



## PATRYCJA ZAŁUG

Trenerka, coach, autorka książki „100 pomysłów, jak być dla siebie dobrą”. Prowadzi audycje radiowe, spotkania i konferencje. Działa dla społeczności innych kobiet, dzieląc się z nimi doświadczeniem, wiedzą, sposobami na odnajdywanie siebie i sprzeciwianie się własnym słabościom czy schematom.

Dużą część swojej działalności Patrycja wykonuje pro bono, jak choćby webinary, kursy na jej fanpage'u na Facebooku (m.in. „Prze stań się zmuszać. Prosty kurs miłości do siebie”). Jest osobą, dzięki której wiele kobiet odnajduje swoją drogę, rozpoczyna walkę z własnymi „demonami”, zaczyna walczyć o siebie, o lepsze samopoczucie, szanować siebie, kochać i doceniać. Uświadamia sobie, że w życiu można odpuścić.