



Zveme vás na seminář

Pohoda jako životní strategie

Hotel pod Pralesem, Krkonoše

11. - 12. září 2026

Co vás čeká:

Program s Jitkou

- Vnitřní síla, vnější lehkost
- Hlava v klidu, život v chodu
- Psychická odolnost v době digitální
- Obrana proti manipulaci
- Sám sobě manipulátorem?
- Co dělat, když se nám nedaří
- Přetavte neúspěch ve zkušenost



Program s Lenkou

- Zdravý spánek
- Vlivy na naši náladu
- Pohodové nastavení
- Antistresové desatero
- Fytoterapie, homeopatie, Bachovy esence na míru
- Relaxační metody a aromaterapie v praxi



Důležité informace:

Začátek programu: 11.9. v 17:00 hodin, konec 12.9. v odpoledních hodinách

Lektorné: 3900 Kč pro poradce, 4900 Kč pro ostatní

Max. kapacita: 2 skupiny po 15 osobách