

Bezpłatny webinar z coachem
i psychologiem Piotrem Cieleckim

Bądź twórcą własnej rzeczywistości

18 kwietnia 2024 r., godz. 10:00

ZAPISUJĘ SIĘ



Podczas webinaru skupimy się na tym, w jaki sposób kształtować nawyki, które ułatwią Wam prowadzenie zdrowego trybu życia, przestrzegania zdrowej i zrównoważonej diety oraz budowania ogólnego poczucia dobrostanu psychicznego i fizycznego.

Piotr przekaze również instrukcje postępowania, dzięki którym łatwiej będzie pozbyć się **nawyków szkodliwych**. Jakie to są nawyki? Te, które sprawiają, że pomimo kolejnych prób, wracamy na dawne tory i kontynuujemy zachowania oddalające nas od zdrowia, sprawności i upragnionej sylwetki. Uczestnicy dowiedzą się, w jaki sposób zaangażować w kształtowanie właściwych nawyków swoich bliskich, rodziny, dzieci i przyjaciół, jak stworzyć optymalne środowisko wspierające zmianę zachowań i jakich popularnych błędów unikać.

Miłośnicy intelektualnych uniesień również znajdą coś dla siebie! Pokażemy, w jaki sposób kształtować nawyki wspierające nasz rozwój duchowy i emocjonalny, jak pomóc dzieciom w budowaniu odpowiedniego nastawienia i jak sprawić, by nasze zakorzenione przekonania nie sprowadziły nas na manowce.

A wszystko to na konkretnych przykładach, na wysokiej energii i z poczuciem humoru – już 18-ego kwietnia o 10:00!

Program webinaru:

- 01 Jak kształtować pozytywne nawyki?
- 02 Jak pozbyć się szkodliwych nawyków?
- 03 Jak zaangażować swoich najbliższych w kształtowanie nawyków?
- 04 W jaki sposób stworzyć optymalne środowisko aby nawyki pozostały z nami na długo?
- 05 Jak rozwijać nawyki wspierające nasz rozwój duchowy i emocjonalny?
- 06 Jak unikać pułapek wynikających z zakorzenionych przekonań?

Czas trwania webinaru:

60 minut

Webinar przeprowadzi:

Piotr Cielecki: ekspert Harvard Business Review i Tygrysów biznesu, absolwent Uniwersytetu Łódzkiego, certyfikowany coach ICC, psycholog, mentor oraz autor książek. Mówca motywacyjny biznesu z jedenastoletnim doświadczeniem, którego wysłuchało ponad półtora miliona osób w Polsce i na świecie, regularnie goszczący w telewizji i radiu w charakterze eksperta. Tylko w 2022 roku wygłosił 71 power speechy do grup od kilkudziesięciu do kilku tysięcy słuchaczy. Jego hasłem jest skuteczność na pierwszym miejscu!

ZAPISUJĘ SIĘ



Zapisz się do newslettera

#VANITYVIBE

i vibuj z nami!

Zapisz się do newslettera i odbierz bezpłatny e-book "Zdrowo, czyli jak? Jak odnaleźć się w gąszczu sprzecznych informacji?"

POWIEDZ NAM TAK!