HAPPY NEST

Healing

HAPPY NEST
Healing

Aslı Taşdemiroğlu



AROMATERAPİ ATÖLYESİ

Kadim zamanların bilgisini bugüne getirdik...
2018 yılında, kökleri eski zamanlara dayanan aromaterapinin büyüsüne kapılmamızla başladı La Vie Ancienne serüvenimiz.
Aromaterapinin büyülü dünyasının beynimiz, vücudumuz ve ruhumuz üzerinde ki etkilerini deneyimledikçe bu alana olan ilgimiz yerini tutkuya bıraktı ve La Vie Ancienne markası hayat buldu.
İçerisinde hiç bir katkı maddesi bulunmayan, elde edilme sürecinde hiç bir kimyasal süreçten geçmemiş saf uçucu yağlar, soğuk sıkım sabit yağlar, hidrolatlar ve doğal içerikli kozmetik ürünleri üretiyoruz.
Niyetimiz kadim zamanlardan gelen bu bilgiyi ve şifayı sizlere paylaşmak.



HAPPY NEST
Healing

✦

Asuman Akıüy



SANAT TERAPİSİ

1966 yılında Aydın'da doğan sanatçı 1989 Dokuz Eylül Üniversitesi'nden mezun olduktan sonra 1989-1991 yılları arasında İzmir Resim ve Heykel Müzesi Seramik Eğitim Atölyesi'nde seramik sanatı üzerine eğitim aldı. 2003-2005 yılları arasında Türk Silahlı Kuvvetleri Rehabilitasyon Merkezi'nde sanatla terapi araştırma ve uygulamalarına katıldığı Seramik ile Rehabilitasyon programında çalıştı. 2015 yılında 400 lise öğrencisini seramikle tanıştıran "Çamura Merhaba" adlı projeyi gerçekleştirdi. 2014 yılında İstanbul Üniversitesi Çapa Tıbbi Psikiyatri Fakültesi'nde 'Ruhsal Bozukluklar için Sanat Terapisi' eğitimine katıldı. Seramik alanındaki deneyimini sanat terapisinde kullanarak üretimler gerçekleştiren Aktüy, Sanat Psikoterapi Derneği (SPD) üyesidir. Sanatçı 2017 yılında Container adlı multidisipliner atölyeyi kurarak, sanatsal ve terapatik birikimlerini bireysel ve kolektif üretimlerle çoğalttı. Kendi adını taşıyan atölye/galerisinde Aktüy, kendinden başlayarak: arındırma, iyi olma hallerini artırma ve sanatın iyileştirme gücünü ortaya çıkarma üzerine kurguladığı multidisipliner çalışmalarına devam ediyor. Halen İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde eğitimini tamamladığı bölümde çamurun sanat terapisindeki yeri ile ilgili deneyimlerini paylaşmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

Ayşen Seri



HOMEOPATİ

2017 yılından bu yana CHE (Center for Homeopathic Education) Türkiye Temsilciliği'nde eğitmen, moderatör ve süpervizör olarak görev yapıyorum. 2014'ten bu yana Homeopati Derneği Yönetim Kurulu üyesiyim ve aktif olarak homeopatik danışan kabul ediyorum. Ayrıca, homeopati alanında konferanslar düzenliyor, kitap çeviri ve editörlük süreçlerinde aktif rol alıyorum. Homeopatiye geçmeden önce, uzun yıllar ilaç ve kozmetik sektörlerinde finansal planlama ve muhasebe alanlarında çalıştım. Sırasıyla Sifar İlaçları Sanayi'nde muhasebe sorumlusu (1985-1996), Mustafa Nevzat'ta bütçe planlama sorumlusu (1996-1998), Türk Henkel'de controller (1998-1999), Eczacıbaşı Schwarzkopf Kuaför Ürünleri'nde ise bütçe planlama ve raporlama sorumlusu (1999-2013) olarak görev aldım.



HAPPY NEST
Healing

Banu Güz



KRAV MAGA

Banu Güz; 32 yıl sürdürdüğü kurumsal hayatında beyaz yaka yönetici iken başladığı Krav Maga eğitimine 9 yıl boyunca devam etmiş, pek çok faydasını gördüğü bu eğitimi 5 seviye sertifikası ile tamamlamıştır. Kendi antrenmanlarına aralıksız devam ederken son 6 aydır birebir ve grup derslerine vermeye başlamıştır, Workingmomkravmaga olarak öncelikle öğrencilerinin derslerini yoga ve pilates hareketlerini ekleyerek bütünleşik eğitime ulaşmış, vücudun esnek, güçlü ve zinde olmasını ön planda tutan, 6,5-7 yaş itibari ile çeşitli yaş gruplarına Türkçe ve İngilizce eğitim imkanı sağlamayı hedeflemiştir. İki köpek ve bir kız çocuk annesi olan Banu sizleri Happy Nest Healing' de bekliyor.



HAPPY NEST
Healing

Buğra Ökiem



AYURVEDA DANIŞMANLIĞI

Mersin'in Tarsus ilçesinde dünyaya gelmiştir. Orta okul ve lise öğrenimini Özel Tarsus Amerikan Lisesi'nde tamamladıktan sonra, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde eğitimine devam etmiştir. 1990 yılında Tıp Fakültesi'nden mezun olduktan sonra 1992 – 2004 yılları arasında Antalya ve Marmaris'te turizm sektöründe Doktor ve Danışman olarak çalışmıştır. 1998 yılından itibaren Türkiye ve yurt dışında farklı ülkelerdeki farklı doğal tedavi yöntemlerini incelemeye başlamıştır. Bitkisel ilaçlar konusunda Almanya, Fransa ve Uzakdoğu'da incelemeler yapmış, 2002-2004 yılları arasında Ayurveda konusunda Hindistan Sağlık Bakanlığı tarafından en iyi olarak kabul edilen Gujarat Ayurved University'de eğitimler almıştır.

2003 yılında Ulusal Ayurveda Kongresi'ne katılan Dr. Buğra Öktem 2004 yılında ise Kerala bölgesinde yer alan Kottakal'da Hindistan'ın en ünlü Özel Ayurveda Hastanesinde uygulamalar ve bitkisel ilaç üretimleri konusunda çalışmalar yapmıştır. Bu çalışmaların birikimleriyle 2006'da İstanbul Nişantaşı'nda Rasayana Detoks ve Anti-Aging merkezini açmıştır. 2020 pandemisinden itibaren günün koşullarına uygun olarak, İstanbul(Levent Kanyon Eczacıbaşı, Göztepe Nidakule), İzmir(Bayraklı Folkart Towers), Ankara(Armada İş Kulesi) ofislerinde ve Antalya Belekte Crassula Ayurvedic Detoks ve Anti-Aging merkezinde ve Uludağ Swissotel'de Detoks/Antiaging tedavilerine devam etmektedir. Bunun yanında Hindistan Sağlık Bakanlığı Ayursh departmanın sistemi doğrultusunda online eğitimler vermekte ve Turizm yatırımlarında Konsept danışmanlığı yapmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

Burak Göral



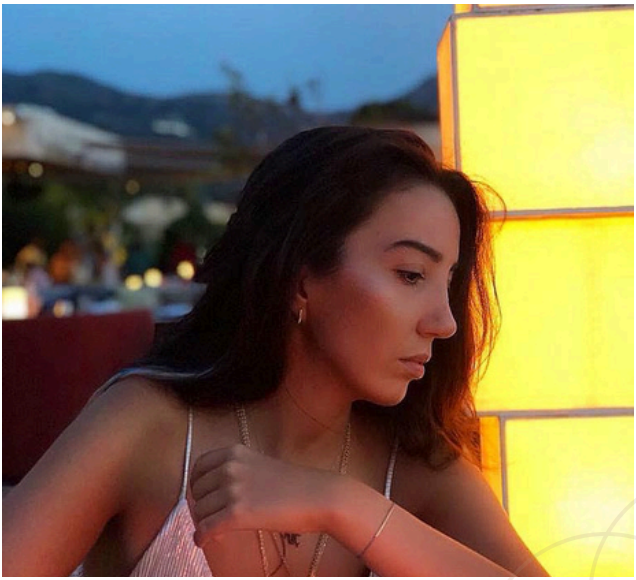
FİLM KULÜBÜ

Burak Göral, Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nden mezun olmasına rağmen hep sinemanın içinde olmayı seçen bir film eleştirmeni/gazeteci/yazar/senarist/senaryo eğitmeni/senaryo danışmanı. Film eleştirmenliği: 1996 yılından itibaren bugüne kadar çeşitli gazete (Milliyet, GazetePazar, Yeni Yüzyıl, Posta, Sözcü) ve dergilerde düzenli olarak film eleştirisi ve sinema yazıları kaleme aldı. Düzenli yazarlığın dışında bazı sinema dergilerinin kurucu veya yayın yönetmenliği/editörlük görevlerini de üstlendi. Türkiye'de internet üzerindeki bir çok sinema sitesinde editörlük ve yayın yönetmenliği yaptı. Kurucusu olduğu internet sitesi cocuklasinema.com Türkiye'nin en önemli çocuk seyirci odaklı sinema sitesi... Göral, 2020 yılından beri Gazete Oksijen'de aralıksız olarak film eleştirmenliği ve sinema yazarlığı yapmaktadır... Senaristlik: Burak Göral ana akım TV kanallarında yayınlanan birkaç tv dizisinin yazım ekibinde bulunmuş; TRT radyosunda üç sene boyunca süren ve haftalık olarak canlı seslendirilen "Aynı Çatı Altında" adlı bir aile dramasını da kaleme almıştır. İlk senaryosu "Gece 11:45" 2005 yılında çekilmiştir. İkinci senaryosu, hikâyesi de kendisine ait olan "Beni Unutma" 2011'de, roman uyarlaması "Bu İşte Bir Yalnızlık Var" da 2013'te ticari gösterime çıkmıştır. Şu anda da çeşitli dizi ve film projeleri üzerinde çalışmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

Cana Başar



MASAJ SEANSI

İlkokulu Prestij Koleji'nde, ortaokulu Uğur Koleji'nde tamamladım. 2011 yılında Saint Michel Fransız Lisesi'nden, 2025 yılında ise Bahçeşehir Üniversitesi İngilizce Halkla İlişkiler bölümünden mezun oldum.

Hobi olarak başladığım spor hayatım, beden ve anatomiye olan ilgim sayesinde zamanla bir tutkuya dönüştü. Öğrenmeye ve öğretmeye olan merakım beni bu alanda profesyonelleşmeye yöneltti. Bakanlık ve federasyon onaylı kurumlardan aldığım eğitimlerle, 2015 yılından bu yana kişisel antrenörlük ve pilates eğitmenliği yapıyorum.

2018 ve 2019 yılları arasında Türkiye Omurilik Felçlileri Derneği'nde gönüllü eğitmenlik yaptım ve hâlen dernekle bağlantılı gönüllülük çalışmalarımı sürdürmekteyim.

Beden ve zihin arasındaki bağlantıya duyduğum ilgi zamanla daha da derinleşti. Bu doğrultuda, 2022 yılında Masaj Terapisi Uzmanlığı eğitimimi tamamladım. Aklımız ve bedenimiz gibi kusursuz bir sisteme sahipken, bu alandaki öğrenme ve gelişim yolculuğunun hiçbir zaman sona ermeyeceğine inanıyorum.

İşime duyduğum saygıyı, emeğimin değerini bilerek ve şifa verebilme niyetiyle mesleğimi sürdürmeye devam ediyorum.



HAPPY NEST
Healing

Ceyda Tavukçular



BİREBİR ASTROLOJİ SEANSI

Çocukluğumdan beri sağlıklı yaşam ve beslenmeye ilgi duydum. Zamanla mutsuzluk ve fiziksel sorunların çoğunun alışkanlıklardan kaynaklandığını fark ederek bu alanda derinleşmeye karar verdim.

Yıldız Teknik Üniversitesi ve Bilgi Üniversitesi'ndeki eğitimlerimin ardından aile şirketinde çalıştım. Ancak yaklaşık 12 yıl önce sağlığa olan tutkumla yön değiştirerek, Hippocrates Health Institute'de "Sağlık Eğitmeni" oldum. Çiğ beslenme, juicing, detoks, bitkisel beslenme, reiki, refleksoloji, iridoloji, aile dizimi, astroloji ve psikoloji alanlarında eğitimler aldım.

Şu anda psikoloji yüksek lisansı yapıyor, bireylere ve kurumlara bütünsel sağlık, beslenme ve wellness danışmanlığı sunuyorum. Atölye ve seminerler düzenliyor, kitap yazıyorum. İlk kitabım Yer Gök Sağlık 2023'te yayımlandı. Üç bedende (zihin, beden, ruh) denge yaklaşımıyla sağlıklı yaşam yolculuğuna rehberlik ediyorum.



HAPPY NEST
Healing

Doğancan Koç



MANUEL TERAPİ

Fizyoterapist Doğancan Koç 2016 Trakya Üniversitesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon mezunudur. Mezuniyet sonrası Darüşşafaka Fizik Tedavi Merkezi'nde 4 yıla yakın nörolojik ve geriatrik hastalarla çalışmıştır. Pandemi dönemiyle birlikte serbest çalışmaya başlayıp, kendi danışanlarını takip etmeye başladı. Kurum döneminde başlayan ağrı üzerine çalışmalar böylece hız kazandı. Bu durum Doğancan Koç'u omurga sağlına yönlendirdi. Son dönemdeki çalışmalarının çoğunu kronik ağrı ve sonrasındaki iyileşme süreçleri oluşturmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

✦

Doruk Tarakçıaş



WHM EXPERİENCE NEFES MEDİTASYONU VE BUZLU KÜVET UYGULAMASI

Dünyaca ünlü WIM HOF METHOD'u ve buzlu küvet çalışmalarını Türkiye'yle tanıştıran İleri seviye Wim Hof Method Eğitmeni Doruk Taraktaş ile Wim Hof Method'un gücünü hissedeceğiniz, WHM nefes meditasyonunu ve buzlu küvet çalışmalarını en doğru ve güvenli şekilde uygulayacağınız 2 saatlik "Deneyim program" ile zihninizin ve bedeninizin gerçek potansiyelini keşfedeceksiniz.

Wim Hof Method Deneyimi ile;
Whm Nefesinin gücünü
Soğuk suyun iyileştirici etkisini
Gerçekte potansiyelini keşfet

Başlıca Faydaları:
• Bağışıklık sistemini güçlendirir
• Stres hormonlarını ve anksiyeteyi azaltır
• Strese karşı bedeni ve iradeyi güçlendirir
• Odaklanmayı artırır
• Enerji seviyelerini yükseltir
• Uykuyu düzenler
• Metabolizmayı hızlandırır
• Dolaşım sağlığını ve lenfatik sistemi destekler
• Zihinsel dayanıklılığı artırır
• Kronik inflamasyonu azaltır.



HAPPY NEST
Healing

Ebru Demirhan



KUANTUM DANIŞMANLIĞI
BİLİNÇALTI SEANSLARI & AİLE DİZİMİ

Yaşam Tasarım Merkezi 2008 yılında Ebru Demirhan tarafından kurulmuştur. Merkezin kuruluş amacı bireylere ve kurumlara kişisel gelişim ve ekip olma yolculuklarında destek olmaktır. İnsanın yaşayabileceği her türlü sorunun bir çözümü olduğunu biliyoruz. Merkezimiz binlerce kişiye dönüşüm zamanında koza, sonrasında yuva olmuştur.

İnsanoğlu, var olduğumuzdan beri geleceğe ve geçmişe bakıyor ve merak ediyor. Ve bu merakın içindeki yolculukta kendine bir rehber aramayı sürdürüyor. Yolculuğun rehberi ak sakallı bir bilgeden ibaret olmayabilir ve bize bir bardak su veren hiç tanımadığımız bir ruhtan da gelebilir.

Danışmanlar her şeyden önce sizinle aynı yolculukta olan sıradan insanlardır. Denemeniz gereken bir yönü gösterebilir veya yolunuzu ayırt ederken ayna görevi görebilirler. Senin için tek bir yol yok, (hayatınız benzersizdir). Hepimiz kendi yolumuzda büyüyor ve olgunlaşıyoruz ve bu yolculuk sizindir. Danışmanlarınız bir tur rehberi, tren kondüktörü veya yöneticisi değil, bir refakatçidir.

Ebru Demirhan Happy Nest'te; Bilinçaltının Diliyle Hayatı Kolaylaştırmak, Şifa Çemberi, Aile Dizilimi, Ergenlik ve Öfke Çalışmaları, Beyni Aktif Kullanmanın Yolları atölyelerini gerçekleştirmektedir. Ayrıca bireysel seanslar için de haftada bir gün Happy Nest Healing'de bulunmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

✦

Ebru Gürsoy



GYROKINESIS & GYROTONIC

2009'da Pilates eğitmeni olarak başlayan spor kariyeri, 2019 yılından bu yana Gyrokinesis ve Gyrotonic sistemlerinde aldığı eğitimlerle zenginleşerek devam etmektedir. 2009 yılından bu yana birebir ve grup ders çalışmalarıyla binlerce kişinin spor hayatına yön vermektedir.
Gyrokinesis her yaş ve seviyeden insan için uygun bir egzersiz sistemidir.
Özellikle:
-Sporcular ve Dansçılar
-Masa Başı Çalışanlar
-Stres ve Gerginlik Yaşayanlar
-Yaşlılar ve Hareket Kabiliyeti Kısıtlı Olanlar
-Fiziksel Rehabilitasyona İhtiyacı Olanlar için uygun bir egzersiz stilidir.



HAPPY NEST
Healing

Elham Jonbozorgi



SES MEDİTASYONU

Elham, çocukluğundan beri spora meraklıydı ve 9 yaşında yüzmeye ve dansa başladı. Bölümünü seçtikten sonra üniversitede beden eğitimi okumaya devam etti. Yoga ve meditasyonla tanışana kadar Tahran'daki birçok büyük kulüpte spor yöneticisi ve koçu olarak çalıştı. 2010 yılından beri bu alanda aralıksız çalışmaktadır. İçsel yolculuğunun başlangıcı nedeniyle yüksek lisans için klinik psikolojiyi seçti. 2017 yılında İstanbul'a göç etti ve tüm spor etkinliklerine katılıyor. Ses terapisi çalışmalarına İspanya'da deneyimli bir öğretmenle başladı. İran ve Türkiye'de frekans iletişimi ve psikoterapi alanında çalışmaktadır. Sloganı, öz-bilgiden Tanrı'ya ulaşmaktır.



HAPPY NEST
Healing

Elif İmrahor



ELİF'LE NEFES

1973 Yılında İstanbul'da doğdum; evli ve bir çocuk Annesiyim. Turizm ve Otelcilik okulunu bitirdikten sonra İstanbul Menkul Kıymetler Borsasında (İMKB) 13 yıl boyunca çeşitli departmanlarda görev aldım. Fon Yöneticisi olarak Hisse senetleri piyasasındaki görevimi sonlandırdım. Çocukluk yaşlarımdan bu yana şifa, beden, zihin gibi konular her zaman ilgi alanım oldu. Yıllar içerisinde panik atak, kaygı bozukluğu ve bunun gibi çeşitli zihinsel rahatsızlıklarla mücadele ederek ilgili konular üzerine muhtelif eğitimler aldım. Yaptığım çalışmalarımı kendi zihin ve bedenimde deneyimleyerek iyileşme sürecimde edindiğim bilgileri öğrencilerime aktarmayı kendime ilke edindim. Bu süreçte beş yıl psikoterapi gördüm ve çalıştığım psikoterapistin tavsiyesi üzerine yoga'ya aktif olarak başladım. Yoga ve yoga türlerinde uzmanlaşmak adına farklı yoga ekollerinde eğitimlerimi tamamladım. Çeşitli Vakıf, STK ve kuruluşlarda gönüllü olarak devam ettiğim online ve yüz yüze grup derslerim bulunmaktadır. Ayrıca kurumsal firmalarda aktif olarak iş birliğim devam etmektedir.



HAPPY NEST
Healing

Elif Yediler Teziş



SUFİ MERİDYEN SEANSI
NUR ŞİFA SEANSI
MEKAN DENGELEME SEANSI

Elif Yediler Teziş
-Kozmo Enerji
-Reiki Master
-Kozmik Rönesans
-Işık Beden şifa
-Matrix Master
-Sujok
-Kundalini reiki
-Duru görü şifa
-Nur şifa
-Sufi şifa meridyen
-Kuantum manyetizma
-Bioenerji

Modern yaşamın getirdiği tempo çoğu zaman insanı kendinden kalbinin sesinden uzaklaştırıyor.
Kendinle bağlantının koptuğunu hissediyorsan, durup nefes alma vakti geldi demektir. Soluk almaktan bahsetmiyoruz. İçten gerçek bir nefes almaktan, nefesin gücüyle kendine dönmekten, kalbinin sesini duymaktan, yaşam enerjine, yaşama, kaynağa bağlanmaktan bahsediyoruz.
Nefesimizle bağlantımzı kurarak pranamızı besleyeceğiz, enerji çalışmalarıyla derin bir akışı deneyimleyerek şifaya aracı olacağız.



HAPPY NEST
Healing

✦

Elif Yediler Teziş
Seda Nur Kaya Gönülcü



IŞIĞIN PARLASIN
KADIN ÇEMBERİ

Elif Yediler Teziş
-Kozmo Enerji
-Reiki Master
-Kozmik Rönesans
-Işık Beden Şifa
-Matrix Master
-Sujok
-Kundalini Reiki
-Duru Görü Şifa
-Nur Şifa
-Sufi Şifa Meridyen
-Kuantum Manyetizma
-Bioenerji

Seda Nur Kaya Gönülcü
-280 saat Yoga Eğitmenliği
-200 saat Yoga Eğitmenliği
-Swing Yoga Eğitmenliği
-Enerji Bedeni
-Nefes Teknikleri
-Pranayama Çalışmaları
-Mindfulness
-Somatik Çalışmalar
-Thai Yoga Masajı
-Numeroloji
-Hayvan Arketipleri
-Usui Reiki-Kundalini Reiki

Modern yaşamın getirdiği tempo çoğu zaman insanı kendinden kalbinin sesinden uzaklaştırıyor.
Kendinle bağlantının koptuğunu hissediyorsan, durup nefes alma vakti geldi demektir. Soluk almaktan bahsetmiyoruz. İçten gerçek bir nefes almaktan, nefesin gücüyle kendine dönmekten, kalbinin sesini duymaktan, yaşam enerjine, yaşama, kaynağa bağlanmaktan bahsediyoruz.
Nefesimizle bağlantımzı kurarak pranamızı besleyeceğiz, enerji çalışmalarıyla derin bir akışı deneyimleyerek şifalanacağız. Çalışma tamamen An'ın çemberin ihtiyaçlarında saklı.
Kalbinde çağrımızı duyan kadınları bekliyoruz.



HAPPY NEST

Healing

Faiemah Karor



YOGA

İngiliz edebiyatı lisans derecesi ve MBA alanında yüksek lisansı olan Fatemah Karor; ailesini, yogayı, psikolojiyi ve şarkı söylemeyi çok seviyor. Yoga'nın hayatını değiştirdiğini söyleyen Fatemah daha fazla insanı yoga dünyasına davet ediyor. Misyonunun dünyayı daha iyi bir yere getirmek olduğunu söylüyor. Yoga birlik demektir. Akıl ve beden arasındaki birlik demektir. Yoganın amacı mutlu olmaktır. Yoga yaşama sanatıdır.



HAPPY NEST
Healing

✦

Faıma Taş



BEYİN TASARIMI

Fatma Taş, yaşam koçu, aile ve evlilik danışmanı, psikolog ve yazardır. Eğitim hayatına resim ve fotoğrafçılıkla başladı, ardından Ankara Üniversitesi Kız Teknik Okulu'nda tekstil ve moda eğitimi aldı. Mersin'de Milli Eğitim Bakanlığı denetiminde dikiş okulu ve moda evi işletmiştir.
İnsanlara daha bilinçli yardım edebilmek için Newport Üniversitesi'nde Davranış Bilimleri lisansını ve psikoloji yüksek lisansını tamamlamıştır. NLP, yaşam koçluğu ve aile koçluğu alanlarında uzmanlaşmıştır.
Türkiye genelinde seminerler, konferanslar ve paneller vermiş, uzun yıllar televizyon programlarına katılmış ve Radyo 7'de "Evlilik Okulu" programını hazırlayıp sunmuştur. "Boşanmak İstemiyorum" adlı dizide rol almış, çeşitli dergi ve gazetelerde yazıları yayımlanmıştır.
"150 Soruda Evlilik Okulu" ve "Çocuk Baş Belası mı? Baş Tacı mı?" adlı kitapların yazarıdır. Aile Kongresi'nde danışmanlık yapmış, liselerde aile eğitimi dersi verilmesi yönündeki önerisi kabul edilmiştir.
Fatma Taş, aile yapısını güçlendiren, bilinçli ve sağlıklı ilişkiler kurmaya yönelik eğitim ve farkındalık çalışmalarıyla tanınmaktadır.



HAPPY NEST

Healing

Gözde Uysal



YOGA

Gözde Uysal İzmir Özel Çamlaraltı Koleji, ardından Bilkent Üniversitesi Turizm ve Otelcilik bölümünde okudu. 1998'de İstanbul'a taşındı. Çok uzun süre ajanslarda etkinlik yöneticisi ve müşteri ilişkileri direktörü olarak çalıştı. Üniversite yıllarından bu yana spor hayatında hep vardı. 2011 yılında koşmaya başladı. New York, Tokyo, Berlin, Chicago, Tokyo, Barcelona, Kopenhag, İstanbul ve ülkemizde birçok yerde maratonlar koştu. 2004 yılında yoga ile tanıştı, ara sıra spor salonlarında yoga derslerine girdi. Koştuğu mesafeleri arttıkça yoganın kendine zihinsel ve bedensel olarak ciddi fayda sağladığını keşfedip, yoga pratiğini arttırdı. 2014 yılında Cihangir Yoga'ya adımı atınca hayatı değişti. Yoga hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak amacı ile 2015 yılında Cihangir Yoga, Chris Chavez'den 200 saat Temel Yoga hocalık eğitimini aldı. Eğitimin sonrasında hem bilgilerini paylaşmak, hem de kendi pratiğini geliştirmek için hemen ders vermeye başladı. 2016 yılında, YogaZero'yu kurdu. Kasım 2017'de Berlin'de Feet Up eğitimenlik eğitimini tamamlayarak Türkiye'de ilk ve tek Feet Up eğitmeni oldu. Temmuz 2018'de Dylan Werner'den 300 saat "ileri seviye yoga hocalık" eğitimini tamamladı. İkinci 300 saat ileri seviye yoga hocalık eğitimini Eylül 2019'da Cihangir Yoga da tamamladı. Sürekli öğrenmeye meraklı, seyahate düşkün ve maceraperest karakteri sebebi ile yurtiçi ve yurtdışı yoga kamp, eğitim ve festivallere katılıyor, deneyimlerini de verdiği yoga derslerinde paylaşıyor.



HAPPY NEST
Healing

Gülay Çil



DOĞAL GÖRME ATÖLYESİ & GÖZ EGZERSİZLERİ

2003 yılında tanıştığı Dr. Bates Metodu ile görmesini iyileştirmeye başlayan Gülay Tsil, 2012 yılında sertifikalı eğitmen olduktan sonra bir hazine kadar değerli gördüğü bu öğretiyi yaymak için atölyeler düzenlemeye başlamıştır. İlk ve ortaokulda taktığı miyopi gözlüğüne ihtiyaç duymadan hayatını sürdürmektedir (iyileşme süreci doktor kontrolü ile onaylanmıştır). Son dört yıldır Bütüncül Görme alanında gerçekleşen uluslararası konferanslara katılarak Türkiye'yi temsil etmektedir. Aralarında göz doktorları ve optometristlerin de olduğu kollektif bir kitabın yazarlarındandır (New World of Seeing, 2024).



HAPPY NEST
Healing

Gülben Aykaç



MANDALA &
MANDALA YÖNTEMİYLE
TRAVMA ÇÖZME

Mandala ile ilk buluşması 1996 yılında Endonezya'nın Java bölgesindeki Borobudur tapınağında olmuştur. Daha sonra Londra'da yaşayan Psychic Artworks – June Elleni Laine'in Mandala atölye çalışmalarına girmiş ve bu bilgiyi Batı tıbbına, psikanalize bir yöntem olarak geçiren Analitik Psikolojinin kurucusu Carl Gustav Jung'un, kullanım metodu ile "C.G. Jung İnstitut Paris"(1998 – 2001) ISAP-Uluslararası Analitik Psikoloji okulunda (Analytical Psychology Training Programs by Mandala) Paris de yaşadığı dönem geliştirmiştir. Tamamıyla kurumsal iş hayatındaki stresi minumuma indirmek amacıyla çıktığı yolculuk, Mandala Sanatı ve Felsefesinin hayatında bir dönüm noktası oluşturması sebebiyle kurumsal hayatı bırakıp, 2008 yılında "Mandala Kişisel Gelişim Eğitim Danışmanlık ve Mandala Akademi" şirketini kurmasına sebep olmuştur.
ISO9001 belgeli, Mandala Sanat Terapisi Eğitim Sertifikaları uluslararası akreditasyona sahip olan alanındaki tek yetkili kurumdur.
Halen Mandala ile ilgili çalışmalarına Carl Gustav Jung ekolünden Amerikalı sanatçı Paul Heussenstamm, Dr Richard Moss ile devam etmektedir. Mandala ile yapılan çalışmalar bugün yurt dışında bilimsel tıp, sanat ve psikolojinin birleştirilerek tıp fakültelerince de ders kapsamına alınan, yeni ve 21.yy tıbbı olarak kabul edilen "kendi kendini tedavi" yöntemleri tekniklerinden biri olan çok etkili bir sanat terapi yöntemidir. Gülben Aykaç, Mandala yöntemi ile Mandala felsefesine bağlı kalarak sosyal beceriyi yaratıcı sanat alanında geliştirmeye dayalı farkındalık eğitimleri vermekte olup, tıp fakültelerince tez kapsamında projelerde yer almaktadır. YÖK tez linklerinde Mandala Akademi Eğitimleri olarak hastalarla yapılan birçok bilimsel çalışma bulunmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

✦

Gülin Erbalcı Coşkun



NUMEROLOJİ ANALİZİ
DANIŞMANLIĞI & THETAHEALING

Gülince Farkıyla: Farkındalığın İzinde Bir Yolculuk

1975 yılında Ankara'da doğdum. Eğitim hayatımı Matematik, İşletme ve Halkla İlişkiler alanlarında tamamladım. 20 yıl boyunca kurumsal hayatta profesyonel kariyerimi sürdürdüm. Ancak içsel yolculuğum beni, bambaşka bir yaşam amacına yönlendirdi.

2015 yılından bu yana; Numeroloji, ThetaHealing ve Dr. Grigori Grabovoi Sayı Sekansları gibi spiritüel alanlarda keyifle çalışmalar yürütüyor, bireylerin içsel potansiyellerini keşfetmelerine destek oluyorum.

Son 10 yıldır, özellikle kadınların kendilerini tanımaları, içsel güçlerini fark etmeleri ve yaşamlarını daha bilinçli bir şekilde inşa etmeleri için projeler geliştiriyor; @gulincefarkiyla Instagram sayfamda farkındalık odaklı içerikler paylaşıyorum.

Amacım; bilgi ve deneyimlerimi, kalpten kalbe bir köprüyle aktararak daha fazla insanın kendi öz benliğiyle buluşmasına katkı sunmak.



HAPPY NEST

Healing

✦

Halime Aʾalay



TETİK NOKTA VE KLASİK MASAJ

Halime Atalay, Alman Tatjana Rottenberg'den özel klasik bağ dokusu ve tetik nokta masaj eğitimi aldı. Tetik nokta masajıyla önce kendisinin kronik ağrı şikayetlerinden kurtuldu.

Tetik nokta terapi deneyimlerini, Nilüfer Balaban'dan aldığı pranik enerji eğitimiyle harmanlayarak kas terapistliği yapmaya başladı.

Tetik nokta masaj tekniğiyle kaslardaki blokajları açarak, pranik enerjiyle ağrılara sebep olan düşüncelerin farkındalığını arttırır.

Bilkent Üniversitesi Bilgisayar Teknolojisi ve Programlama mezunu olup ayrıca İstanbul kemençesi sanatçıdır.
Tümata (Türk müziği Araştırma ve Tanıtma) Grubuyla müzik terapi ve hareket terapi uygulayıcısıdır.



HAPPY NEST
Healing

Muradiye Candan



REGRESYON İLE TEKAMÜL

Kurumsal hayatta geçirdiğim 20 yılın ardından, üç çocuğumu büyütürken bir yandan da kendimi iyileştirme, sağlığımı koruma ve en iyi versiyonuma ulaşma arayışına girdim. Bu süreçte, çocukluğumdan bu yana fıtratımda olanı fark edip ortaya çıkarmama vesile olan *Regresyon Terapisi* ile tanıştım. Bu tanışma, hayatımın yeniden şekillenmesine kapı araladı.

Zamanla çeşitli inisiyasyonlardan ve eğitimlerden geçtim. Brezilya'da *John of God* ile ruhsal anlamda güçlendim. Ardından *ThetaHealing Master* programını tamamladım. NLP, Yaşam Koçluğu, Aile Dizimi ve Aromaterapi alanlarında da eğitimler aldım.

2019 yılından bu yana ise *Tasavvuf* yolunda yürüyen bir yolcuyum.

Ve şimdi, bu anda, bu zamanda...
Seninle karşılaşmam gerektiği için buradayım.



HAPPY NEST
Healing

Mustafa Yenile



REFLEKSOLOJİ

Refleksoloji, ayak tabanı, eller ve kulaklarda bulunan belirli sinir noktalarına uygulanan özel tekniklerle yapılan doğal bir terapi yöntemidir. Bu noktalar, vücudun farklı organ ve sistemleriyle bağlantılıdır.

Amaç, bedenin kendi kendini iyileştirme potansiyelini harekete geçirmek, enerji dengesini sağlamak ve rahatlama yaratmaktır.

Stresin azaltılmasında, uyku düzeninin desteklenmesinde, sindirim ve dolaşım sistemi sorunlarında etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Refleksoloji, sadece bedeni değil, zihni de rahatlatan bütünsel bir yaklaşımdır.
Bazen sadece bir dokunuş bile, derin bir şifa sürecini başlatabilir.



HAPPY NEST
Healing

Nataliya Zayud



ŞAMANİK HEALING & CHAKRA VE AURA REHBERİ
& BİREYSEL SEANSLAR

Dr. Nataliya Zayud, çok yönlü bir şifa uzmanıdır. Azerbaycan'ın Bakü şehrinde doğmuş ve erken yaşlarda büyükannesinden şifa yöntemleri üzerine dersler almıştır. Tıp eğitimini Bakü Tıp Fakültesi'nde yüksek onurla tamamladıktan sonra, Moskova'da alternatif tıp ve bioenerji alanlarında eğitim almış, ardından Tibet tıbbı ve şamanizm üzerine Moğolistan'da derinleşmiştir.

Zayud, sadece fiziksel değil, zihinsel ve ruhsal iyileşmeye de odaklanarak, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde çok sayıda insanın hayatına dokunmuştur. Özellikle, kozmonotlar için uzay eğitim programında, sağlıklarını ilaçsız şekilde koruyabilmeleri için onlara öz-şifa teknikleri öğretmesi, onun yaklaşımının ne kadar derin ve yenilikçi olduğunu gösteriyor.

Bugün, Dr. Zayud, psikoloji, şamanizm, bioenerji ve Tibet tıbbını birleştirerek, çok sayıda ünlü ve yüksek profilli isimle çalışarak, onlara fiziksel ve ruhsal sağlıklarını geri kazandırmak için danışmanlık yapmaktadır. Bu disiplinlerarası yaklaşımı sayesinde, şifa ve iyileşme konusunda devrim niteliğinde bir bakış açısı sunmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

Neslihan Yaman



BİO MERİDYEN MASAJI

1985 yılında Sakarya'da doğdum. Evliyim ve iki çocuk annesiyim.
2000 yılında karate eğitimime başladım ve profesyonel olarak spor hayatıma devam ettim. Sonrasında karate hakemliği yaparak birçok organizasyonda görev aldım. Dünya hakemliğini Bulgaristan'da kazandım.
2017 yılında Sakarya Üniversitesi'nde Spor Masörlüğü eğitimi aldım. Masaj ve Çin tıbbına olan ilgim nedeniyle bu alanda kendimi geliştirmeye devam ettim. 2022 yılında meridyen terapi ile tanıştım ve İstanbul'da Çinli uzmanlardan Çin tıbbı eğitimi alarak uzmanlık kazandım.
Şu anda özel terapistlik yapmaktayım. Çin tıbbı ve meridyen terapisi alanında uzman olarak hizmet vermekteyim.
Meridyen Terapi Uygulaması, bedenin doğal akışına uyum sağlayan, dinginlik ve farkındalık hissi kazandırmaya yönelik özel bir yöntemdir.
Uygulama sırasında amaç;
Günlük yaşamın yoğunluğundan uzaklaşmak,
Bedeni derin bir rahatlama sürecine davet etmek,
Enerji akışını hissederek farkındalık kazanmaktır.



HAPPY NEST
Healing

Nurcan Usta Diriker



ETKİLİ İLETİŞİM VE DİKSİYON

Kurumsal ve Bireysel Başarı İçin Etkili İletişim!
Etkili iletişimin temeli doğru diksiyon kurallarını kullanmaktan geçer. İster iş hayatınızda ister sosyal çevrenizde, doğru ve etkili bir iletişimle fark yaratın!

Diksiyon Eğitimi ile:

- İş hayatınızda güçlü bir izlenim bırakın:* Toplantılarda ve sunumlarda etkili konuşma yeteneğinizi gösterin.
-Kişisel ilişkilerinizde daha anlaşılır ve net olun:* Herkesle daha kolay ve sağlıklı iletişim kurun.
-İletişim becerilerinizi geliştirin:* Büyük-küçük, genç-yaşlı, kadın-erkek fark etmeksizin herkesin ihtiyacı olan eğitim: Diksiyon!

Diksiyon kurallarını doğru kullanarak hem işinizde hem de kişisel hayatınızda başarı ivmenizi artırabilirsiniz!

Etkili iletişiminizi şimdi geliştirmeye başlayın!



HAPPY NEST
Healing

✦

Oya Gençel Acar



YÜZ YOGASI VE EGZERSİZLERİ
&
MANUEL BUCCAL
YÜZ MODELAJI UYGULAMASI

Oya Acar, kurumsal dünyadaki insanlarla yakından bağ kuran tecrübesini bugünkü işine istikrarla ve sevgiyle aktarmıştır.
Birçok kurumsal firmanın çalışanlarına online ve yüz yüze dersler/ atölyeler düzenlemiştir.
5 yıldır verdiği 10.000 dersi geçen yüz yogası ve egzersizlerine, yüz yogası ve egzersizleri eğitmenleri de yetiştirmeyi ve kendisinin danışanlarına birebir uyguladığı manuel buccal yüz modelajını da ekleyerek çalışmalarına devam etmektedir.



HAPPY NEST
Healing

✦

Ozan Güner



ÇOCUK ASTROLOJİSİ
VE
AİLE DİNAMİKLERİ

Ozan Güner, İstanbul Üniversitesi'nde Matematik, Astronomi ve Sosyoloji eğitimi aldı. 1980'den bu yana hayatında var olan astrolojiyi 2021'de profesyonel yolculuğuna dönüştürdü. Eğitimci kimliğiyle yıllardır bireylere farklı bakış açıları kazandırmaya, öğrenme süreçlerini kolaylaştırmaya ve potansiyellerini keşfetmelerine eşlik ediyor.

Astrolojide özellikle çocuk astrolojisi ve aile dinamikleri üzerine yoğunlaşıyor. Ona göre bir çocuğun doğum haritası yalnızca bireysel özellikleri değil, aynı zamanda aile içindeki rolleri ve ebeveynlerle kurduğu bağı da gösteren güçlü bir rehberdir. Bu bakış açısıyla astrolojiyi, geleceği öngörmenin ötesinde gelişimsel bir pusula olarak ele alıyor.

Çocuğun 0–3 yaşta duygusal güvenlik, 3–7 yaşta öğrenme ve iletişim, 7–12 yaşta kimlik oluşumu, 12–18 yaşta ergenlik gibi farklı dönemlerde hangi ihtiyaçlarının öne çıktığını belirleyerek ailelere rehberlik ediyor. Her çocuğun aileye getirdiği yeni temayı görünür kılmayı, ilişkilerde dengeyi sağlamayı ve çocuğun özgün yolculuğunu desteklemeyi amaçlıyor.

Astrolojiyi sade, anlaşılır ve günlük hayata uygulanabilir bir dille aktararak hem ebeveynlere hem de eğitimcilere rehberlik etmeyi önemsiyor.



HAPPY NEST

Healing

✦

Özle Sezer Özer



THETAHEALING

Özle Sezer Özer, kişisel gelişim ve spiritüel farkındalık alanında çalışmalar yürüten bir eğitmendir. Uluslararası sertifikalı ThetaHealing eğitmeni olan Özer, aynı zamanda Silva ve JAAS metodolojileri ile Grabovoi öğretileri üzerine çalışmalar yapmaktadır.

“meplustherapy” adıyla yürüttüğü sosyal medya çalışmaları ve düzenlediği eğitimler aracılığıyla bireylerin ruhsal, zihinsel ve duygusal dönüşümlerine rehberlik etmektedir. Çalışmalarında farkındalık, şifa teknikleri ve spiritüel gelişim odaklı yaklaşımlar geliştiren Özer, seminerler, atölyeler ve bireysel danışmanlık hizmetleriyle geniş bir kitleye ulaşmaktadır.



HAPPY NEST
Healing

✦

Özlem Umdu



FENG SHUI DANIŞMALIĞI

Marmara Üniversitesi, Teknik Eğitim Fakültesi Tekstil Bölümünden mezun olduktan sonra yaklaşık 25 yıldır tekstil sektöründe uluslararası firmalarda görev almıştır ve bu sektörde kariyerine devam etmektedir. Yoğun iş yaşamının yanında, hobi olarak ilerlediği Reiki, Felsefe, Feng Shui, Çin Astrolojisi, Kuantum Fiziği, Bioenerji gibi kişisel gelişim yolculuğunu, Feng Shui ile 2010 yılında ikinci bir profesyonel alan olarak sürdürmektedir.

Dünyaca ünlü Hong Kong'lu Grand Master Raymond Lo'dan 2010 yılında IFSA (International Feng Shui Association) onaylı diplomasını aldı.

Aynı yıl Uzak Doğu'da ve dünyada çok tanınan Malezyalı Grand Master Lillian Too'nun online derslerine devam etti.

Dünyaca ünlü bir çok Feng Shui kitabının yazarı İngiliz Feng Shui ve Macrobiotics Master Simon G. Brown ile UK Feng Shui Society'e akredite olmak üzere çalışmalarına devam etmektedir.

Kendisini pozitif düşünür olarak tanımlayan Özlem Umdu, Feng Shui ile yaşam alanlarımızı, enerjiyi en verimli ve faydamıza olacak şekilde düzenleyerek, kariyer, aşk, sağlık, kişisel gelişim, bolluk bereket ve hayatınızın diğer yönlerinde ilerleme kaydetmenize yardımcı oluyor.

Ev veya ofislerinizde denge yaratmak, doğanın mucize döngüsünü yaşam alanlarınıza taşımak, ihtiyacınız olan pozitif enerjiyi mekânlarınıza getirmek için kişisel ve kurumsal danışmanlık veriyor. Aynı zamanda verdiği seminerler ve konuşmacı olarak katıldığı davetlerle de Feng Shui'nin daha yakından tanınmasını sağlamak istiyor.
25 yılı aşkın süredir gözlemleri ve deneyimleri ile edindiği tecrübeyi, insanların hayatlarını kolaylaştırmak ve yaşam kalitelerini yükselterek, onları ileriye taşımak için kullanıyor.



HAPPY NEST
Healing

✦

Ruhangiz Goyush



NÖROGRAFİ &
METAFORİK İLİŞKİSEL KARTLAR

Ben Ruhangiz Goyush, PhD (@ruhangizgoyush), Fizyoloji alanında doçent doktorum, Psikoloji YL ve 20 yılı aşkın süredir üniversite düzeyinde akademik çalışmalar yürüttüm. Aynı zamanda nörografi uzmanıyım.

Nörografi, sinirsel bağlantıları resimsel çizgilerle ifade eden, bilinçaltına erişimi kolaylaştıran bir yöntemdir. Nörografik çizim süreci, zihni sakinleştirir, içsel gerilimleri azaltır ve bireyin derin duygusal katmanlarına ulaşmasını sağlar. Bu sanat terapisi tekniği, nörobilimsel prensiplere dayanarak duygusal ve zihinsel engeller üzerinde çalışmaya yardımcı olan etkili bir araçtır.

Metaforik İlişkisel Kartlar (MİK) ise bireylerin gizli düşüncelerini, duygularını ve deneyimlerini keşfetmelerine yardımcı olan güçlü bir psikolojik ve koçluk danışmanlığı aracıdır. Bu kartlar, hayal gücünü ve çağrışımları harekete geçiren imgeler ve semboller içerir. Her açılan kart, kişinin iç dünyasını yansıtır. MİK, duygusal bloklarla çalışma, kişisel ve profesyonel sorunları çözme, kendini tanıma ve gelişim süreçlerinde yaygın olarak kullanılır.



HAPPY NEST
Healing

Saba Deniz Uzun



AİLE DİZİMİ

Saba Deniz Uzun, 1977 yılında Edirne'de doğmuş, kişisel gelişim ve spiritüalite alanında uzmanlaşmış bir yazar ve eğitmendir. 2003 yılından bu yana sistem dizimi, somatik deneyimleme ve Theta Healing gibi alanlarda aldığı sayısız eğitimle binlerce insanın hayatına dokunmuştur . Edirne'de kurduğu Carpe Diem Gelişim, Eğitim ve Danışmanlık Akademi bünyesinde Türkiye'de ve yurtdışında bireysel ve kurumsal koçluk hizmetleri sunmaktadır. Aynı zamanda Sistem ve Aile Dizimi Eğitimcisi Somatik Deneyimleme Uzman Uygulayıcısı ve Theta Healing Eğitimcisi olarak çalışmalarına devam etmektedir . Yazarlık kariyerinde, kişisel gelişim ve spiritüalite konularında çeşitli eserler kaleme almıştır. Ayrıca, sosyal medya platformlarında aktif olarak içerik üretmekte ve çeşitli yayın organlarında konuk olarak yer almaktadır. Saba Deniz Uzun'un çalışmaları, bireylerin içsel yolculuklarında rehberlik etmeyi ve yaşamlarında onlara hizmet eden dönüşümü sağlamayı amaçlamaktadır.



HAPPY NEST
Healing

Seda Nur Kaya Gönülcü



NEFES SEANSI

Yoga eğitmeni olarak, nefes, pranayama ve nefes anatomisi üzerine aldığım eğitimleri harmanlayarak bireysel ve grup nefes çalışmaları sunuyorum.

Nefes, ilahi kaynakla olan bağımızdır. Her bilinçli nefeste yalnızca bedeni değil; zihni, duyguları ve enerji bedenimizi de dönüştürürüz. Nefes, bizi evrene, kaynağa, özümüze bağlayan en saf köprüdür.

Doğru nefesi deneyimlemek, farklı teknikleri öğrenmek ve bu bilgiyi günlük yaşamına taşımak isteyenlerle; ihtiyaca göre şekillenen planlı seanslar ya da nefes-pranayama-meditasyon içeren tek oturumluk çalışmalarla buluşabiliriz.



HAPPY NEST
Healing

Shakti Komala



AİLE DİZİMİ

Shakti Komala, Kayseri doğumlu, İstanbul'da yaşayan bir yoga, meditasyon ve şefkat eğitmenidir. Psikoloji lisans öğrencisi ve 27 yaşında bir kız çocuğu annesidir.

2008'den bu yana yoga, meditasyon, Aile Dizimi ve travma temelli çalışmalarda uzmanlaşmıştır. Svagito Liebermeister başta olmak üzere birçok uluslararası terapistten eğitim almış; yas, ölüm ve dönüşüm süreçlerinde "Eşik Eşlikçisi" olarak bireylere destek vermektedir.

Sinir sistemi, gelişimsel travma ve nörobilim alanlarında eğitimlidir. Kadın çemberleri, Aile Dizimi atölyeleri ve inzivalar düzenlemekte, "Kalbine Köklen" başlığıyla bireysel ve grup çalışmalarına rehberlik etmektedir.



HAPPY NEST
Healing

✦

Sibel Kırcadere Uslu



VİRGÜL KİTAP KULÜBÜ
VE
YAZMA ATÖLYESİ

Sibel Kırcadere Uslu, 1979 yılında Bursa'da doğdu. Yazma yolculuğuna ilkokul yıllarında kaleme aldığı küçük hikâyelerle başladı. Lise ve üniversite dönemlerinde hikâyenin yanı sıra şiir gibi farklı yazı türlerine de göz kırptı. Üniversite sonrası iş hayatına atılan yazar, 2017 yılında annelik ile yoğunlaşan çalışma yaşamını bilinçli bir tercihle sonlandırarak yazıya profesyonel anlamda yöneldi.

Fantastik gençlik edebiyatı üzerine yoğunlaşan Kırcadere, hala Open University'de İngiliz Dili, Edebiyatı ve Yaratıcı Yazarlık lisans programına devam etmektedir. Bugüne kadar hikâye, masal ve şiir gibi farklı türlerde üretimler gerçekleştirmiştir. 2023 yılında yayımlanan Kehanetteki Çocuk, yazarın fantastik serisinin ilk kitabıdır. Serinin ikinci kitabı Fırtınadaki Çocuk ise 2025 yılında okurlarla buluşmuştur.

Yazmanın iyileştirici gücüne inanan Sibel Kırcadere, aynı zamanda ICF onaylı koçluk eğitimi sertifikasına sahiptir. Psikoloji ve felsefe öğrenmeye tutkuyla bağlı olan yazar, yazma eylemini koçlukla harmanlayarak yazma atölyeleri düzenlemektedir. Çeşitli dergilerde ve mecralarda yayımlanan yazılarıyla da edebiyatın dönüştürücü gücünü paylaşmayı sürdürmektedir.



HAPPY NEST
Healing

Sarven Aydoğanlar



PHSICO TAROT
OKUMASI

1973 yılında İstanbul'da doğan Sarven Aydoğanlar, Güzel Sanatlar Tekstil yüksek lisans eğitiminin ardından uzun yıllar profesyonel tasarım danışmanlığıyla birlikte çok sevdiği tarot okumalarıyla da danışanlarının hayatına ışık tutmaktadır. Bu süreçte birçok hoca ile de çalışma şansı oldu. On dört yaşından itibaren başlayan yolculuğu hâlâ devam etmektedir.

Sarven'in vizyonundan bir tarot okuması, danışan için kehanet ya da fal olmayıp bilinçaltı okumasını anlatan bir araçtır. Zaman içerisinde bir tarot açılımının, kendi üst benliğimizle iletişim kurarak diyalog geliştirmek için kullanılmakla birlikte aynı zamanda bir içsel yolculuk rehberi olduğunu da deneyimlemiştir. İnsan oğlunun kendisiyle ilgili göremediği engelleri gösteren, değişim ve dönüşümüne katkı sağlayan bir okuma sanatıdır. Sarven, yıllar içinde geliştirdiği "Physco Tarot" yöntemiyle hem şimdiki anın derinliklerine inmeye hem de geleceği şekillendirecek içsel gücü keşfetmeye yardımcı olmaktadır.

Bu yöntemde, tarotun derin sembolizmi bilinçaltı dinamikleriyle birleştirilerek danışanın değişim ve dönüşüm sürecinde rehberlik edilmektedir. Okumalar, yalnızca kartların bilgeliğine değil, aynı zamanda danışanın kendisini keşfetme sürecine ve şifalanmaya da odaklanmaktadır.



HAPPY NEST

Healing

Sırma Belin



SES MASAJI

2013 yılında Hindistan'da sesin şifa ile buluşan ve ardından SESİN peşine düşen ve 2015 yılında merkezi Almaya'da bulunan Peter Hess Institut'ta ses masaji uygulayıcısı eğitimi alan bir yolcu... 2017 yılında İstanbul'da Peter Hess Academy Turkey kurucusu, ses masajı uygulayıcısı, eğitmen ve kişisel dönüşüm danışmanı. Peter Hess terapi çanakları ile gerçekleşen ses masaji bireysel seanslar ve grup çalışmaları yapmakta, ses masajı uygulayici egitimleri vermekte. Yıllardır sesin şifasını, ses çanaklarının holistik sağlığımıza etkilerini katıldığı fuar festival ve kongrelerde anlatan, farklı mecralarda sunumlar yapan ve yetiştirdiği öğrencilerle Turkiye'nin birçok ilinde sesin şifasını yayan bir SES sevdalısı. Peter Hess ses masajının Türkiye'deki temsilcisi, öncüsü ve tek eğitmeni.



HAPPY NEST
Healing

Tuna Kamhi



DOĞAL TAŞLARLA ŞİFA & RÜYALARIN DİLİ: ANALİZ VE YORUM ATÖLYESİ

Tuna Kamhi, kişisel dönüşüm çalışmalarına 25 yıldır gönül vermiş birisi olarak, hayatının en önemli amacı haline getirdiği bu yolculukta derin bir tutku ve kararlılıkla ilerliyor. Kendisi, varlığın mutluluğunu hedef alan her türlü öğretiye açık bir zihinle yaklaşan ve bu süreçte sürekli öğrenen bir insan. Psikoloji, felsefe, sosyoloji, fizik ve dini ruhsal öğretiler gibi geniş bir yelpazede bilgileri içselleştirerek, her biriyle farkındalığını ve bilgelik seviyesini artırmaya çalışıyor.

Tuna Kamhi'nin inancı, bilginin sürekli bir akış olduğudur; önemli olan bu bilgiyi nasıl kullanacağımız ve onu hayatımızda ne kadar derinleştirebileceğimizdir. Ayrıca, yaşamı bir okul olarak görmekte ve her günü bir öğrenme fırsatı olarak değerlendirmektedir. Onun bakış açısına göre, bazen yaşamın sınavlarına kolayca uyum sağlanabilirken, bazen de bu sınavlar derin yaralar bırakabilir. Ancak işte bu noktada, kişisel dönüşüm çalışmaları, bu yaraları dönüştürmenin yollarını sunar.

Yolculuğunda her zaman gelişmeye, değişmeye ve olgunlaşmaya devam eden Tuna Kamhi, bu yolculuğa çıkarken sadece kendisi için değil, etrafındaki insanlara da ilham vermek ve onlara daha bilinçli bir yaşam yolu açmak amacı gütmektedir. Yolculukları, insanın içindeki derinliği keşfetmesini sağlayan bir rehber gibidir. O, bir yolcu, ama bu yolculuğa çıktığı her adımda daha güçlü bir farkındalıkla ilerlemektedir.



HAPPY NEST
Healing

✦

Tuğba Funda Turhan



MASAL ATÖLYESİ
&
KEÇE ATÖLYESİ

Tuğba Funda Turhan, 25 yıl boyunca anaokulu öğretmenliği yapmış ve mesleğine hep büyük bir tutku ile yaklaşmış. Bu süre boyunca pek çok eğitim alarak kendini geliştirmiş ve mesleğini en iyi şekilde icra etmeyi hedeflemiştir. Ancak zamanla fark etmiş ki, bu süreç aslında sadece öğretmenlik değil, aynı zamanda kendi iç yolculuğunun bir parçasıymış.
2016'dan itibaren, masalların büyülü dünyasına adım atmış ve bu dünya, ona yeni bir yol açmış. Bu yolda Peter Hess ses çanakları, Pleiades meditasyonları gibi derinlemesine pratiklerle içsel yolculuğu daha da zenginleşmiş. Şimdi ise, bu yolculuk, hem kendisiyle hem de başkalarıyla kıymetli paylaşımlar yaparak devam ediyor.
Tuğba Funda, yolculuğunda herkesin aslında kendi arayışını yaptığını vurguluyor. Ona göre asıl mesele, bu yolculukta ruha katılan zenginlik. Sonuçtan ziyade, süreçte yaşanacak olanlar önemli. Her türlü haliyle kabul ederek, samimiyetle yola devam edebilmenin insanın içsel gücünü artırdığını düşünüyor.



HAPPY NEST
Healing

✦

Yegane Mutlu



BİOENERJİ TEDAVİSİ
VE AKUPUNTUR

Dr. Yegane Mutlu, 1955 yılında Bakü'de doktor bir ailede doğdu. 1979'da Bakü Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. 1979-1982 arasında dahiliyeci olarak çalıştı. 1982'de Moskova'da akupunktur eğitimi aldı, ardından Bakü'de uygulamalara başladı. 1989'da Moskova'da bioenerji ve temassız masaj (healing) üzerine eğitim aldı.

1982-1991 yıllarında Bakü 1 No'lu Merkez Hastanesi'nde akupunktur ve bioenerji uygulamaları yaptı. 1991'de İstanbul'daki International Hospital'da çalışmaya başladı. 1992'de Pekin'deki International Akupunktur Center'da eğitim aldı. 1993'te Türk vatandaşı oldu ve İstanbul'da özel muayenehane açarak serbest çalışmaya başladı.



HAPPY NEST
Healing

Yeşim Lüleci



GELENEKTEN ŞİFAYA: KURŞUN DÖKME

Yüzyıllardır Anadolu'nun kadim bilgeliğinde yer alan kurşun dökme, sadece bir inanış değil, aynı zamanda ruhsal bir arınma ve içsel dengeyi bulma ritüelidir. Nazar, korku, huzursuzluk ve iç sıkıntısı gibi enerjisel tıkanıklıkların giderilmesinde kullanılan bu yöntem, hem bedeni hem de ruhu hafifletmeyi amaçlar.

Kurşunun suya dökülerek aldığı şekiller, kişinin enerji alanındaki bozulmaları sembolize eder.

Modern yaşamın getirdiği stres ve negatif etkilerden arınmak, öz enerjinizi dengelemek ve derin bir rahatlama yaşamak istiyorsanız, kurşun dökme ile tanışma zamanı...

Kendine bu kadim şifayı armağan et.



HAPPY NEST
Healing

Zafer Oba



BİREBİR ASTROLOJİ SEANSI

Ben H. Zafer Oba. Kariyerime yazılım mühendisi olarak başladım. Bu süreçte geliştirdiğim analitik düşünme becerilerimi zamanla astroloji alanına taşıdım. Amacım, insanların kendilerini ve çevrelerini daha iyi tanımalarına yardımcı olmak ve içsel potansiyellerini keşfetmeleri için rehberlik etmekti.

Astrolojiye olan ilgim, beni klasik, neo-klasik ve psikolojik astrolojiden seçimsel ve soru astrolojisine, astro-kartografi gibi özel alanlara kadar birçok farklı disiplinde derinleşmeye yöneltti. Hem yurt içinde hem de yurt dışında aldığım kapsamlı eğitimlerle, bireysel ve kurumsal danışmanlık alanlarında uzmanlaştım.

Son yıllarda ise Uranyen Astroloji ile tanışarak bu yenilikçi sistemde uzmanlaştım.



HAPPY NEST
Healing



0530 379 65 47



Kültür Mahallesi, Onaran Sokak, No: 2,
Etiler/İstanbul