Luni 28

#GammaQueen vrea să revoluționeze modul în care femeile interacționează între ele, cu emoțiile, cu lumea din jur.

Știe că cu cât este mai prezentă, mai stăpână, mai blândă, lumea din jur se schimbă în bine.

Schimbă conversațiile, schimbă lumea, inspiră!

Marti 29

Non-judecata. Ce înseamnă să nu judeci, pe tine sau pe alții?

Înseamnă să privești obiectiv lucrurile care se întâmplă, doar să observe și să nu le cataloghezi ca fiind bune sau rele.

Ce l mai aspru ne judecăm pe noi înșine. Dar în loc să facem asta, ce ar fi dacă doar am privi obiectiv acțiunile pe care le întreprindem și am gândi ‘am făcut tot ce am putu și am știut mai bine la momentul respectiv’?

Așa nu ne-am mai pedepsi atât de aspru singuri și ne-am iubi maim ult, pentru că întotdeauna facem tot ce putem și știm mai bine.

Miercuri 30

Ca în fiecare miercuri ne vedem live pe grupul Zestre pentru Viață!

De la 19:00 te invit să urmărești live dezbaterea subiectului ales de membrii grupului.

Joi aici -> <https://bit.ly/3gSzUxD>

Joi 1 july

S-a scurs prima jumătate de an 2021!

Bun venit, Iulie!

Ce planuri ai luna aceasta? Mergi în concediu? Dacă da, unde?

Vineri 2

Gândirea este procesul de întrebări și răspunsuri.

Întrebările pe care ți le pui și răspunsurile pe care le dai reprezintă gândurile tale.

Atunci când treci printr-o situație care nu îți este prielnică, în loc să te întrebi ‘de ce mi se întâmplă asta?’ întreabă-te ‘și ce poate să însemne asta? Ce am de învățat de aici?’

Care sunt întrebările pe care ți le adresezi cel mai des?

Sambata 3

Astăzi este ziua în care te uiți în oglindă și observi toate calitățile pe care le ai.

Astăzi este vorba despre stima de sine. Despre cât de mult te iubești tu pe tine însuți.

Astăzi este ziua în care îți complimentezi oglinda, sau mai bine zis ceea ce vezi în oglindă 😊

Cum te vezi? Fă-ți complimente, admiră-te, iubește-te!

Duminica 4

“Fiecare poveste de succes este o poveste cu ajustări, adaptări și schimbări făcute pe parcurs.” – Richard Branson

Când pleci la drum cu un plan, dar pe parcurs planul se schimbă, acceptă schimbările.

Unele lucruri vin de la sine și poate uneori te frustrezi că nu merg toate cum ți-ai dori, însă nu uita că totul se întâmplă cu un scop.