

Bez strachu przed kamerą i w social media - warsztaty dla kobiet w CDO



Spotkania / Warsztaty

19.09.2026

09:00

Wstęp wolny (zapisy)

Rada Kobiet w Opolu zaprasza na kolejne spotkanie z cyklu realizowanej przez nas Inicjatywy Lokalnej

Sobota - 19. września 10:00-12:00

CDO, sala 106, Opole

Tym razem zapraszamy na warsztaty praktyczne - od strachu przed kamerą do systemu, który realnie zarabia na Instagramie i TikToku.

Prowadzi Helena Mazanova - fotografka, videografka i strategka marketingu z 15-letnim doświadczeniem za obiektywem i po drugiej stronie kamery. Modelka, reżyserka, przedsiębiorczyni i mama. Nie uczy tylko teorii, a tego, co sama praktykuje na co dzień: autentyczności bez lęku, systemu zamiast chaosu i budowania wizerunku, który pracuje na ciebie.

Przez 2 godziny przejdziemy przez cztery etapy:

Psychologia kamery - dlaczego się jej boimy i jak oszukać własny mózg

Strategia kontentu - które formaty faktycznie zarabiają i jak zaplanować 4 tygodnie bez poświęcania całego życia

Praktyka na żywo - każda uczestniczka tworzy jeden post lub wideo i dostaje indywidualny feedback

Plan działania - konkretny checklist na pierwsze trzy tygodnie

To warsztaty dla kobiet, które chcą pokazywać się autentycznie i zacząć zarabiać na swoim wizerunku.

Wstęp wolny. Liczba miejsc ograniczona.

Prosimy o zgłoszenia na maila: [radakobietwopolu@gmail \[dot\] com](mailto:radakobietwopolu@gmail.com) - potwierdzimy zwrotnie dostępne miejsce na warsztaty.

Tagi

Rada Kobiet w Opolu