

Jeśli naprawdę z całych sił pragniesz **ZMIAN LUB JEDNEJ ZMIANY** w swoim życiu, to ta podróż jest właśnie dla Ciebie.

Jeśli potrzebujesz **MOTYWACJI**, poszukujesz **RÓWNOWAGI**, chcesz przyjrzeć się swoim starym **NAWYKOM** i je zmienić - to tym bardziej zapraszamy.

Podróż składa się z **6 spotkań**. Spotkania będą warsztatami **ROZWOJOWYMI** z elementami pracy coachingowej. Zadamy wiele **MOCNYCH PYTAŃ**.

Oto co zaplanowałyśmy dla Ciebie.

Podróż to 6 **KAMIENI MIŁOWYCH**. Każdy etap to jeden temat i jedno hasło przewodnie.



### **! Początek - USTAL KIERUNEK**

„Za dwadzieścia lat będziesz bardziej żałowała tego, czego nie zrobiłaś. Więc odwiąż cumy, postaw żagle i **OPUŚĆ BEZPIECZNĄ PRZYSTAŃ**” - Mark Twain



### **!! ROZWAŻ wiele opcji**

„Szaleństwem jest **ROBIĆ WCIAŻ TO SAMO** i oczekiwać różnych **REZULTATÓW**” Albert Einstein



### **!!! Porzuć OGRANICZENIA**

„**BEZPIECZEŃSTWO** jest rodzajem ograniczenia. Nie ograniczaj się. Zadaj sobie pytanie - co byś zrobiła gdybyś wiedziała, że **PORAŻKA JEST NIEMOŻLIWA**”  
- przeczytane w Harvard Business Review



### **!!!! Odkryj ZASOBY**

„Cały sekret polega na tym, gdzie kieruje się uwagę. Albo czynimy się nieszczęśliwymi albo **SZCZĘŚLIWYMI**. W obu przypadkach **WYSILEK** jest taki sam” - Carlos Castaneda



### **!!!!!! ZAUFAJ sobie**

„Zacznij **OD SIEBIE**. Zrób wszystko, co możesz, z tym, co masz, tam, gdzie **JESTEŚ**”  
- przeczytane w Harvard Business Review



### **!!!!!!! ZBIERZ OWOCE SWOICH DZIAŁAŃ**

„Życie nagradza **DZIAŁANIE**” - zasłyszane i **sprawdzone :-)**

## **Kim jesteśmy:**

✓ **Ania Niemczyk** - trener z 9 letnim doświadczeniem szkoleniowym. Moje szkoleniowe motto: „**Motywuje do zmian na lepsze**”. Więcej informacji o mnie i mój życiorys trenerski na stronie [www.aniemczyk.pl](http://www.aniemczyk.pl)

✓ **Ela Zawodniak** - trener, coach z 15 letnim doświadczeniem. Moja misja: „**Jestem spotkaniem, które daje refleksję**”. Na stronie [www.bądztuiteraz.pl](http://www.bądztuiteraz.pl) znajdziesz więcej informacji o mnie.

A w tym miejscu chcemy powiedzieć **DLACZEGO** połączyłyśmy siły i razem prowadzimy spotkania warsztatowe. Przez lata wypracowałyśmy, prowadząc **SZKOLENIA BIZNESOWE, WARSZTATY ROZWOJOWE I ZAJĘCIA**

**W SZKOŁACH TRENERÓW**, różne indywidualne techniki, metody i narzędzia,

z nich **WYBRAŁYŚMY TO CO NAJLEPSZE**

i chcemy się nimi z Tobą **PODZIELIĆ**.

**ZDECYDOWANA NA ... PODRÓŻ?** A może masz jeszcze **dużo pytań** - prosimy skontaktuj się z nami -  
**Ania** - **605 217 693**, [anna@aniemczyk.pl](mailto:anna@aniemczyk.pl), **Ela** - **668 422 560**, [elatuiteraz@wp.pl](mailto:elatuiteraz@wp.pl)

**MIEJSCE: KATOWICE**, zawsze **poniedziałek**, na **dobry początek tygodnia :-)**, w godzinach od **17.30 do 20.30**

## **TERMINY:**

✓ **I grupa**: 26.01., 23.02., 23.03., 20.04., 18.05., 08.06.

✓ **II grupa**: 02.02., 02.03., 13.04., 27.04., 25.05., 15.06.

**Zapisy** do grupy I do 23.01., zapisy do grupy II do 30.01.

**JEŚLI JESTEŚ ZAINTERESOWANA PROSIMY O KONTAKT. WIĘCEJ SZCZEGÓŁÓW DOTYCZĄCYCH KWOTY, MIEJSCA I INNYCH INFORMACJI, O KTÓRE BĘDZIESZ CHCIAŁA ZAPYTAĆ PODEŚLEMY MAILOWO.**