RETREAT

Místo, kde se rodí nová naděje



RETREAT

Místo, kde se rodí nová naděje

Každá žena se cítí dobře, když je zdravě sebevědomá, sebejistá a uvědomuje si svou vlastní hodnotu. Když může být sama sebou a má kolem sebe lidi, kteří ji přijímají a podporují.

Žena je většinou také pečovatelkou. Často se stará o rodinu, děti, partnera i další blízké. Na retreatu má možnost zakusit, jaké to je, když je pečováno o ni samotnou.

Náš retreat je otevřený také mužům, kteří chtějí věnovat čas sobě, svému rozvoji a společným diskuzím. Péče, podpora a prostor pro vlastní témata mají své místo v životě každého z nás.

Jaké to je, když péči, kterou tak přirozeně dáváš druhým, na chvíli přijímáš ty sama?



PROČ PRÁVĚ OPATIJA

Když jsem hledala místo, kde bych mohla propojit svou lásku k moři s profesní prací a společným setkáváním, objevila jsem Opatiji. Získala si mě promenádou Lungomare, parky a elegancí přímořského města.

Začala jsem se sem vracet za odpočinkem i tvorbou. Právě tady, s výhledem na moře, vznikaly nápady pro mé kurzy a koučovací výcviky. Postupně ve mně dozrálo přání sdílet toto místo i s ostatními.

Dívka s rackem, jeden ze symbolů Opatije, pro mě představuje svobodu, vnitřní sílu a odvahu dívat se za obzor.

Dnes se tu při našich retreatech propojuje osobní a profesní rozvoj s procházkami podél pobřeží, společnými rozhovory a časem pro sebe.



ČAS PRO TVŮJ OSOBNÍ I PROFESNÍ ROZVOJ

Po celou dobu retreatu se účastníkům osobně věnuji a přináším jim své dlouholeté zkušenosti z koučovací a lektorské praxe.

PRAKTICKÝ MENTORING A REÁLNÉ KOUČOVACÍ SITUACE

Pracujeme s konkrétními situacemi z praxe, hledáme nové přístupy a rozvíjíme profesní jistotu. Součástí je osobní zpětná vazba, sdílení zkušeností a prostor pro individuální otázky.

PROSTOR PRO TVÁ VLASTNÍ TÉMATA

Věnujeme se také tomu, co právě řešíš v osobním životě, co chceš změnit a kam se chceš posunout. Společné diskuze a praktická cvičení přinášejí nové pohledy i podněty pro konkrétní kroky.

RETREATOVÝ DENÍK

Součástí retreatu je práce s retreatovým deníkem. Nabízí prostor pro vlastní uvědomění, odpovědi na otázky i zachycení toho, co si chceš ze společného času přenést do každodenního života.



Co si ženy odvážejí z Opatije

„Čas pro mě. Čas strávený s úžasnými ženami na nádherném, energeticky nabitém místě.“

„Nejpřínosnější pro mě byla skvělá komunita žen, společné diskuze během praxe i po ní, meditace u moře a chvíle plné smíchu.“

„Ženská energie, uvolněné flow, společná témata, souznění, seberozvoj, předávání zkušeností, příjemný čas ve společném rozjímání a rozhovorech.“

„Retreat mi přinesl posílení sebevědomí a uvědomění, že jsem se vydala správnou cestou.“

„Přinesl mi pochopení toho, že nemusí být vždy vše hned. Důležité jsou malé kroky, které vedou k cíli.“

„Retreat mi přinesl nové znalosti a praktiky. A také vnitřní klid.“

Z ohlasů účastnic profesního retreatu v Opatiji

OSOBNÍ POZVÁNÍ

Zvu tě na čtyři dny do Opatije, během kterých budeš mít čas na sebe, svá témata, nové zkušenosti i společné sdílení.

Přijeď si pro svou NOVOU NADĚJI.

Těším se na naše setkání.



Hanka Lustiková

Zakladatelka akreditované Školy koučinku
a autorka metodiky Self-Love Coaching®

www.selflovecoach.cz/opatija-2027/

ZŮSTAŇME V KONTAKTU

www.selflovecoach.cz
Instagram: @skola.koucinku
info@skola-koucinku.cz
+420 737 724 177