# Návrat do práce s lehkostí

**“Kde teď jsem, kam chci jít a co k tomu potřebuji”**

**Motto: “Za každou profesí je člověk.”**

**lektorky:**

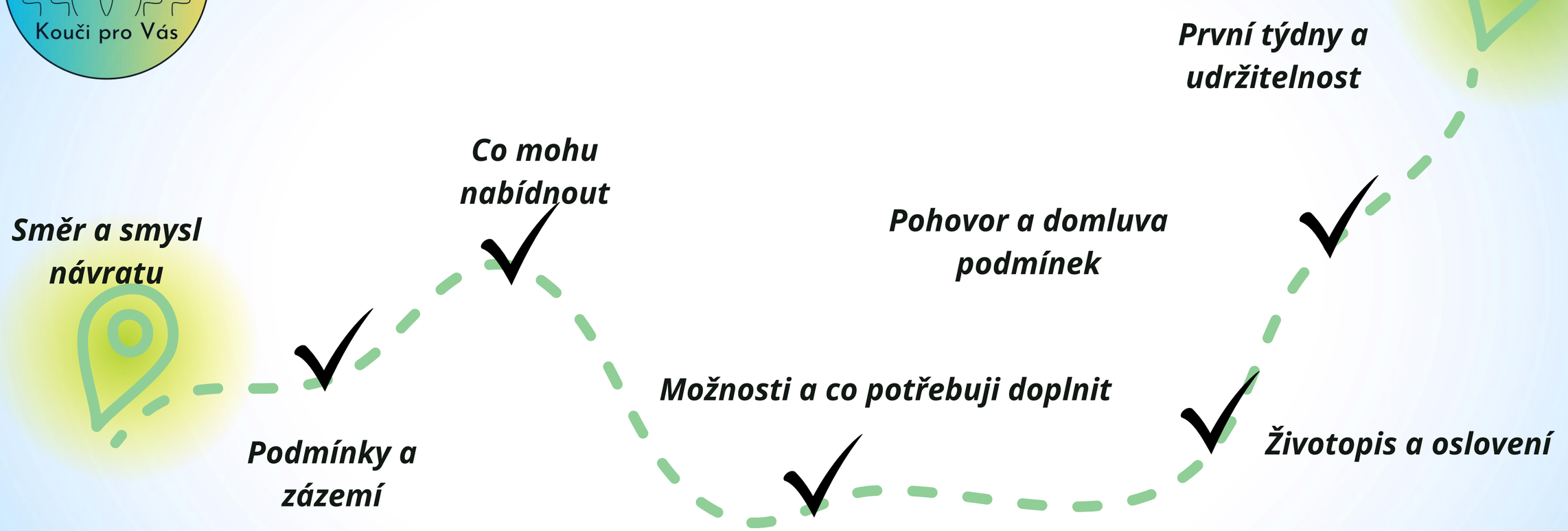
**Lenka Hanuš Leitgebová, ACC**



**Mgr. Veronika Vojtová, ACC**

© 2024 Kouči pro Vás, z. s. ® ©
Název a logo Kouči pro Vás – ochranná známka č. 407175, zapsaná v ČR.
Veškerý obsah je autorským dílem spolku. Kopírování a šíření bez souhlasu není povoleno.

# Každá startovní pozice je v pořádku!



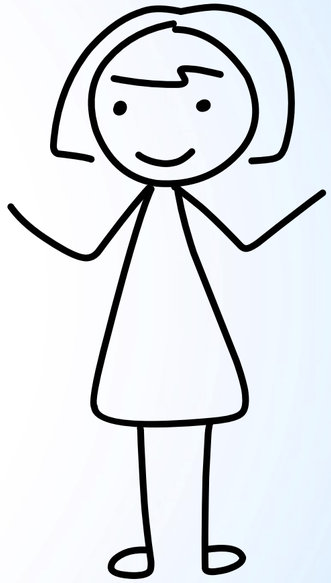

© 2024 Kouči pro Vás, z. s. ® ©
Název a logo Kouči pro Vás – ochranná známka č. 407175, zapsaná v ČR.
Veškerý obsah je autorským dílem spolku. Kopírování a šíření bez souhlasu není povoleno.

Kouči pro Vás

# Co jste objevili?

# Co by pro Vás znamenalo posunout se o jeden bod?

# Kdo a nebo co Vás může podpořit?



© 2024 Kouči pro Vás, z. s. ® ©
Název a logo Kouči pro Vás – ochranná známka č. 407175, zapsaná v ČR.
Veškerý obsah je autorským dílem spolku. Kopírování a šíření bez souhlasu není povoleno.

# Můj malý krok a zdravé hranice



**Jaký je můj první malý krok?**

**Kdo nebo co mě v něm podpoří?**

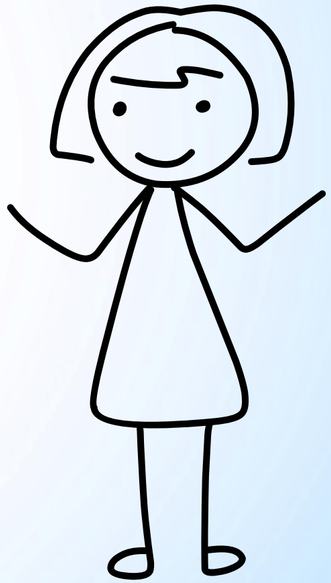
**Technika SNVRZ - vědomá reakce**

**S – Stop (zastav se)**
**N – Nádech (zklidni tělo)**
**V – Vnímání (co prožívám)**
**R – Reakce (vyber si odpověď)**
**Z – Zpětná vazba (řekni zdravé „ne“)**

© 2024 Kouči pro Vás, z. s. ® ©
Název a logo Kouči pro Vás – ochranná známka č. 407175, zapsaná v ČR.
Veškerý obsah je autorským dílem spolku. Kopírování a šíření bez souhlasu není povoleno.

# Vykročte do nové kapitoly :)

**Nemusíte mít vyřešené vše hned teď!**
**Důležité je, že víte jak a uděláte první krok.**



☕ **Přijďte si za námi popovídat k našemu stánku**



**Kontakty:**

🌐 **www.kouciprovas.cz**
💼 **LinkedIn: Kouči pro Vás**

© 2024 Kouči pro Vás, z. s. ® ©
Název a logo Kouči pro Vás – ochranná známka č. 407175, zapsaná v ČR.
Veškerý obsah je autorským dílem spolku. Kopírování a šíření bez souhlasu není povoleno.