



Moje milé Minervanky, Minervané, podporovatelé hnutí Minerva 21.

Nevím, jak jste na to vy, ale pro mne byla letos „okurková sezona“ dosti krátká. Než jsem se vzpamatovala, už tady byl konec července a čas na párování mentoringových dvojic. Díky neocenitelné a dobrovolné pomoci Michaely Chrastné, Kristýny Vavrousové, Lindy Štucbartové, Martina Lupy a Kateřiny Šantrůčkové jsme dali dvojice dohromady. Proč nás bylo tolik? Protože Minervanky/Minervani prostě nejsou žádní troškaři a tak místo menšího počtu, máme ve třetím ročníku 92 párů. Naše řady také obohatilo několik mužů. Máme 17 mentorů a 3 mentee - muže. Na prvním setkání v Mramorovém sále se nás sešlo 110 a atmosféra byla nabitá energií a očekáváním naučit se nové věci.

A aby toho nebylo dost: Linda Štucbartová založila skupinu Mentorů Alumni a Kristýna Vavrousová založila skupinu pro mentee na facebooku MINERVA21-mentoringový program. Další mentoringové setkání se uskuteční 6.prosince v budově T-Mobile.

Dalším velkým programem Minervy 21 je Networking – Exchange4U, který proběhl v září za účasti 90 participantů z 20 různých firem. Mluvili jsme o vztazích, komunikaci a dalších důležitých věcech a hlavně jsme síťovali.

A protože se neustále rozvíjíme a jedeme rychlým tempem, tak se nás minulý víkend sešlo celkem 20 na strategickém setkání.... a o tom vám povím příště. Jen prozradím, že se máte na co těšit.

S láskou

Rostya Gordon-Smith
zakladatelka hnutí MINERVA 21



kluby



VÝLET NA SLOVENSKO

Sezónu v Porta Bohemica jsme zahájily cestou na Slovensko. „Spolehlivým ATR vrtulákem vstříc slovenské Tokaji“. Užily jsme si slunce i deště, ale také skvělého vína i legrace.

Kateřina Tenglerová, ambasadorka klubu Porta Bohemica (Litoměřice)



MODERÁTOR AZ KVÍZU V BRNĚ

Hostem prvního poprázdňinového klubového setkání 13. září v Brně byl moderátor soutěžního pořadu AZ kvíz Aleš Zbořil. Bezprostředně a v příjemné atmosféře odpověděl Aleš na početné otázky, které se týkaly vzniku, zákulisí i samotného průběhu pořadu, jenž Česká televize nepřetržitě vysílá od roku 1997, moderátorské profese i osobních zájmů. Děkujeme za velmi inspirativní podvečer.

Věra Staňková a Zuzana Oujezdská, ambasadorky klubu Brno



UMÍM SI ŘÍCT O PENÍZE V OSTRAVĚ

20. září se v centru Ostravy sešlo 45 osob na klubový večer s tématem „Umím si říct o peníze“. Hosty bylo 5 dam z různých sfér, které se k tématu vyjádřily z pozice freelancer, manažerka z korporátu, podnikatelka, lektorka vyjednávacích dovedností a zakladatelka neziskové organizace. Každá z nich sdílela svůj příběh o tom, jak poprvé stanovily svou cenu, kam dospěly a jak naceňují nyní. Následovala panelová diskuze, kdy se účastnice aktivně zapojovaly do diskuze a posléze i do závěrečného networkingu ve skupinkách.

Jarka Kořená a Ilona Urbanová, ambasadorky klubu Brno



DECH ŽIVOTA V OLOMOUCI

V září jsme v našem klubu přivítali olomouckou operní divu, Janu Šelle. Jana je autorkou projektu „Zpívající nádraží“, kdy se snaží cestujícím zpříjemnit cestu formátem spojení koncertů klasické hudby v nádražních halách. Cílem je dopřát posluchačům výjimečný zážitek v akusticky zvláštních prostorách, jako jsou továrny, jeskyně, technické haly atd. Kromě hudebních projektů a koncertování, je Jana lektorkou vědomého dýchání a zpěvu. A právě vědomému dýchání jsme zasvětili náš zářijový klubový večer. Formou workshopu jsme vlastní zkušeností a nácvikem zjišťovali přínos vědomého dýchání, které má vliv nejen na zdraví našich vnitřních orgánů, ale i na psychiku a prevenci proti stresu.

Tři hodiny nám nestačily – bylo to báječné! Praktické, zábavné, stmelující. Na závěr nás Jana odměnila famózně zazpívanou árií z opery Rusalka, kdy její hlas rozvířoval snad každou molekulu vzduchu, rozhýbal každou buňku našeho těla. A protože každý Klubový večer máme slosování o cenu, kterou nám host do Klubu poskytne, odměňovali jsme i tentokrát. Gratulujeme člence MINERVA 21 Barboře Kvapilové k výhře poukazu na desetihodinový intenzivní cyklus práce s fyziologií dechu a hlasu, zaměřený na individuální téma osobního rozvoje zpěvu.

Lenka Holešinská, ambasadorka klubu Olomouc

ZVEME VÁS NA AKCE DO KLUBŮ

21. ŘÍJNA - KLUB LITOMĚŘICE

vás zve

SOBOTNÍ JÓGA V KOSTCE

21. 10. 9 - 12H

- kvalita dechu - kvalita zvota
- vnímavá chodidla
- vzprímené tělo a krok
- záda a krk - jaký je to, když nebolí
- pánevní dno a trojí pater v pohybu
- umění relaxace

Přestávku využijeme ke sdělení prožitků z vlastní praxe, k obměnění bylinnými čaj a ochutnávce „živé pochoutky“ z kuchyně Jógasféry.

Podpořte a děkujte si sebou.

Cena 400 Kč. Rezervace po zaplacení zátky 50Kč.
60 Kč z ceny je věnováno Nadabánu šindů DELFIN-SANDE DĚTEM

Kód:
Pracovna Ženy s.r.o.,
Na Válcích 65/35, Litoměřice
Kontakt:
Rezervace tel. 728 41 789, <https://www.damakyklub.cz/>

SOBOTNÍ JÓGA V KOSTCE

21. října 2017 od 9 do 12 hodin

Tradiční příjemné sobotní dopoledne s jógou, dobrotami Jógasféry a skvělou lektorkou ILONOU VOBORSKOU.

Co si procvičíte? Kvalitu dechu, vnímavá chodidla, záda a krk, pánevní dno... vlastně v kostce celé tělo.

Vstupné 400 Kč, pro Minervanky 300 Kč.

Těšíme se na vás v Pracovně Ženy s.r.o. v Litoměřicích.

Kateřina Tenglerová, ambasadorka klubu

Na akce se, prosím, registrujte na našich webových stránkách www.minerva21.net v sekci [Události](#).



Ve středu 18. října v 18.00 hodin se v Brně můžete těšit na Podnikavou ženu Evu Čejkovou Vaškovou, která bude mj. hovořit o tom, co ji přivedlo k založení komunity ŽENY s.r.o., proč odešla ze světa byznysu s muži a vrhla se ze dne na den do světa žen, jak zvládá vést dvě firmy a domácnost, jakou je matkou a manželkou, kdy si řekla dost, že už je na čase posunout se dále i jaké chyby jí v životě ukázaly ten nejlepší směr. Eva Čejková Vašková pracovala jako scénářistka pro TV NOVA a TV PRIMA. Svou první společnost ConPro s.r.o. založila ve svých jednadvaceti letech. ŽENY s.r.o., které založila v roce 2012 v průběhu své mateřské dovolené, se staly jediným česko-slovenským projektem, postaveným na word of mouth. Nabízí ženám podporu a zapojení do komunity. Eva je také patronkou projektu Podnikavá žena, v obou projektech je dnes zapojeno více než 72 tisíc žen..

Na akce se, prosím, registrujte na našich webových stránkách www.minerva21.net v sekci [Události](#).

25. ŘÍJNA - SEBEMOTIVACE S LENKOU LAMEŠOVOU



Milé Minervanky, milí Minervané a milí příznivci Minervy, ráda bych vás všechny pozvala na říjnový pražský klub Minervy - tentokrát s Lenkou Lamešovou (<http://www.lamesova.cz/>).

Kladete si otázky: Jaká je moje vize a životní smysl – znám své osobní hodnoty? Žiji podle nich? Z čeho se skládá můj úspěch a jak ho mohu ovlivnit? Používám své silné stránky k děláním smysluplných činností? ... pak je tento večer právě pro vás.

Lenka nás provede workshopem, který nám ukáže možnosti, jak poznat své vnitřní motivátory, osobní nastavení a možnosti, jak být vyrovnanější, stabilnější a spokojenější.

Těším se na vás 25.10. v 18.00 v pražské pracovně Ženy s.r.o., Martina Grygar Březinová, ambasadorka pražského klubu.

Na akce se, prosím, registrujte na našich webových stránkách www.minerva21.net v sekci [Události](#).

19. ŘÍJNA - ZDRAVÁ VÝŽIVA PRO KAŽDÉHO

ZDRAVÁ VÝŽIVA PRO KAŽDÉHO
aneb jak se nejlépe stravovat pro prevenci nemocí,
bezva postavu a dobrou náladu



MARGIT SLIMÁKOVÁ - známá česká dietoložka, bloggerka a propagátorka zdravé výživy. Po 10 letech v zahraničí (Německo, Čína, USA) se vrátila zpět do ČR, kde se věnuje především osvětě v oblasti výživy a veřejného zdraví. Píše články na vlastním webu, blogu, natáčí videa na Margit.TV. Účastní se řady projektů a veřejných debat. Margit můžete znát i z medií, např. Reflex, OnaČtení, Sama doma, Radiožurnál, Dobré ráno, DĚJTOU a.j., ve kterých sdílela své poznatky a zkušenosti.

MARGIT SLIMÁKOVÁ - VYPRODÁNO!

Dne 19.10.2017 proběhne říjnový Klubový večer. Hostem bude známá česká osobnost Margit Slimáková, která pro nás uspořádá workshop na téma: „ZDRAVÁ VÝŽIVA PRO KAŽDÉHO aneb jak se nejlépe stravovat pro prevenci nemocí, bezva postavu a dobrou náladu“. Zájem o účast na Klubovém večeru byl a stále je enormní. **Klubový večer byl zcela vyprodán během necelých dvou týdnů a to téměř dva měsíce dopředu.** V hotelu Theresian hotel & Spa - kde nám poskytují stabilní zázemí - nám vyšli vstříc a „nafoukli“ prostory tak, abychom mohli přidat ještě dalších deset míst. Bohužel (nebo bohudík), i ta byla během dvou dnů obsazena. Držte nám pěsti štěstí, abychom vše zvládli organizačně zajistit a aby účastníci našeho říjnového Klubového večera odcházeli domů s hezkým pocitem.

Lenka Holešínská, ambasadorka klubu Olomouc



networking - exchange for you



20. září proběhlo setkání E4U v prostorech T-Mobile na téma **Rozdíly v komunikaci mezi generacemi**.

Akce proběhla v češtině. Velký úspěch měla přednáška Laury Janáčkové. Dále jsme si poslechli základy radikální upřímnosti od Sebastiana Jamese, pohovořili s hosty v panelové diskusi. Velký úspěch měly opět workshopy s hosty – Sebastian James, Katka Matláková, Martin Skalička a lektorky dramatického kurzu SENior, které mimo jiné představily, jak úžasně a smysluplně se dají propojit různé generace.

Občerstvení zajistil jako vždy FoodIN. Sponzory akce byli Aqua Angels a poprvé Visual Coach.

Příští E4U je naplánováno na 24. října, v prostorech Eaton, na téma Multicultural workplace, akce proběhne tentokrát v angličtině.

Invitation to Exchange4U

E4U
exchange for you

THEME:

Multicultural workplace

PROGRAM:

- 12:00 Networking lunch
- 12:30 Welcome
- 12:45 Dana Pick (Relocare) – Cross cultural challenges
- 13:10 Rasim Muftiev and Federico Perillo (Eaton) – Clichés & stereotypes within a multicultural organization
- 13:35 Rostya Gordon-Smith (Minerva21) – Living and working in a different culture every 4 years
- 14:00 Break, networking
- 14:20 Nicole Brombin (ExxonMobil) – Working with 70 nationalities under one roof
- 14:40 Valery Senichev (Centre for Integration of Foreigners) – Finding common ways
- 15:10 Workshops with speakers
- 16:00 Sharing

DATE:

October 24th

TIME

12:00 - 4:30 pm

WHERE:

Eaton, Roztoky,
Bořivojova 2380

čeríme vodu



www.facebook.com/minerva21cz

www.minerva21.net



PRVNÍ SPOLEČNÉ SETKÁNÍ 3. ROČNÍKU

3. ročník mentoringového programu Minerva 21 byl zahájen společným setkáním dne 26. září v Mramorovém sále České spořitelny v Praze. Na promítacím plátně byli prezentováni všichni mentoři, kteří vstoupili do programu a věnují svůj čas a energii zcela zdarma k rozvoji mentees. Celým programem provázela zakladatelka hnutí Rostya Gordon-Smith, která několikrát poděkovala sponzorům a podporovatelům bez nichž by se akce nemohla konat. Během workshopů příměli speakeři všechny přítomné ke vzájemné spolupráci. A tak se v sále mezi více než stovkou účastníků komunikovalo a networkovalo.

Video záznamy můžete sledovat na youtube kanálu [zde](#) a všechny fotografie najdete [zde](#).



SPOLEČNÁ SKUPINA PRO MENTEE NA FB

Ke společnému sdílení, networkingu a vzájemnému obohacení se byla vytvořena na Facebooku uzavřená skupina k mentoringovému programu. Skupinu vytvořila a administruje Kristýna Vavrousová, která má na starosti organizační stránku mentoringových setkání. Kristýnu můžete kontaktovat na mailu: kristyna@minerva21.net. Máte-li zájem připojit se ke skupině na FB, odkaz je [zde](#).

MENTORING Z POHLADU MENTEE, ČASŤ PRVÁ : HVIEZDA ŽIARI. TEČKA.

„Zuzko, přihlásila jsem se do programu mentoringu od Minervy 21, koukni se na to. Jo a abych nezapomněla, do zítřka je potřeba se přihlásit,“ moja dobrá kamarátka z výšky. Neváham ani chvíľku. O Minerve 21 som už niekoľkokrát počula z rôznych strán, až teraz nastal ten správny impulz a ja som sa rozhodla zapojiť sa.

Posielam prihlášku a točím svoje prvé prezentačné video „Jaké cíle chcete v rámci mentoringu dosáhnout?“ V tom mám jasno. Základná esencia túžby tam je. Tá už ma povedie.

Odoslať? Odoslať.

Po pár týždňoch sa dozvedám, že mojou mentorkou bude Linda Štucbartová, žena, ktorá sa venuje koučovaniu a v rámci toho používa metodiku Dynamiky bohatstva. Výborne. Máme dohodnutú schôdzku na štvrtú. Štyri nula jedna začíname.

„Kto je Zuzana Klačková?“

Nuž. Presne tá jedna otázka, na ktorú už niekoľko rokov hľadám odpoveď. Uvedomujem si, že odpoveď ani tak netkvie v ďalšom hľadaní ako skôr v rozhodnutí, ktorou cestou sa chcem vydať ďalej. Topím sa v tom. „Do príští popracujeme na elevator speech,“ zaznie prvá úloha.

Linda si na mne testuje hypotézu, že som v rámci dynamiky bohatstva hviezda. Pohrávam sa s myšlienkou, ako správne žiariť. Hviezda Teoretik. Zasiahne Linda: „Hviezda neřeší, jestli září moc, nebo málo, jestli září autenticky. Hviezda září. Tečka. To je tvůj druhý úkol. Napiš si: Hviezda září.“

Urobíme si selfie z kaviarenskeho posedenia na Malej strane, kde sa Kateřině Jacques, ďalšej členke Minervy, podarilo presadiť významné zmenšenie parkovacích miest v prospech voľného mestského pohybu Pražanov a turistov.

Odbije piata. Podáme si s Lindou ruky a rozlúčime sa.

Čeříme vodu?

Jo. Tak to sedí.

Zuzana Klačková

DRUHÉ MENTORINGOVÉ SETKÁNÍ se uskuteční 6. prosince 2017 v Praze.



POZDRAV Z BRNĚNSKÉ AKADEMIE

Každý druhý týden se setkává v Santii skupina 14 žen manažerek, které se přihlásily do letošní Akademie. Spolu se zkušenými lektorkami a ve dvouměsíčním cyklu si rozšiřují své manažerské dovednosti. V Brně pořádáme Akademii s velkým úspěchem již potřetí. Letos jsme měly ihned vyprodáno? :-) Opět musíme konstatovat, že se sešla báječná parta, která umí vytvořit neopakovatelnou atmosféru. Po čtyři podvečery se na čtyřhodinových workshopech společně obohacujeme o nové zkušenosti. Celý program garantuje Kristina Žůrková a spolu s Hanou Rozkošnou ze Santie zabezpečují, aby vše proběhlo hladce a účastnice si odnesly co nejvíce poznatků do své manažerské práce.

Jaká byla očekávání našich účastnic? Cituji alespoň pár přání:

„Chtěla bych být brána vážně, ale neděje se to.“

„Chtěla bych více chválit, ale nejde mi to“.

„Chtěla bych zadávat jasné úkoly, ale nejsem pochopena.“

„Chtěla bych zlepšit své reakce na kritiku, ale nedaří se mi to.“

Věřím, že alespoň některá očekávání splníme. První blok na téma **Manažerské komunikace** skvěle rozjela Monika Nevolová. Techniku ANO A... nebo její větu : „Nechtějme být dokonalé!“, určitě žádná z nás nezapomene. Ve druhém bloku se pod mým vedením účastnice nejen hodně zapotily při **obtížných manažerských rozhovorech**, ale také se hodně nasmály. Vytknout druhému taktně, že pomlouvá druhé, nebo že páchne, popř. vhodně pochválit podřízené, bylo pro některé opravdu náročné.

Ve třetím bloku provede posluchačky Kristina Žůrková tématem **Vedení porad a rozvojový meeting**. Posledním blokem **Prezentace a zpětná vazba** se rozloučíme a Věrka Staňková ukončí tento pěkný projekt. Na závěr se pochlubíme alespoň třemi zpětnými vazbami:

„Super – příjemná atmosféra a přínosné téma. Pro mě fajn zastoupení účastníků firem, nový pohled,“ Lucie Kudrnová.

„Člověk od počátku vtažen do akce. Super, moc mě to bavilo,“ Radka Matulová.

„Super, neuvěřitelně mnoho podnětů, na co je potřeba si dávat pozor, jak zvážit každé slovo, hodně jsem se nad sebou zamyslela a zasmála,“ Jiřka Kubínová.

Děkuji celému realizačnímu týmu, Květa Santlerová, jednatelka Santia, spol. s r.o.



