

# CHCI ZMĚNIT SVŮJ ŽIVOT, ALE NEMÁM NA TO ČAS!

„Člověk má vždycky dost času, když čas správně používá.“ Johann Wolfgang von Goethe

Potřebuješ, aby měl den alespoň 60 hodin? Nestíháš plnit těch nekonečno povinností – práce, rodina, finance, vztahy...? Nezbyvá ti chuť, ani nálada na nějaké to rozmazlování se a dopřání si zaslouženého odpočinku pro sebe sama? **Cítíš, že ti dochází „baterky“? Pak je tato přednáška určena právě tobě!**

Dovolte si už konečně žít a to okamžitě! Podívej se pravdě do očí. Naše sliby, že „na to bude ještě čas“ jsou opravdu jen sliby. Kdy jste si naposled řekli, že už takhle dál žít nechcete a potřebujete okamžitou změnu? A kolik měsíců, let od vyřčení uplynulo a co zásadního se ve Vašem životě změnilo?

Jak je někdy náročné nepodlehnout společenským normám, ale stát si sama za sebou bez ohledu na reakce ostatních.

Nenechte se odtrhnout od Vašich přirozených vnitřních hodnot, tužeb, přání. Sebemenší odklon od sebe sama bude vždycky znamenat jen život v nepochopení, nespokojenosti, osamění.

Vše lze a vše je možné – je pouze a jen na nás, co jsme ochotni obětovat! Uvědomme si, zejména my ženy, jak krásné a úžasné vlastně všechny jsme.

**Již dnes se rozhodujete, jaký má být Váš život zítra.**

Přednášející:

**Mgr. Pavlína Podloučková**

Certifikovaný Poradce pro výživu

Odborně způsobilá osoba k zajišťování úkolů v prevenci rizik v oblasti bezpečnosti a ochrany zdraví při práci

Tel: 605 300 835

pajapodlouckova@seznam.cz

<http://www.zdravevestrave.cz/>

