

Karta motywacyjna

DZIEŃ 9

To nie jest zwykła karta. To Twój codzienny
impuls do refleksji, **ROZWOJU**
i mikrozmiany...

www.zainwestujwsiebie.pl



DZIEŃ 9 - ZATRZYMAJ SIĘ NA CHWILĘ

HASŁO: Czasem największy postęp to... pauza.

DZIAŁANIE: Zaplanuj dziś świadomą przerwę. Bez telefonu, maili, obowiązków. Czasem nawet komputer potrzebuje resetu. A Ty nie jesteś maszyną.

COŚ EKSTRA: "Kiedy czujesz, że nie masz czasu na odpoczynek, pamiętaj, że to ten moment, kiedy musisz znaleźć czas na odpoczynek." – Matt Haig

TWOJA PAUZA:

.....

.....

.....

.....

REFLEKSJA: Odpoczynek to nie strata czasu. To inwestycja w regenerację i świeże spojrzenie. W projekcie **Kierunek – Rozwój** stawiamy na świadome zatrzymanie się - przed rozmową z doradcą zawodowym jest przystanek na autorefleksję. To moment, by pomyśleć o tym, co naprawdę chcesz osiągnąć i jaki masz do tego potencjał. Taka przerwa pozwala lepiej przygotować się do dalszej drogi. Bo projekt daje przestrzeń, by rozwijać się w zgodzie ze sobą.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego