



OFERTA

LIFE BALANCE WEEKEND

2 - 4 październik 2026

Twoja osobista transformacja. Przystanek na drodze do życia w pełnej harmonii, spokoju i sprawczości.

Life Balance Weekend

**Zatrzymaj się. Odzyskaj równowagę.
Wróć z nową perspektywą.**

Żyjemy coraz szybciej. Wypełniamy kalendarze, realizujemy kolejne cele, dbamy o innych i odhaczamy następne zadania. A jednak coraz częściej pojawia się pytanie:

- **Czy to życie, które prowadzę, naprawdę jest moje?**
- **Czy wiem, dokąd zmierzam?**
- **Czy moje codzienne decyzje prowadzą mnie do życia, którego naprawdę pragnę?**

Life Balance Weekend powstał właśnie po to, aby dać sobie przestrzeń na zatrzymanie. Nie po to, by uciec od codzienności, ale by spojrzeć na nią z nowej perspektywy.



To trzy dni świadomego odpoczynku, inspirujących spotkań i wartościowych rozmów. Czas, w którym zadbasz zarówno o swój umysł, jak i ciało. Połączysz rozwój osobisty z aktywnością, refleksję z działaniem, a zdobyte doświadczenia przełożysz na swoje codzienne życie.

To przestrzeń dla osób, które chcą **żyć bardziej świadomie**, podejmować **lepsze decyzje**, budować **wartościowe relacje** i **odzyskać równowagę** pomiędzy życiem zawodowym a prywatnym.

Podczas Life Balance Weekend czekają na Ciebie inspirujące warsztaty, praktyczne narzędzia rozwojowe, aktywności na świeżym powietrzu oraz czas na rozmowy z ludźmi, którzy podobnie jak Ty szukają czegoś więcej niż tylko kolejnego sukcesu.

Bo prawdziwa zmiana nie zaczyna się wtedy, gdy robimy więcej.

Zaczyna się wtedy, gdy na chwilę się zatrzymujemy i świadomie wybieramy kierunek, w którym chcemy iść.

Jeżeli czujesz, że potrzebujesz złapać oddech, nabrać dystansu, spojrzeć na swoje życie z szerszej perspektywy i wrócić z nową energią do działania - Life Balance Weekend jest miejscem właśnie dla Ciebie.

To nie jest kolejny wyjazd.

To inwestycja w siebie, swoje relacje, swoje zdrowie i swoją przyszłość.

Chcesz wiedzieć więcej?

LIFE BALANCE WEEKEND III



ELŻBIETA DÖNMEZ

**Specjalistka Rozwoju Osobowości
& Trenerka Strategii Biznesowej**

TWÓJ OSOBISTY KOMPAS DOBROSTANU: NA BAZIE PROFILU DISC

Elżbieta Dönmez to autorka unikalnego programu **łąącego twardą logikę biznesową z głęboką pracą nad samoświadomością**. W ciągu pięciu godzin uczestnicy przechodzą pełną ścieżkę: od uczciwej diagnozy własnej energii, przez poznanie swojego profilu behawioralnego DISC, aż po praktyczne narzędzia komunikacji i osobisty plan wdrożenia zmian w codziennym życiu.

4 KLUCZOWE MODUŁY WARSZTATU:

MODUŁ I: Diagnoza Stanu Obecnego

Audyt energii & Zauważenie siebie: Zlokalizujesz energetyczne „wycieki”, ocenisz wpływ przebudźcowania na Twoje decyzje biznesowe i sformułujesz swoją osobistą intencję.

MODUŁ II: Kod Twojej Osobowości (DISC)

Poznaj swój profil: Odkryjesz, który z profili DISC dominuje u Ciebie. Poznasz swoje naturalne supermoce, unikalne stresory oraz nauczysz się delegować zadania bez poczucia winy.

MODUŁ III: Strategia Relacji i Komunikacji

Budowanie mostów: Nauczysz się błyskawicznie dekodować style zachowań klientów i współpracowników, mówić językiem rozmówcy i neutralizować konflikty ze spokojem.

MODUŁ IV: Strategia Powrotu i Integracji

Twój Osobisty Kompas Dobrostanu: Stworzysz skrojony pod Twój styl życia plan dbania o siebie, przećwiczysz asertywne stawianie granic i opracujesz mikro-nawyki ułatwiające przechodzenie z trybu „praca” w tryb „odpoczynek”.

CELINA RUSEK

Przedsiębiorczyni | Inwestorka | Założycielka
Intenso Nieruchomości | Inicjatorka Life Balance
Weekend | Mentorka rozwoju

KOD OBFITOŚCI

„Jak emocje wpływają na decyzje finansowe,
a decyzje finansowe budują majątek”

Czy pieniądze są tylko wynikiem wiedzy i ciężkiej pracy?

A może znacznie większy wpływ na nasze finanse mają emocje, przekonania i codzienne nawyki, których często nawet nie jesteśmy świadomi?

Podczas tej prelekcji spojrzymy na pieniądze z zupełnie innej perspektywy. Dowiesz się, w jaki sposób nasze emocje wpływają na podejmowane decyzje finansowe, dlaczego jedni odważnie inwestują i rozwijają swój majątek, a inni mimo ogromnego potencjału pozostają w miejscu.

Łącząc model poziomów świadomości Davida R. Hawkinsa z praktycznym systemem zarządzania pieniędzmi Harva Eker, pokażę, jak **świadomie budować nawyki**, które wspierają poczucie obfitości, odpowiedzialności i długoterminowego bezpieczeństwa finansowego.

Podczas prelekcji dowiesz się:

- jak rozpoznać emocje, które wpływają na Twoje decyzje dotyczące pieniędzy,
- które przekonania nieświadomie ograniczają Twój rozwój finansowy,
- dlaczego prawdziwa obfitość zaczyna się od odpowiedzialności, a nie od wysokości dochodów.

To nie będzie wykład o „magicznym przyciąganiu pieniędzy”.

To praktyczna podróż przez psychologię decyzji, świadomość własnych emocji i sprawdzone nawyki finansowe, które pomagają budować stabilność, spokój i dobrobyt – zarówno w życiu osobistym, jak i w biznesie.

Bo majątek nie powstaje z jednorazowych decyzji.

Powstaje z tego, kim stajemy się każdego dnia.





DZIEŃ 1 – PIĄTEK 2 PAŹDZIERNIKA

11:30 – Zbiórka przed spływem kajakowym adres: ul. Główna 2, Krupski Młyn

Zabierzcie ubrania które mogą się zmoczyć, buty do wody, klapki, coś do picia i dobry humor.

12:00 – Spływ kajakowy urokliwą rzeką Mała Panew

Startujemy z nurtem! Czas na pierwsze wyciszenie, odłożenie telefonu i uśmiech na wodzie wśród ciszy lasu.

ok. 16:00 – Zameldowanie w Lando Resort (Ptakowice)

Zakwaterowanie w luksusowych pokojach otoczonych 23 hektarami lasu i zieleni. Czas na osadzenie się w przestrzeni.

18:00 - Plenerowa Uczta BBQ przy Ognisku oraz zabawa integracyjna

Ogień, wyśmienite lokalne menu (m.in. karkówka BBQ, szaszłyki, żurek śląski, oscypek z żurawiną) oraz pierwsze niespieszne rozmowy zapoznawcze.

CO WYWIEZIESZ Z TEGO DNIA?

- **Natychmiastowy reset umysłu:** Przejście z trybu biegu w stan obecności i bliskości z naturą.
- **Fizyczne odprężenie:** Zrzucenie skumulowanego napięcia dzięki aktywnej regeneracji na wodzie.
- **Poczucie swobody:** Wejście w bezpieczną przestrzeń, w której nikt się nie śpieszy.



DZIEŃ 2 – SOBOTA 3 PAŹDZIERNIKA

9:00 – Śniadanie & czas wolny na poranny rozruch wśród natury

Śniadanie dodające energii na cały dzień i łagodne wybudzenie ciała na świeżym powietrzu, dla chętnych spacer.

11:00 – Panel Warsztatowy I – Elżbieta Dönmez (2,5h)

Diagnoza i zmapowanie własnych działań i nawyków oraz odkrycie profilu behawioralnego DISC (z przerwą na aromatyczną kawę).

13:30 – Lunch

14:30 – Panel Warsztatowy II – Elżbieta Dönmez (2,5h)

Strategia relacji, mówienie językiem rozmówcy, stawianie granic oraz tworzenie Osobistego Kompas Dobrostanu.

18:00 – Strefa Regeneracji SPA & Ognisko Integracyjne

Gorąca woda w balii pod gołym niebem, rozgrzewająca sauna w plenerze oraz wieczorna integracja.

Co wywieziesz z tego dnia?

- **Głęboką samoświadomość:** Znajomość swojego profilu DISC, unikalnych stresorów i naturalnych talentów.
- **Praktyczny system ochrony granic:** Konkretnie narzędzia komunikacji i asertywności.
- **Kompleksowy reset ciała:** Połączenie pracy umysłowej z relaksem w saunie i gorącej balii.



DZIEŃ 3 – NIEDZIELA 4 PAŹDZIERNIKA

Motyw przewodni: Nowa Energia & Strategia Wdrożenia

9:00 - Pożywne śniadanie

10:30 - Szkolenie KOD OBFITOŚCI - Celina Rusek

„Jak emocje wpływają na decyzje finansowe, a decyzje finansowe budują majątek”

11:30 - Krąg podsumowujący - dzielenie się doświadczeniami

12:00 – Zakończenie Wyjazdu & Powrót z nową energią

Oficjalne pożegnanie, wymiana kontaktów i powrót do domu ze spokojem w sercu i gotowym planem działania.

Co wywieziesz z tego dnia?

- **Gotowy Kompas Dobrostanu:** Spersonalizowany plan do wdrożenia od następnego dnia pracy.
- **Spokój i klarowność:** Zastąpienie codziennego chaosu precyzyjnie wyznaczonymi priorytetami.
- **Wspierającą społeczność:** Wartościowe relacje z ludźmi o podobnych wartościach i wyzwaniach.

An aerial photograph of the Lando Resort at sunset. The resort features a large, modern building with a dark roof, a large rectangular pool, a circular pool, and a smaller pool with a gazebo. The resort is surrounded by green fields and a dense forest in the background. The sky is filled with colorful clouds in shades of orange, yellow, and blue.

GDZIE SIĘ SPOTKAMY?

LANDO RESORT

- Zatopiony w 23 hektarach zieleni, położony na skraju lasu w Ptakowicach.
- Miejsce, gdzie nowoczesna, elegancka architektura harmonijnie spotyka się z naturą.
- Kameralne, luksusowe pokoje gwarantujące pełen komfort i regenerujący sen.
- Dedykowana, przeszklona wiata szkoleniowa idealna do pracy warsztatowej.
- Plenerowa Strefa Regeneracji SPA: gorąca balia z widokiem na niebo oraz rozgrzewająca sauna.

 **ul. Pod Lasem 11, 42-674 Ptakowice**

Jeśli nie masz jak dojechać, nie martw się załatwimy to.

TU POCZUJESZ SPOKÓJ

LANDO RESORT





OFERTA **LIFE** **BALANCE WEEKEND**

W cenie:

- 2 noclegi w luksusowym Lando Resort
- Udział w 5-godzinny autorskim warsztacie Elżbiety Dönmez („Twój Osobisty Kompas Dobrostanu: Na bazie profilu DISC”).
- Indywidualną diagnozę profilu DISC.
- Szkolenie z kodu obfitości i opracowanie planu finansowego.
- Spływ kajakowy urokliwą rzeką Mała Panew z pełnym wyposażeniem.
- Dostęp do plenerowej Strefy Regeneracji SPA (sauna, gorąca balia).
- Pełne wyżywienie „Smaki Jesieni” (uczta BBQ przy ognisku, eleganckie lunchy, śniadania, rzemieślnicze wypieki, owoce, nielimitowana kawa).
- Stałą opiekę i nieustającą obecność gospodarza - Celiny Rusek.

Data 2-4 PAŹDZIERNIKA 2026

Cena 1650 zł brutto

Limitowana pula miejsc!

Organizator imprezy turystycznej:

EDYTA CZYŻEWSKA Eventy Turystyka i Usługi

Nr wpisu do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Marszałka Województwa śląskiego 1042

Nr Gwarancji Turystycznej M532783 Signal Iduna T.U. SA

JAK DOŁĄCZYĆ?

Wystarczy, że się odezwiesz się telefonicznie lub w wiadomości prywatnej.

To kameralne spotkanie, dlatego lista uczestników jest bardzo ograniczona. Jeśli czujesz, że to dobry moment, zapraszam do kontaktu.

Tu mnie znajdziesz:

TELEFON

600 421 747

celina.rusek@intensonieruchomosci.pl