



## Silvestrovské zamyšlení

Milí čtenáři,

tak tu máme další přelom roku.

Rok 2024 je za námi a já vám nabízím malou bilanci.

Ne, nebojte, nebudu vás unavovat statistikou ani zbytečným patosem. Pojdme se na to podívat tak, jak to bylo – otevřeně a s nadhledem.



## **Co si z roku 2024 odnést?**

Každý z nás má za sebou momenty, na které je pyšný, a pak ty, u kterých si říká: „Proč jsem sakra...?“

U těch prvních se zastavme. Připomeňte si chvíle, kdy jste překonali sami sebe, řekli „ano“ výzvě nebo „ne“ něčemu, co vás táhlo ke dnu.

Tyhle momenty jsou důkazem, že na to máte.

A co ty druhé?

Ne, není to ideální, ale co naděláme. V každé chybě je schované poučení (někdy dost dobře maskované).

Takže klid – pokud jste něco nedotáhli nebo rozhodnutí nebylo úplně top, vezměte si z toho lekci a jdeme dál.

## **Rok plný témat a inspirace**

Během roku jsme se věnovali spoustě zajímavých témat: sebevědomí, strach a jak z něj udělat parťáka, budování návyků, prokrastinace, spokojenost se sebou ...

Byla toho hromada, co říkáte?

Každé číslo nabízelo otázky, nápady a cvičení, které vám – aspoň doufám – pomohly vidět věci z trochu jiné perspektivy.

## **A co dál?**

Nový rok je tady a s ním i spousta otázek:

Co dál? Co změnit? Co dělat jinak?

Tady je jeden tip: Nepřemýšlejte o všem najednou. Začněte jednou malou věcí – konkrétním krokem, který vás posune.

Mít vše vyřešené hned 1. ledna (ani 31. ledna) nejde. Dejte si čas.

A nezapomeňte na to nejdůležitější – udělejte si prostor pro sebe.

Nemusíte hned zachránit svět, stačí zachránit klid ve vlastní hlavě.

Rok 2025 přinese nové příležitosti, výzvy a možná i pár překvapení.

Na co se ale můžete spolehnout, je to, že:

- ① I malé kroky vedou k velkým změnám.
- ② Chyby nejsou selhání, ale příležitosti k růstu.
- ③ A nikdy není pozdě začít znovu – s čistým štítem, s novou energií a vírou, že to zvládnete.

## **Hrajte naplno, ne na jistotu**

Představte si, jaký by mohl být váš rok 2025, kdybyste se nebáli žít naplno.

Co kdybyste v nadcházejícím roce víc riskovali, víc snili a více se smáli?

Stojí to za vyzkoušení!

Tak jako každé vydání zpravodaje, i tento končí otázkou:

**Co si odnesete z letošního roku? A co už skutečně odhodíte a necháte minulosti?**



**Děkuji vám!**

Děkuji vám za vaši přízeň a za to, že si nacházíte čas Číst můj zpravodaj.

Doufám, že vám přináší inspiraci, úsměv a chuť posouvat se dál.

Přeji vám šťastný a úspěšný nový rok 2025!

Ať je plný odvahy, radosti a toho správného humoru, který nám vždycky pomůže překonat i ty největší výzvy.

Ať se vám daří dělat kroky k velkým i menším změnám a nezapomeňte si to užít!

S vděčností za společný rok



Vaše koučka Petra Plevová

---

Jsem kouč pro ty, kdo nechtějí stát na místě.

Pomohu vám posunout se v životě dál.

Jsem váš partáček při plnění snů.

Kontaktujte mě na

[p.plevova@agenturapoznani.cz](mailto:p.plevova@agenturapoznani.cz),

tel.: 774 540 548