



- Chceš být žena, která ví, co v životě chce, kam směřuje a proč?
- Chceš si být vědoma svých darů a předností a dokázat se za ně ocenit?
- Chceš se přestat trápit se svými nedostatky, ale naučit se s nimi pracovat?
- Chceš najít svou seberealizaci?

Staň se královnou svého života!

- Přemýšlíš o tom, jak se žít tím, co tě skutečně baví?
- Chceš rozvinout své dary?
- Cítíš, že život stojí za víc než za „přežití“ pracovní doby a čekání na víkend?
- Věříš, že to jde i jinak, jen zatím nevíš jak?
- Zrazuje tě tvé okolí a tvrdí ti, že jsi bláhová?
- Máš chuť začít dělat věci jinak?
- Bojíš se vykročit za tím, kým skutečně jsi?

Potom je náš prožitkový seminář právě pro tebe!

„Život je příliš krátký a příliš krásný, abychom promrhali čas děláním věcí, které ve skutečnosti ani dělat nechceme.“

Bruce Isaacs

CÍLE SEMINÁŘE:

1. **Najít svou seberealizaci:** Ujasnit si, kdo jsem, co chci v životě dělat, vydefinovat první kroky vedoucí k realizaci své vize a pomoci je skutečně udělat.
2. **Vytvořit komunitu podobně naladěných žen, které se navzájem podpoří v realizaci životní změny.** Někam patřit je pro člověka důležitější, než někam jít. /Joy Management/

Chceš pomoci vykročit za tím, kým skutečně jsi?

Co Tě čeká:

- 4 měsíce (září– prosinec 2015)
- 7 workshopů
- ve všední den dopoledne
- hlídání dětí v době kurzu zajištěno

Náplň kurzu:

KDO JSEM:

„Vaše profese není to, za co dostanete výplatu. Vaší profesí je to, proč jste byli povoláni sem na Zem a abyste to dělali s takovým nadšením a náruživostí, že se z toho stane duchovní povolání.“ -- Vincent Van Gogh

- rozpoznání svých darů
- kde jsem právě teď
- co mě baví, co miluji
- pojmenování strašáků
- pojmenování a přijetí svých nedostatků

VIZE:

„Pokud nemáte vizi do budoucnosti, pak vaše budoucnost bude opakováním minulosti.“ -- A.R. Bernard

- proč snít
- koláž vizí, snů a přání
- jaké jsou mé hodnoty
- vydefinování osobní vize

KOMUNIKACE:

„Laskavá slova mohou být krátká a snadno vyslovitelná, ale jejich dopad je vskutku nekonečný.“ -- Matka Teresa

- jak si svobodně si říct o to, co chci
- jak svobodně odmítnout to, co nechci
- kouzlo naslouchání – jak klást zacílené otázky
- jak vytvářet dohody

JOY MANAGEMENT:

„Čas je ve skutečnosti jediný kapitál, který člověk má, a je to jediná věc, kterou si nesmí ani v nejmenším dovolit promrhat nebo ztratit.“ -- Thomas Edison

- jak radostně rozdělit čas mezi svou práci, své blízké a nezapomínat na sebe
- jak efektivně využít čas, který mám na realizaci svých záměrů (svou práci, studium, apod.)

PARTNERSHIP A LEADERSHIP:

„Ruka nemůže dosáhnout dále, než kam dosáhne srdce.“ -- Orison Swett Marden

- leadership jako životní styl = být královnou svého života
- k čemu je přístup leadera dobrý ženě na mateřské, zaměstnanci či studentovi
- jak v sobě objevit a rozvinout vůdčí schopnosti
- rozpoznání svých týmových rolí
- konkurence x spolupráce

Pozor, počet míst omezen! Maximální kapacita je 10 žen!

Při takto malém počtu účastníků bude čas na osobní přístup. *Společně budeme hledat odpovědi na tvé konkrétní otázky, obavy, výzvy.* Tým stejně naladěných žen ti dá nejen inspiraci, energii a sílu, ale taky pravdivou zpětnou vazbu. Pomůže ti podívat se na sebe jejich očima a uvidíš, jak báječná, schopná a nadaná ve skutečnosti jsi. To ti dodá odvahu vykročit.

Slovo lektorky:



„Ahoj aktivní maminko!

Jsem máma „na mateřské“, stejně jako ty. Už pět let. Celou dobu podnikám. Nikdy mi nechyběla odvaha a zároveň mám dar ukazovat lidem jejich potenciál. Víím, že každý člověk může najít svou seberealizaci a žít se tím, co ho baví. Proto jsem se rozhodla podělit se o své zkušenosti v tomto kurzu.

Jsem přesvědčená o tom, že mateřská je pro nás, ženy, šance. Šance se na chvíli zastavit a ujasnit si, co vlastně chceme v životě dělat – pokud to ještě nevíme. A když už to víme, je to ten nejlepší čas na realizaci svých záměrů. Máme příležitost v bezpečí rodičovského příspěvku jít krok za krokem za tím, co skutečně chceme dělat. Tento kurz ti pomůže ujasnit si, kdo jsi a co chceš skutečně dělat, ukáže ti cestu kudy a dodá ti odvahu vykročit. Teď je ta chvíle.“

„Rozdíl mezi tím, jestli to někdo někam dotáhne nebo ne, je odvaha včas začít. Maníka, který tiše sedí a dělá jenom to, co mu je řečeno, nikdo nepožádá, aby udělal něco velkolepého.“

Charles M. Schwab, 1862-1939, průmyslový magnát

Mít dobré zaměstnání už v dnešní době není jistota. Jediná jistota,

kterou v dnešní době máme, jsme my sami. **Jediná bezpečná investice, je investice do sebe, do osobnostního rozvoje, do sebepoznání.** V našem kurzu získáš soft skills (schopnosti), které jsou v dnešní době žádané: flexibilita, komunikace, time management, self promotion (nauč se prodat sebe a své schopnosti a dovednosti), leadership (najdi v sobě a používej vůdčí schopnosti), partnership (nauč se budovat smyslupná a užitečná partnerství).

Slovo účastnice kurzu:

Ahoj Báro.

Chci ti poděkovat za organizování kurzu Sebevědomá máma - úspěšná žena. Jeho absolvování pro mě bylo určitě přínosem, nejen tím, že jsem poznala další lidi, kteří jsou na podobné vlně jako já, což byl benefit sám o sobě, ale hlavně mě to donutilo o sobě přemýšlet. Přemýšlet o tom, jak se posunout dál a že je i při mateřství důležité se zaměřit sama na sebe a na to co je důležité pro mě a definovat si nějakou vizi (byť ještě není úplně jasná a stále na ní pracuji), jak jít v životě dál a skloubit při tom sebe, rodinu a spokojenost. Mateřství je krásné, ale zároveň obrátí dosavadní život tak trochu naruby a je dost složité potom pokračovat po stejné cestě. Účast na tomhle kurzu může ukázat, jak najít jinou cestu, kde bude místo pro potřeby nejen rodiny a péči o ní, ale i pro mě samotnou. Pokud chceš něco ve svém životě změnit a chceš na sobě začít pracovat, je to šance pro tebe. Díky.

Dáša Jelínková, Lampertice

ÚSPĚCH ZAČÍNÁ PRVNÍM KROKEM.

Začínáme v září 2015

Cena celého kurzu je jen 1620 Kč.

Chceš si zajistit své místo v kurzu? Přihlas se na

kralovnasvehozivota@gmail.com

nebo kontaktuj Báru Klenčíkovou na tel. 775 948 010

Chceš zasílat aktuální informace o kurzu a seriál krátkých videí s praktickými tipy, jak se stát královnou svého života? [Klikni sem.](#)

Cena jednotlivých workshopů je 270 Kč.

Hlídaní dětí je zahrnuto v ceně kurzu – stačí dohodnout den předem!

KDE: V mateřském centru Karolínka, kde je zázemí pro naši společnou práci i pro naše děti.

KDY: v pondělí dopoledne vždy od 9.30 do 11.30, 2x za měsíc

Začínáme 21.9.!

Další termíny: 21.9., 5.10., 26.10., 9.11., 23.11., 7.12., 14.12

„Rozdíl mezi tím, jestli to někdo někam dotáhne nebo ne, je odvaha včas začít. Maníka, který tiše sedí a dělá jenom to, co mu je řečeno, nikdo nepožádá, aby udělal něco velkolepého.“

Charles M. Schwab, 1862-1939, průmyslový magnát

Kurz Víím, kdo jsem je součástí projektu **Šťastná máma** Martiny Mikolášové.

www.martinamikolasova.cz

**Do kurzu se přihlásíš na e-mailové adrese
kralovnasvehozivota@gmail.com**

**Přijď také na přednášku "Jak vychovat šťastného člověka."
V MC Karolínka, ve středu 16.9.2015 od 18.00**

Chceš se podívat na seriál krátkých videí z cyklu Vím, kdo jsem?

Klikni [sem!](#) (a roluj dolů)

Máš čas? Chceš se podívat, kam až Tě kurz může dovést? Podívej se na webinář [Staň se královnou svého života.](#)