








THE BALANCE TIME

Úcta ke svému času je úcta sama k sobě.
Ovládáte Vy svůj čas nebo čas ovládá Vás?

Náš čas je naše jediná jistota a naše svobodná vůle nám dovoluje rozhodovat o tom, komu, čemu a kolik ho budeme věnovat. Mnozí z nás jsme si zvykli být nepostradatelní pro svou firmu nebo pro svého zaměstnavatele. Možná někoho z nás napadlo, jestli se nám alespoň část z této investované energie vrátí. Syndrom vyhoření začíná právě tím, že nemáme čas pro sebe. Většina z nás jsme při nástupu do pracovního procesu měli pocit, že máme času na rozdávání.

A časem se čas mění...

Co získáte?

-  Ujasnění si vlastních hodnot
-  Lepší organizaci svého času
-  Zvládání stresových situací
-  Umění oddělit práci od osobního života
-  Relaxaci těla a mysli

Délka semináře: 8 hodin