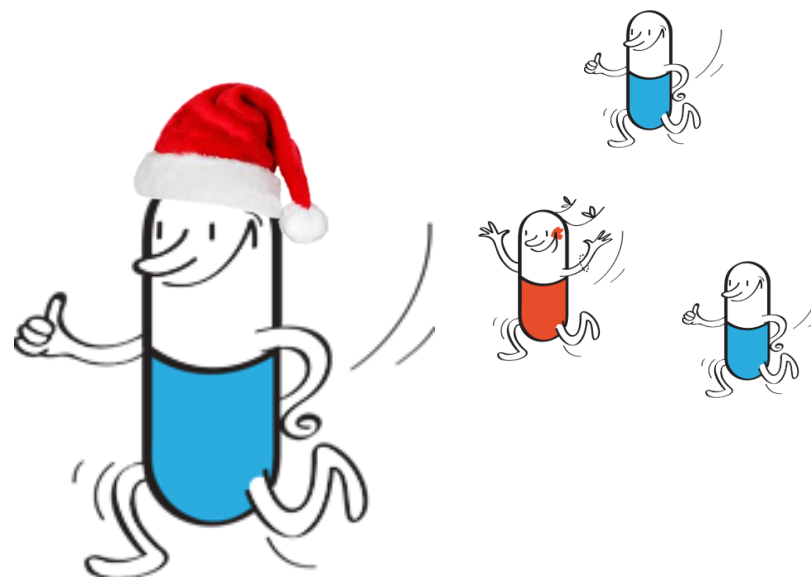


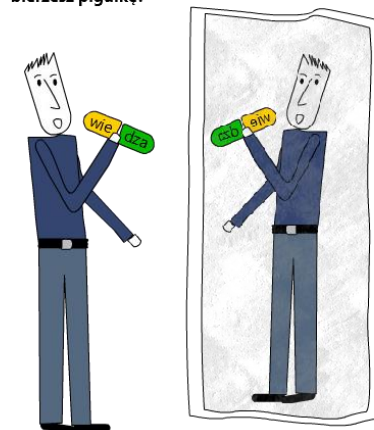
Nieustannie rozwijamy się,
by móc rozwijać innych...

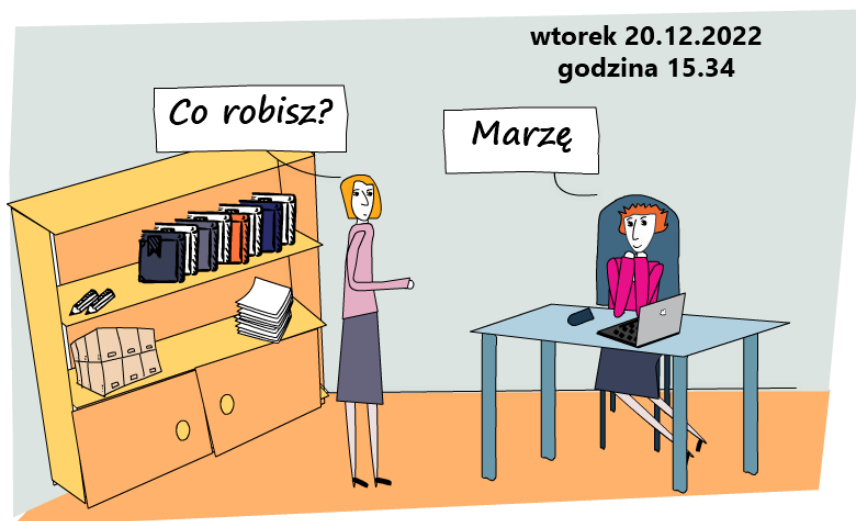
Święta prawda...



Czyli pigułka świąteczna

Kto kontroluje w jaki sposób
bierzesz pigułkę?







Szukaj sensu.
I znajdź sens.
W tym co robisz.
Gdy coś nie ma
sensu, nie rób.

Nie bądź
z sobą. Bądź
z innymi.

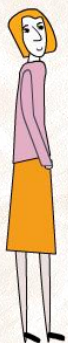
Wzmacniaj
poczucie wpływu.
Będziesz mieć więcej
siły i... zdrowia

Chodź na spacer.
Do lasu, do parku.
Albo uprawiaj ogród.
Ogródek. Działkę.
Ziemia+ zielone

Odróżniaj wartości
prawdziwe od
śmieciowych.
Poświęć swój czas
na prawdziwe.

O! Są!

Badania mi
pomogły





Sensem jest to, czemu nadasz sens. Odkrywaj swój sens.

Szukaj sensu. I znajdź sens. W tym co robisz. Gdy coś nie ma sensu, nie rób.

Nie bądź z sobą. Bądź z innymi.

Badania pokazują, że samotność sprzyja smutkowi. Raduj się i pomagaj radować się innym. Buduj więzi, twórz stado :-)

Poczucie wpływu, kontroli, wzmacnia odporność psychiczną i fizyczną. Są na to badania!

Wzmacniaj poczucie wpływu. Będziesz mieć więcej siły i... zdrowia

Jakoś tak poważnie się zrobiło

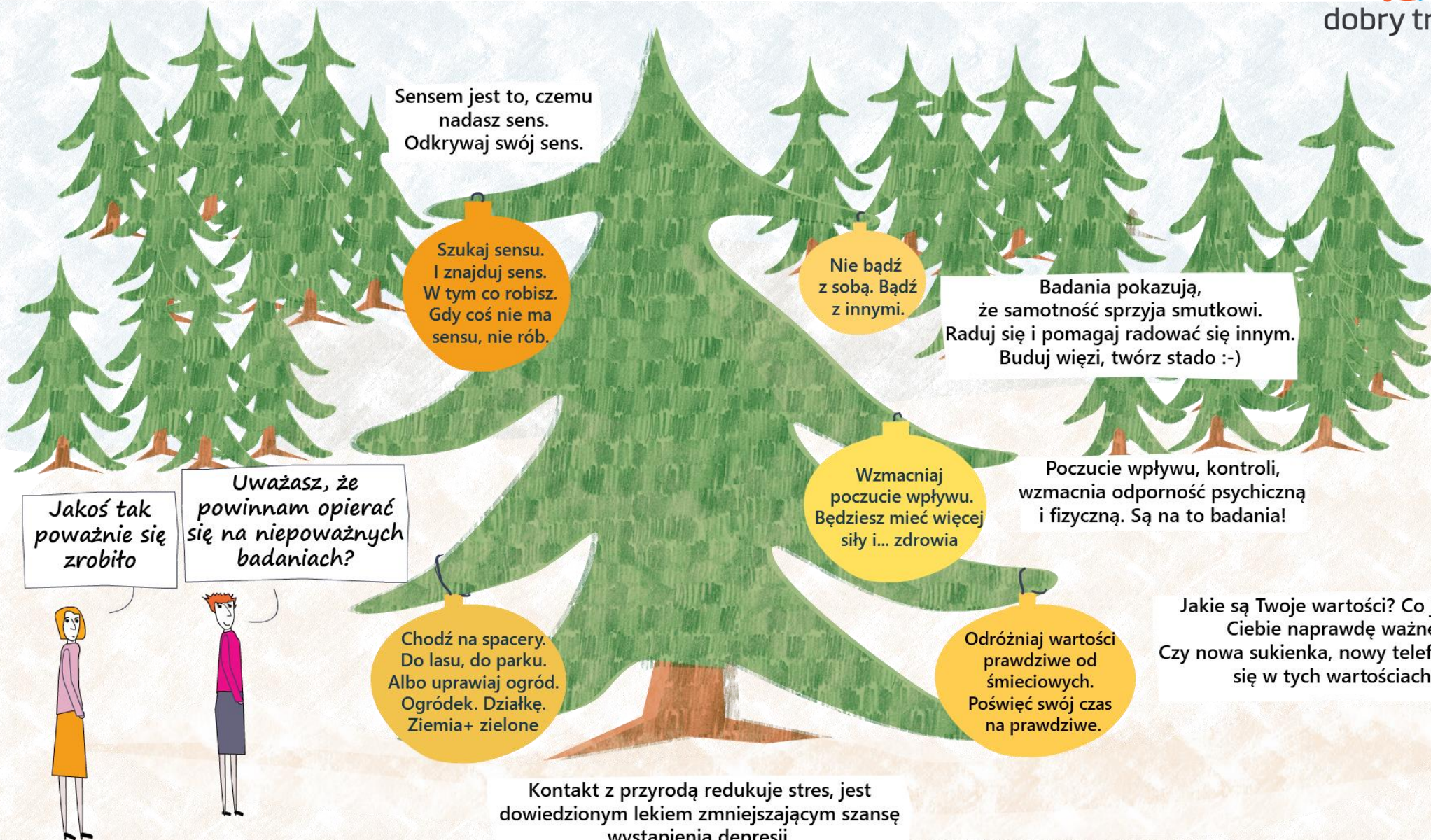
Uważasz, że powinnam opierać się na niepoważnych badaniach?

Chodź na spacer. Do lasu, do parku. Albo uprawiaj ogród. Ogródek. Działkę. Ziemia+ zielone

Odróżniaj wartości prawdziwe od śmieciowych. Poświęć swój czas na prawdziwe.

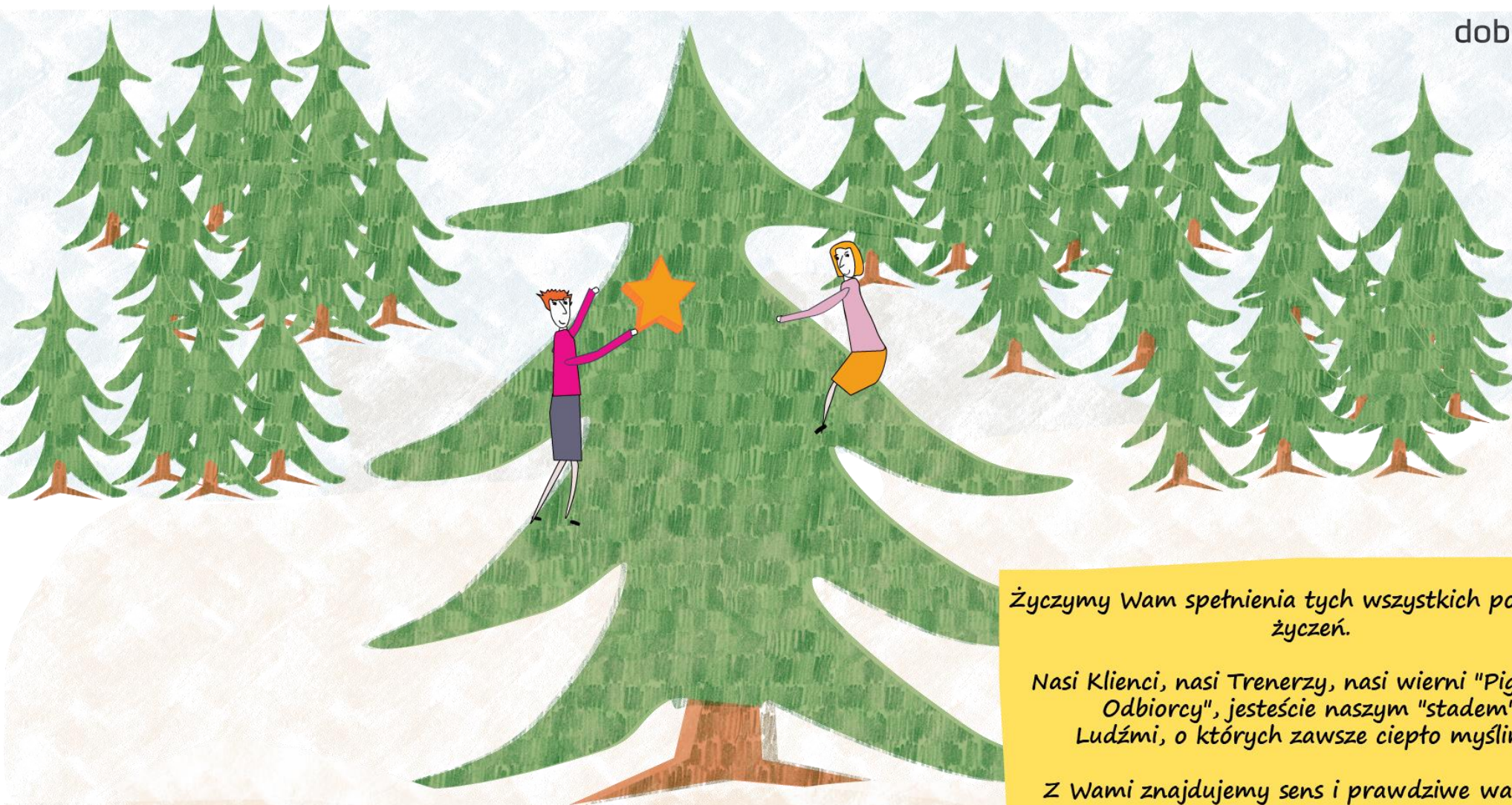
Jakie są Twoje wartości? Co jest dla Ciebie naprawdę ważne? Czy nowa sukienka, nowy telefon mieści się w tych wartościach?

Kontakt z przyrodą redukuje stres, jest dowiedzonym lekiem zmniejszającym szansę wystąpienia depresji.





dobry trener

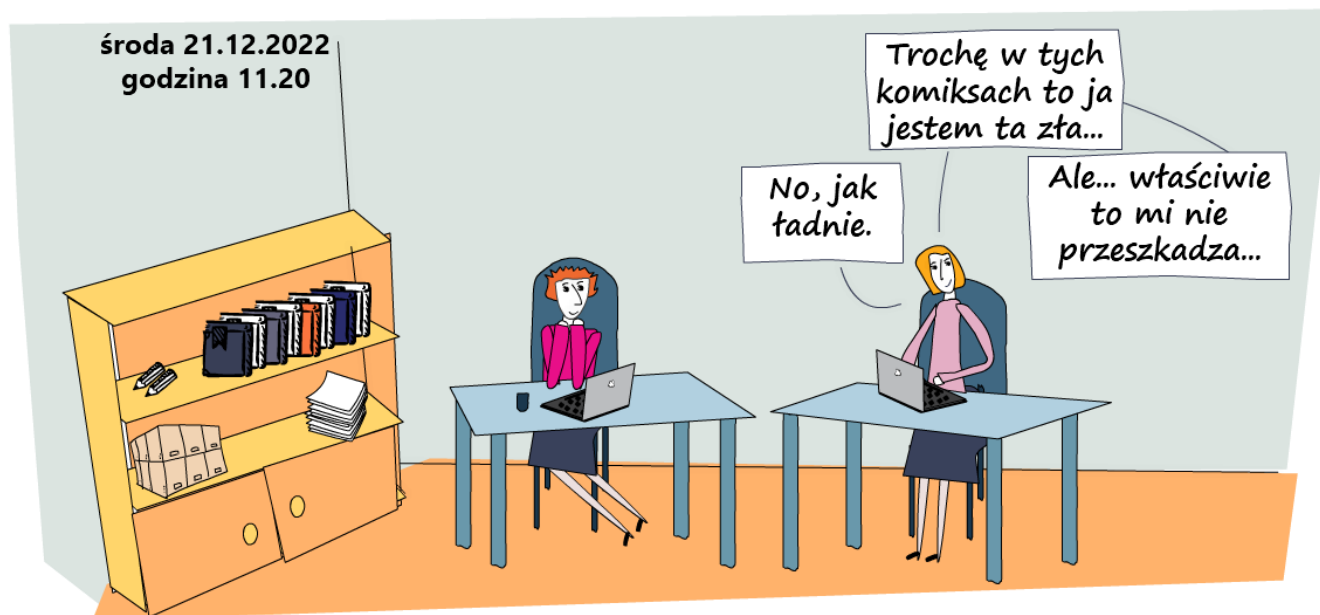


*Życzymy Wam spełnienia tych wszystkich poważnych
życzeń.*

*Nasi Klienci, nasi Trenerzy, nasi wierni "Pigułkowi
Odbiorcy", jesteście naszym "stadem".
Ludźmi, o których zawsze ciepło myślimy.*

Z Wami znajdujemy sens i prawdziwe wartości.

*Dziękujemy Wam za bycie z nami do tej pory.
Sobie życzymy, byście nadal z nami byli :-)*



Chcesz powiedzieć, że pigułka Ci się podobała?

Masz pytanie?

Napisz:
kontakt@dobrytrener.pl

A może chcesz powiedzieć, że pigułka Ci się bardzo podobała?



Łap pigułkę....

