

WYZWANIE ADWENTOWE

—

*Między lękiem,
a odwagą*

KALENDARZ + NOTATNIK

Cześć!



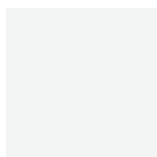
W Twoje ręce oddajemy kalendarz wraz z notatnikiem, który jest integralną częścią wyzwania adwentowego "Między lękiem, a odwagą".

Mamy nadzieję, że pomoże Ci on w systematycznej pracy nad własnymi lękami.

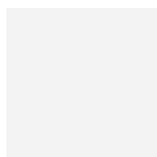
W kalendarzu ohaczaj kolejno wykonane zadania z danego dnia, a w notatniku zapisuj swoje przemyślenia i wykonane zadania.

Owocnej pracy!

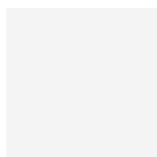
DZIEŃ 1



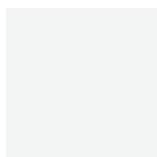
DZIEŃ 2



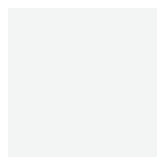
DZIEŃ 3



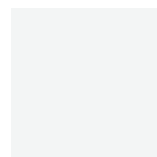
DZIEŃ 4



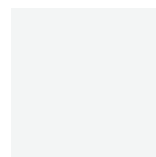
DZIEŃ 5



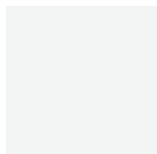
DZIEŃ 6



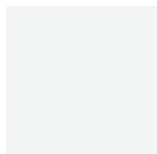
DZIEŃ 7



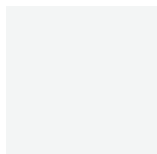
DZIEŃ 8



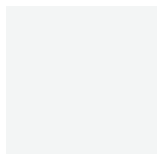
DZIEŃ 9



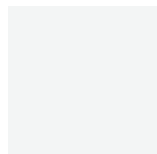
DZIEŃ 10



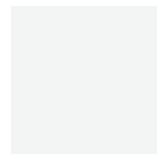
DZIEŃ 11



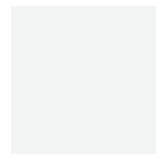
DZIEŃ 12



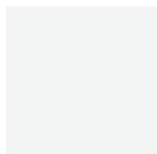
DZIEŃ 13



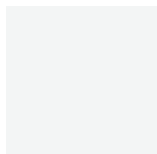
DZIEŃ 14



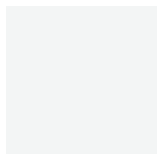
DZIEŃ 15



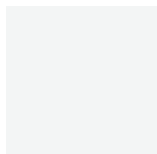
DZIEŃ 16



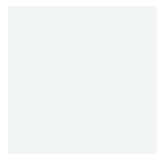
DZIEŃ 17



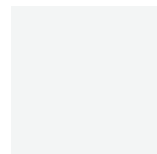
DZIEŃ 18



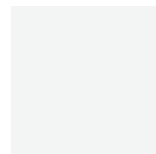
DZIEŃ 19



DZIEŃ 20



DZIEŃ 21



TYDZIEŃ 3

—

Dzień 15 - Gdy wszystko mówi ci
“NIE IDŹ TAM”

ZADANIE

Pomyśl o czymś na czym Ci zależy, a wciąż to odwlekasz.
Zrób to. Pomimo.

A large grid of small dots, intended for writing the response to the task. The grid consists of approximately 25 columns and 35 rows of dots.

Wyzwanie adwentowe “Między lękiem, a odwagą”

TYDZIEŃ 3

—

Dzień 16 - Wyzwanie, które mnie przerasta

ZADANIE

Nazwij, czego konkretnie się boisz, wszystko, co składa się na Twój lęk. Wypisz to na kartce.

A large grid of small dots for writing, consisting of 20 columns and 25 rows of dots.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"

TYDZIEŃ 3

—

Dzień 17 - Spójrz na swój lęk czyimiś oczyma

ZADANIE

Poproś zaufaną osobę, aby porozmawiała z Tobą o Twoich lękach i trzeźwym okiem pomogła Ci spojrzeć na Twoje mocne strony.

A large grid of small dots, intended for writing the response to the task. The grid consists of approximately 20 columns and 25 rows of dots.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"

TYDZIEŃ 3

—

Dzień 18 - Umysł w niewoli wymówek

ZADANIE

Z czego ostatnio zrezygnowałaś, na co miałaś ochotę? Czy było to coś dobrego? Może warto o to zawalczyć? Zapisz możliwości, nawet najbardziej szalone: JAK MOGĘ TO ZROBIĆ? Jeśli nie wiesz, zapytaj odpowiednią osobę, np. Pana Boga na modlitwie. Tylko spokojnie wysłuchaj odpowiedzi serca. Nie słuchaj wymówek umysłu, umysł potrzebuje twojej decyzji.

A large grid of small dots, intended for writing the response to the task. The grid consists of approximately 25 columns and 30 rows of dots.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"

TYDZIEŃ 3

—

Dzień 19 - Współzawodnictwo

ZADANIE

Z kim i o co rywalizujesz? To Twój wróg czy przyjaciel? Jeśli wróg to nawiąż relację, zagadaj, zbuduj atmosferę, w której chciałbyś z nim pracować.

A large grid of small dots for writing, consisting of 20 columns and 25 rows of dots.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"



Dzień 20 - A co jak znowu się nie uda?

ZADANIE

Zastanów się nad jedną rzeczą, którą chcesz zrobić, ale coś cię powstrzymuje. Napisz na kartce, dlaczego chcesz to robić i co się stanie, jeśli ci się nie uda.

A large grid of small dots for writing, consisting of 20 rows and 40 columns of dots.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"

TYDZIEŃ 3

—

Dzień 21 - Zmiana

ZADANIE

Szczerze przypatrz się swoim marzeniom i pragnieniom. W jakim stopniu odzwierciedlają się w tym, co robisz teraz prywatnie i zawodowo?

Wybierz jedno z nich, najlepiej to, którego realizacja wymaga największych poświęceń, i powierz je Panu Bogu, proś Go by pozwolił Ci je spełnić, jeśli taka jest Jego wola.

A large grid of small dots, intended for writing the response to the task.

Wyzwanie adwentowe "Między lękiem, a odwagą"