



Uključite se u radionice na projektu  
“Znanje za zdravlje”



**21. 3. 2017. god. u 17:00 časova**  
**u Svečanoj sali Filozofskog fakulteta (114)**

## **KAKO MENJATI NAVIKE**

**Kultivisanje zdravih navika i stvaranje produktivnih rutina pomaže da se talenat usmeri i realizuju svi naši skriveni potencijali**

**TALENAT + NAVIKE = USPEH**

***Prema Aristotelu mi smo ono što redovno radimo i po tome, uspeh nije čin nego navika.***

Velika i značajna **postignuća nisu rezultat nekog događaja, već su rezultat niza redovnih, dnevnih i kratkih navika i radnji.** Vremenom navike se sve dublje usađuju i teže ih je promeniti. To je naravno korisno za nas kada je navika dobra. Međutim kada je navika štetna, ona može da ima dugoročne loše posledice. **Dobra vest je da nikada nije kasno promeniti neku naviku, a kada promenite jednu naviku, često vidite promenu u ostalim sferama života. Promeniti naviku nije lako, međutim uz istrajnost, adekvatna znanja i veštine to je itekako moguće.**

**Dodite da naučite kako da menjate navike,  
postavite ciljeve po SMART principima  
i da uvedete pozitivne promene u svom životu!**



Radionice organizuje **Centar za podršku studentima** u okviru projekta “Znanje za zdravlje” u saradnji sa Zavodom za zdravstvenu zaštitu studenata Novi Sad i Savezom studenata Filozofskog fakulteta. Pratite naš rad i akcije prema **Kalendaru aktivnosti na sajtu FF.**  
[http://www.ff.uns.ac.rs/fakultet/fakultet\\_centar\\_za\\_podrsku\\_studentima.htm](http://www.ff.uns.ac.rs/fakultet/fakultet_centar_za_podrsku_studentima.htm)