ZİHİN GÜNLERİ

## İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ TAKSİM KAMPÜSÜ

	FUAYE	ATÖLYELER		
	KONFERANS SALONU	ATÖLYE SALONU 1	ATÖLYE SALONU 2	ATÖLYE SALONU 3
<b>06 ARALIK 2019, Birinci Gün</b>				
Birinci gün tüm atölyeleri ücretsizdir.				
17:00 - 18:00		Vinyasa Yoga <b>Ürün Kurtiç</b>	İçten Dışa Yoga <b>Beyza Dağlı</b>	Ses Yogası <b>Mehtap Meral</b>
18:00 - 18:15	Kahve ve Çay Molası			
18:15 - 19:15		Şaman Meditasyonu <b>Sinem Topçu</b>	Mindfulness <b>Çağla Güngör</b>	Hatha Yoga <b>Özlem Pala</b>
19:15 - 20:15	<b>AÇILIŞ KONUŞMASI:</b> Tanımaktan Anlamaya: Farketmediğimiz ve İskaladığımız Yanlarıyla Yaşamımızın İçindeki Depresyon <b>Prof. Dr. Mehmet Sungur</b>			
20:15 - 21:15	<b>AÇILIŞ KOKTEYLİ VE RESİTAL:</b> İdil Meşe			
<b>07 ARALIK 2019, İkinci Gün</b>				
10:00 - 11:15	Zihin ve Mimarlık <b>Nevzat Sayın</b>	Bilinçdışının Kapıları <b>Kevser Aycan Saroğlu</b>	Metta Meditasyonu <b>Sanem Önder</b>	İyengar Yoga <b>Sine Özsoy</b>
11:15 - 11:30	Kahve ve Çay Molası			
11:30 - 12:45	Tarih Öncesinden Mezopotamya'ya Lezzet Arayışı <b>Zehra Koç Pekşen</b>		Kundalini Yoga <b>Özlem Ataman</b>	Nefesin Gücü <b>Ülkü Akgün</b>
12:45 - 14:00	ÖĞLE ARASI			
14:00 - 15:15	Gezgin Zihin <b>Nazan Aşkale</b>	Haiku Atölyesi <b>Pelin Özer</b>	Mantra Meditasyonu <b>Nilüfer Eyiişleyen</b>	Hatha Yoga <b>Hale Kamar</b>
15:15 - 15:30	Kahve ve Çay Molası			
15:30 - 16:45	Byzantium / Konstantinopolis / İstanbul <b>Mehmet Coral</b>		Yürek ve Zihin <b>Uma F. Unat</b>	Hatha Yoga <b>Senem Bayraktar</b>
16:45 - 17:00	Kahve ve Çay Molası			
17:00 - 18:15	Din Felsefesinin Üç Türü <b>Prof. Dr. Sinan Özbek</b>	Kendini Filme Çekmek <b>Orhan Eskiköy</b>		Chigong <b>Beyza Abacı</b>
18:15 - 18:30	Kahve ve Çay Molası			
18:30 - 19:45			Kolektif Doğaçlama <b>Andrea Romani &amp; Apostolos Sideris</b>	
<b>08 ARALIK 2019, Üçüncü Gün</b>				
10:00 - 11:15	Kuantum, Bilinç ve Kaos <b>Prof. Dr. Gediz Akdeniz</b>	Çok Dilli Tiyatro Oyunları <b>Oya Akın ve Marilena Kyriacou</b>	Ashtanga Yoga <b>Özge Serdar</b>	Tai Chi <b>Beyza Abacı</b>
11:15 - 11:30	Kahve ve Çay Molası			
11:30 - 12:45	Kardeşini Doğurmak <b>Büşra Sanay</b>		Hatha Yoga <b>Firuze Ayvazoğlu</b>	Vinyasa Yoga <b>Burçin Çakır</b>
12:45 - 14:00	ÖĞLE ARASI			
14:00 - 15:15	Aktif- Reaktif Beden- Zihin <b>Göksun Yazıcı</b>	Kısa ve Çok Kısa Öykü <b>Leylâ Çapan</b>	Vinyasa Yoga <b>Derya Dağlı</b>	Nefes Meditasyonları <b>Ülkü Akgün</b>
15:15 - 15:30	Kahve ve Çay Molası			
15:30 - 16:45	Edebiyat, Siyaset, Psikolojik Varoluş <b>Dr. Ahmet Balad Coşkun</b>		Kundalini Meditasyonları <b>İrem Greenfield Oral</b>	Hatha Yoga <b>Bülent Saraçoğlu</b>
16:45 - 17:00	Kahve ve Çay Molası			
17:00 - 18:15	Müzik Zihni <b>Doç. Ahmet Altınal</b>	Mandala Meditasyonu <b>Özlem Var</b>	Yin Yoga <b>Ayten Yetimoğlu</b>	Vinyasa Yoga <b>Gürkan Pirgalip</b>
18:15 - 18:30	Kahve ve Çay Molası			
18:30 - 19:40	Çevre Krizi Forumu <b>Ayşen Eren ve Mustafa Alper Ülgen</b>			