



Kobietą Być

Kobietą BYĆ z dnia 20.05.2016

Jak zwykle Panie z naszego koła spędziły miło swój czas. Nie zaniedbując obowiązków domowych znalazły czas, aby spotkać przy kawce i wziąć udział w warsztatach z Panią Alicją Żakowską - coachem, specjalistą ds. marketingu, dziennikarką. Podczas piątkowego spotkania rozmawiałyśmy o jednej z nadrzędnych wartości jaką jest **CZAS**. Wspólnie zastanawiałyśmy się nad marnowaniem czasu, złym wykorzystywaniem go na niepotrzebne rzeczy, ale mówiłyśmy również o traceniu czasu na niepotrzebne i szkodliwe emocje. Panie aktywnie uczestniczyły w rozmowie oraz w wykonywanych ćwiczeniach.



QUARTZ



Druga część spotkania dotyczyła tematu, na co warto poświęcić swój czas oraz w jaki sposób cieszyć się, dziękować i doceniać to co mamy. Czas tak szybko upływa, że szkoda go marnować na negatywne emocje. Nie marnujmy cennego czasu on tak szybko płynie, cieszymy się każdą chwilą i pamiętajmy o ważnych w życiu słowach: KOCHAM, PROSZĘ, DZIEKUJĘ i PRZEPRASZAM. Właśnie takie warsztaty pozwalają zrozumieć sens pełni życia.

Wyjazd do ogrodów kaszubskich
Kościerzyna wyjazd 9.06.br godz.8.00
Następne spotkanie "Być Kobietą"
24.06.2016 godz. 17.30





Kobietą Być



QUARTZ









