



LENKA ČERNÁ

KOUČKA | MENTORKA | ŠKOLITELKA

PROFESNÍ PROFIL

Jsem profesionálka pohybující se ve světě osobního růstu více než 16 let. Jsem autorkou knih a publikací pro ženy, často přednáším a školím pro veřejnost i firemní klientelu. Mojí vizí je pomáhat lidem k tomu, aby prožili šťastný a naplněný život.

KONZULTAČNÍ PRAXE

Více než 5000 hodin individuálních konzultací s klienty. Pomoc v oblasti:

- sebevědomí a nedostatečná sebedůvěra
- pomoc při životním a pracovním vyhoření, dlouhodobé vystavení stresu
- negativní emoční naprogramování a emoční detoxikace klienta
- mentoring v oblasti vztahů (manželská krize, rozvod a dlouhodobá samota)
- psychosomatika a energetická cvičení pro navýšení energie a vnitřní stability

FIREMNÍ VZDĚLÁVÁNÍ A PŘEDNÁŠKY

Více než 10 let praxe v oblasti školení a přednášení.

- interní školení pro společnosti: T-MOBILE Czech Republic, Magistrát hlavního města Prahy, Česká pojišťovna, BOSCH DIESEL, Seznam.cz a.s., MAFRA a.s., UNILEVER a.s., Vysoká škola ekonomická, Vysoká škola mezinárodních a veřejných vztahů Praha a další

- témata školení a přednášek: Generální úklid života, Jak se hravě zbavit stresu, Jak funguje psychosomatika, Emoční management, Dokonalé zdraví, Time management pro ženy, Cesta mimořádné ženy, Principy vědomých vztahů

- časové možnosti školení: 2 hodiny (přednáška) | 1/2 denní workshop | celodenní workshop

Časový harmonogram samozřejmě vždy ladíme společně, dle přání klienta.



LENKA ČERNÁ

KOUČKA | MENTORKA | ŠKOLITELKA

PROFESNÍ PROFIL

Jsem profesionálka pohybující se ve světě osobního růstu více než 16 let. Jsem autorkou knih a publikací pro ženy, často přednáším a školím pro veřejnost i firemní klientelu. Mojí vizí je pomáhat lidem k tomu, aby prožili šťastný a naplněný život.

PUBLIKAČNÍ ČINNOST A MÉDIA

Autorka 3 motivačních diářů, knihy pro ženy a spolupracující odborník pro přední česká média

- autorka a moderátorka pořadu "Restart života" na TV Seznam
- autorka motivačních diářů RESTART 2016 - 2018 (celkem prodáno přes 12.000 výtisků)
- autorka knihy "Cesta mimořádné ženy" (vydalo nakladatelství Albatros a.s.)
- pravidelné publikování článků v časopise Svět Ženy, spolupráce s Žena a život, Moje Psychologie, Blesk pro ženy, Proženy.cz, Elle, Cosmopolitan, Týden, MF Dnes a další

DALŠÍ AKTIVITY

Jsem majitelkou školy koučů a mentorů, vedu vlastní tým interních koučů a věnuji se jin józe.

- od roku 2012 školím a certifikuji kouče v mé škole PURE MIND
- vydávám online tréninky a kurzy, natáčím pravidelně videa pro svou komunitu
- vedu vlastní tým koučů a profesionálů v oblasti osobního i zdravotního poradenství (rodinní advokáti, TČM poradenství)
- věnuji se ráda józe, miluji přírodu a volný čas trávím se svou rodinou i naším maďarským ohařem Brunem

KONTAKT

Telefonní číslo: + 420 777 059 078

Email: cerna@mindcorp.cz nebo koucink@gmail.com

Webové stránky: www.lenkacerna.cz | Facebook.com/lenkacerna