

10 NØGLER TIL ET LIV MED TID NOK

— SÅDAN SKABER DU RO I EN TRAVL HVERDAG

Er du træt af at løbe stærkt – uden helt at vide hvorfor?

Kom med til et tankevækkende foredrag, hvor vi stiller skarpt på det moderne menneskes travle liv og undersøger, hvordan du kan finde tid til det, der betyder mest for netop dig.

Med udgangspunkt i sin aktuelle bog *10 nøgler til et liv med tid nok* deler journalist og forfatter Janni Pilgaard personlige erfaringer, samfundsmæssige indsigter og konkrete værktøjer til at skabe mere tid og ro i hverdagen – uden at du skal ændre hele dit liv.

Du får:

- Viden, så du forstår, hvorfor vi føler os pressede.
- Refleksioner over tid, nærvær og prioriteringer.
- Praktiske nøgler til at skabe en hverdag med mere mening.

Et arrangement til dig, der længes efter at leve lidt langsommere – og lidt mere bevidst.

Arrangementet kan laves både som foredrag, workshop og vandretur og i forskellige længder.

DELTAGERE SIGER OM TIDLIGERE FOREDRAG:

"Janni har en evne til at være nærværende på en måde, så hun stiller de rigtige spørgsmål, som sætter tanker i gang."

"Janni leverer et spændende personligt foredrag, der griber opmærksomheden og rører publikum. Det sætter en masse tanker i gang og sætter perspektiv på ens eget liv."



Foredraget bygger på bogen *10 nøgler til et liv med tid nok*, som er en undersøgelse af, hvordan vi påvirkes af hverdagens høje tempo, og en praktisk guide til at skabe mere tid til det, som betyder noget i dit liv.

EN LÆSER SIGER OM BOGEN:

En kæmpe invitation til at reflektere over, hvordan vi bruger- og forholder os til – vores tid. Den er overskuelig og let at læse og forstå, så man netop kan få det gjort (også selvom man synes, man har travlt)"

BOOK

Kontakt Janni Pilgaard på kontakt@jannipilgaard.dk eller tlf. 22750896 og hør mere.
Eller læs mere på jannipilgaard.dk