

TAG MAGTEN OVER DIN TID TILBAGE

— HVEM BESTEMMER EGENTLIG OVER DIN TID?

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

Mange af os føler, at tiden styrer os – ikke omvendt. Vi løber stærkt, fylder kalenderen og forsøger at få hverdagen til at hænge sammen, men ender alligevel med at føle os bagefter.

I dette foredrag stiller jeg skarpt på, hvorfor det moderne liv efterlader så mange af os med en oplevelse af tidspres – og hvordan vi kan tage magten over vores tid tilbage.

Med afsæt i bogen *10 nøgler til et liv med tid nok* får du både indsigt i de samfundsmekanismer, der former vores forhold til tid – og helt konkrete redskaber til at skabe mere ro, nærvær og meningsfulde prioriteringer i hverdagen.

Du får:

- Viden, så du forstår, hvorfor vi har mistet magten over vores tid.
- Refleksioner over tid, nærvær og prioriteringer.
- Praktiske nøgler til at skabe en hverdag med mere mening.

Et foredrag til dig, der længes efter at leve mindre på autopilot – og mere i takt med dine egne værdier.

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