

WELLBEING V BYDLENÍ



LOUČENÍ S NEMOVITOSTÍ



Loučení s domovem a naladění na novou životní etapu

Možná už jste zažili tu směs emocí při poslední návštěvě svého bytu a předávání klíčů novému majiteli. Stěhování bývá nejen velkým životním krokem, ale také silnou emoční záležitostí. S nemovitostí máme spojeno mnoho vzpomínek, mnohdy se loučíme s rodným domem či bytem. Něco končí, něco začíná. Ať už se stěhujeme za novou prací, za partnerem nebo jiným dobrodružstvím.

Každý takový velký krok v našem životě můžeme jen tak přejít a nechat pootevřené dveře všem nedořešeným věcem. Nebo si je můžeme zvědomit a tím vše v sobě uzavřít s radostí a usmířením. Často takový silný okamžik bohužel přebije množství suchého papírování, vyjednávání a vyřizování všech praktikálií.

Ve VITOMu přikládáme velkou důležitost lidskému prožívání a tomu dělat i velké životní kroky v klidu a pohodě. Rádi se přitom necháváme inspirovat z různých stran – z psychologie, východní filozofie, domorodých kultur i z našich běžných tradic.

Funguje to nám i našim klientům.

**INSPIRUJTE SE I VY, AŽ MŮŽETE TENTO ŽIVOTNÍ MILNÍK OPRAVDU
VĚDOMĚ PROŽÍT.**



Poctivé rozloučení nám pomáhá lépe projít změnou

Vědomé uzavření životní etapy znamená lehčí proces změny i jednodušší adaptaci na nové věci. A také vstup do nového s radostí a vděčností za to, co jsme mohli prožít a jaké zkušenosti nasbírat.

Ve chvíli, kdy jsme schopni se zastavit, vzpomínat, a všechny emoce soustředit v jednom důležitém okamžiku, není již potřeba se k nim v budoucnosti vracet.

Takto důležitý životní milník, jako je opuštění našeho milovaného domu, nebo bytu je pro nás i příležitostí se v tomto uspěchaném světě na chvíli zastavit. Podívat se na svoji přítomnost, minulost i budoucnost z větší perspektivy a také s pochopením.

Do další životní etapy vstoupíme svobodně, očištěni od všeho minulého, již s novou energií a radostí. Vstříc novým dobrodružstvím jdeme dobře naladěni. Každá pozitivní energie nám do života přitahuje stejně laděné zážitky, příležitosti, okolnosti a také lidi.

Intuitivně to víme. I v naší kultuře si vytváříme přechodové rituály, jako je kolaudace bytu s přáteli nebo naopak rozlučkovou zapíjenou, loučení se svobodou před svatbou nebo i obyčejný Silvestr.



Z rozloučení s nemovitostí si můžeme udělat i velmi silný a krásný zážitek

Máme zkušenost, že při stěhování toho pro sebe můžeme udělat i trochu víc. Prožitek ještě prohloubit, ponořit se do daného okamžiku, abychom jej následně mohli pustit a jít dál. Když se zkusíme na loučení s nemovitostí podívat jako na přechodový rituál, dost možná vytvoříme podmínky pro něco mnohem intimnějšího a osobnějšího. Pro sebe, partnera nebo celou rodinu.

POJĎME SI ŘÍCT, JAK NA TO.



Přechodový rituál loučení s domovem znamená především zastavení

Tedy uvědomění zlomového okamžiku ve vašem životě.

- Ohlédnutí se za vším, co jste doposud (či v našem případě) v tomto prostoru prožili.
- Poděkování za vše dobré.
- Ale třeba i za těžké chvíle, které vám však pomohly se v životě posunout dál.

Nabízíme takovou podobu rituálu, jaká se nám léty osvědčuje. Můžete ji vyzkoušet přímo v této podobě, a nebo vše pojmout mnohem civilněji třeba u rodinné večeře. A z naší nabídky si vytáhnout jenom pár drobných prvků, které vám dávají smysl. Síla celého okamžiku je ve vás a nic není důležitější než to, abyste se v něm cítili dobře.

Velmi velkou sílu má už jen to, že vůbec svůj čas a energii takové příležitosti věnujete. Cokoli uděláte navíc je jen třešnička na dortu, a proto vše dělejte tak, aby vám to bylo příjemné, a abyste se cítili komfortně.

☰ Zestručněný návod na rituál [ve verzi k tisku najdete na konci e-booku.](#)

1

Připravte si něco dobrého

Ať už si uděláte čas jen sami pro sebe, nebo tyto chvíle strávíte společně s někým blízkým. Rozloučení může proběhnout u honosné večeře stejně jako malého domácího pikniku, pokud již máte všechno odstěhované. **Nachystejte si vše tak, abyste na sebe měli dostatek času a cítili se komfortně.** Co budete chystat? Ať už to bude nejoblíbenější rodinné jídlo, nebo něco nového a speciálního, mělo by to pomoci podpořit sváteční atmosféru.



Forma občerstvení záleží jen na vás. My můžeme doporučit připravit si malý raut, který přímo vybízí ke sdílení zážitků u ochutnávání jednotlivých malých pokrmů.

2

Vyzkoušejte si třeba ceremoniální kakao

Kakao a kakaové boby používali Inkové, Mayové a Aztékové k různým ceremoniím a oslavám, stejně jako k léčení různých neduhů. **Proč se k nim nepřipojit a nepozvednout celý rituál něčím, co v naší kultuře není tak docela běžné?**

Čisté kakao ceremoniální kvality je „vyrobeno“ jen z kakaových bobů, které jsou dnes označovány za superpotravinu. **Víme, že kakaové boby obsahují spousty antioxidantů, hořčík, železo, zinek, měď a spousty dalších tělu prospěšných látek. Kakao se využívá v holistické medicíně, jako preventivní léčba kardiovaskulárních onemocnění, snižuje vysoký krevní tlak, zvyšuje koncentraci a kreativitu.** A nepochybným přínosem kakaá je také to, že působí jako afrodiziakum!

Kakao tedy jakýkoliv proces a zážitek ještě více prohlubuje a dodává mu zvláštní důležitost a prožitek.



Kakao uvolňuje hormony štěstí serotonin a dopamin a působí antidepresivně.



Recept na kakao od Zuzky z Love of Raw

Co budete potřebovat:

- raw kakaový prášek nebo 100% čokoládu
- vodu nebo nasládlé rostlinné mléko (například rýžové)
- sladidlo (doporučujeme javorový nebo datlový sirup)
- skořici, malinko chilli či zázvoru dle chuti (můžete, ale nemusíte)

Příprava kakaa z kakaového prášku, nebo kousků čokolády je velmi jednoduchá. V horké vodě (či lépe v rýžovém mléce) na mírném plameni nechejte postupně rozpustit prášek či kousky čokolády. Můžete přidat koření a případně na doslazení datlový či javorový sirup (samotné kakao je velmi hořké). Kakao se nemusí „vařit“ dlouho, stačí ho jen ohřát a rozpustit. Pokud budete k přípravě používat kousky čokolády, na závěr můžete celý nápoj rozmixovat a užít si tak jemné a krémové kakao.

TIP: Produkty kakaa kupujte vždy nepražené – v raw kvalitě. Při přípravě dbejte na to, abyste kakao nedovedli k varu. Jedině tak si ponechá všechny jedinečné vlastnosti.

Takto připravené horké kakao můžete využít například na přípitek k poděkování či vyslání přání, které bude symbolizovat vaši budoucnost. Vzhledem k duchovním kořenům kakaa věříme, že může být podporou právě v našich záměrech a přáních. Podle jihoamerických Indiánů do něj můžeme našeptat vše, co si do života přejeme. A to nejen před jeho vypitím, ale také již při jeho přípravě. Přejímá energii, kterou do něj vkládáme, a obohacenou o své zázračné účinky nám ji vrací zpět.

CHCETE OD NÁS TIP, KDE MŮŽETE ZAKOUPIT KVALITNÍ RAW KAKAO (KAKAOVÝ PRÁŠEK)?

Firma Vitalvibe a Zuzka z [Love of Raw](http://Love_of_Raw) jsou našimi dlouholetými přáteli a v mnohém také inspirací. U Vitalvibe pro vás máme dárek v podobě **10% slevy** na všechny produkty s kódem **VITOM**.

A pokud vám zachutná ceremoniální kakao podle našeho návodu, mrkněte na další skvělé tipy a recepty k Zuzce. Například její lámaná čokoláda, kterou si můžete zakoupit ve Vitalvibe, nebo i připravit sami doma, je prostě fenomenální.



www.loveofraw.cz

www.vitalvibe.cz

[Kakaový prášek](#)

[Recept na lámanou čokoládu](#)

[Čokoláda Vitalvibe](#)



3

I příprava prostředí má své zvláštní kouzlo

Vyberte si klidnou, příjemnou hudbu, která celý proces bude provázet. Symbolicky i vizuálně je příjemné, když si k rozloučení doma uzpůsobíte jedno konkrétní místo. Může to být stůl, polička nebo jen prostor třeba uprostřed obývacího pokoje.

K vytvoření takového místa pro rozloučení můžete využít vše, co máte rádi. Do tvaru kruhu, srdce či spirály můžete naskládat květiny, bylinky, fotografie z daného období, dekorace a vše, co vám váš domov a tuto část života symbolizuje. Podívejte se kolem sebe, projděte si místnosti a naciťte nebo popřemýšlejte, co vše byste si na takové místo chtěli přinést.

Už příprava takového místa je součástí vašeho rituálu, protože zde věnujete svůj čas a pozornost. Přemýšlíte, co je pro vás důležité a věnujete pozornost na něco pro vás speciálního. Vše má svůj význam.



V různých kulturách, které si vytvářejí podobné přechodové rituály, bývá zvykem třeba i to, že na svůj „oltář“ vkládají svíce ve směru světových stran. Jako podporu využívají také zemské živly. Součástí oltářů tedy bývají například nádoby s vodou, zelené rostliny, vonné tyčinky či jiná vykuřovadla, kovové předměty a samozřejmě například již zmíněné svíčky jako symbol ohně.

4

Zastavte se u toho, co jste tu prožili

Pro samotné rozloučení se chvíli zastavte u takto připraveného místa. Před sebou už můžete mít nachystané své lahodné kakao. Pro zklidnění pozorujte svůj dech. Nalaďte se na to, co jste na tomto místě prožili. Jaká životní etapa to byla, jaké vzpomínky s ní máte spojené. Přemýšlejte nad tím, co vše vám to do života dalo. **Vnímejte krásné okamžiky, a pokud k vám přichází i některé smutné a neradostné prožitky, nevadí. I to patří k životu. Nechte je projít a pusťte je.** S jistým odstupem a nadhledem si uvědomte, kam jste se za tu dobu posunuli, jaké zkušenosti jste načerpali a jaké zážitky chcete, aby ve vás navždy zůstaly jako vzpomínky.

Pokud jste v rodinném kruhu nebo s přáteli, vzpomínejte. Povídejte si o společných zážitcích, zkuste si připomenout vždy alespoň jeden, dva okamžiky z jednotlivých uplynulých let. Právě u tohoto bodu vám mohou hodně pomoci přichystané předměty a fotografie.



5

Rozlučte se, klidně za pomoci imaginace

Jsou vám blízké meditační techniky nebo imaginace? Pokud chcete, můžete se se svým domovem rozloučit i tak, že si ho ve své mysli představíte jako osobu.

Podějte jí ruku, třeba se i obejměte. Poděkujte jí za vše, co jste tu mohli prožít a co si odnášíte. Možná si vzájemně řeknete pár slov. Třeba vám i váš domov má co předat.

A v duchu se rozlučte.





Pročítte všechny emoce, i když na vás přijde smutek.

Je to v pořádku a právě prožití takových emocí vám dovolí uvolnit se a jít dál.

Pokud je vám taková imaginace příjemná, klidně za sebou na konci v duchu zavřete dveře a otevřete své srdce všemu novému. Vnímejte příjemnou energii a vděčnost, kterou si s sebou odnášíte. Ve vašich představách předejte klíče dalším lidem, kteří se o váš domov budou s láskou starat.

Na závěr si můžete vybavit vše nové, na co se těšíte, co vás čeká a kam dál směřuje vaše cesta. Jaké výzvy vás v životě čekají a co vám pomůže je zdat. Nechte si vše proběhnout před očima podle toho nejlepšího možného scénáře. Jako by to už bylo hotové, přesně podle vašich plánů. Jako by se to dělo právě teď. Vše, co chcete už máte a vaše cesta k tomu je lehká a příjemná. Vnímejte ten příjemný pocit těšení se a radosti.

A například zde, u myšlenek a představ o své budoucnosti si můžete vypít své připravené blahodárné kakao. Poděkujte za všechno, co jste mohli prožít, za to, co máte, a za všechno, co vás ještě čeká.



*Dává vám to celé smysl?
Vytiskněte si stručný návod,
ať ho máte v pravý čas po
ruce.*

Dobře se rozloučit znamená i pustit ze života, co v něm už nepotřebujete

Možná zjistíte, že už jen i malé ohlédnutí ve vaší mysli spustí kaskádu dalších prožitků, uvědomění a pochopení. Ale hlavně vnitřního klidu a uvolnění. Možná se i dozvíte, co vám vlastně v životě dělá radost, jaké vzpomínky jsou pro vás nejvzácnější a jaké byste i nadále do svého života chtěli.

A právě v tomto vnitřním plynutí se také můžete zamyslet, jaké věci už ve svém životě nechcete. Můžete si fyzicky či v duchu doma projít každou místnost a zhodnotit vše, co se má spolu s vámi vydat na vaši další cestu:

- Dělá mi to radost?
- Proč to mám? Opravdu to potřebuji?
- Podporuje mě tato věc v tom, kým chci být? Co chci zažívat?
- Mám to z povinnosti, nebo to s láskou používám a mám k tomu kladný vztah?

Pokládejte si otázky u všech sporných věcí, u kterých se zastavíte. U dekorací a různých upomínkových předmětů si vždy připomeňte, při jaké příležitosti jste je dostali či pořídili a zda k nim máte kladný vztah. Vždyť právě stěhování je velká příležitost se v životě posunout dál a nechat spousty věcí a vazeb za sebou.

Existují jednoduché návody, jak určit, jaké věci si má člověk ve svém životě ponechat a jaké ne. Například když procházíte šatník, na každý módní kousek připnete tolik kolíčků na prádlo, kolik let jste jej neměli na sobě. Pokud jsou někde kolíčky dva a více, do vašeho nového šatníku již nepatří, a mohou posloužit někomu jinému. Podobně můžete pokračovat i s dalšími předměty v domácnosti.

Spousty dalších tipů ohledně třídění a úložných prostor a ukládání věcí jsme pro vás nachystali do e-booku **Wellbeing v bydlení – Vítání nemovitosti**, který naleznete ke stažení na našem webu.



Co se vám nehodí, pošlete dál

Existuje spoustu míst, kde téměř cokoli najde své nové majitele. Spoustu větších či pro vás vzácnějších věcí můžete prodat, něco darovat, záleží jen na vás. Zeptejte se rodiny, přátel, uspořádejte setkání, kde si každý může odnést z vašeho výběru, co se mu bude ještě hodit.

Také popřemýšlejte o různých spolcích v okolí, které třeba ocení i starší sedačku do jejich klubu. Školky, dětské kavárny budou možná rády za hračky.

Popřemýšlejte, co vše vás bude ve vašich snech a vizích podporovat a co již svůj účel neplní.

PRAKTICKÉ ODKAZY, ROZCESTNÍKY A KONTAKTY:

Dětské oblečení, hračky, knihy, pomůcky aj.

- [Dětské domovy / Azylové domy pro maminky a děti](#)

Oblečení pro dospělé, tašky, povlečení, peřiny

- [Azylové domy](#)

Bižuterii, oblečení, boty, doplňky i hračky je také možné darovat do prospěšného second handu Moment. Vše je možné jen zabalit a poslat přes Zásilkovnu a to zcela zdarma. Na webových stránkách second handu je totiž možné si přímo vygenerovat kód. Zisk z prodeje vašich věcí následně Moment daruje 6 českým neziskovkám. Zajímá vás na které? Na ty je možné se také podívat na jejich webu.

- [Prospěšný second hand Moment](#)

Nábytek a spotřebiče

- Nábytková banka*

* Neexistuje databáze, kde by bylo možné si nábytkové banky vyhledat v jednotlivých městech, tak jako u předchozích odkazů. Nábytkovou banku ve vašem okrese ale jednoduše najdete na internetu pomocí vyhledávacích slov „nábytková banka + vaše město či okres“.

Nádobí, dekorace, šperky aj.

- Například [Nadace Veronica](#), přijímá hezké, použitelné věci všeho druhu, kromě velkého nábytku a spotřebičů. Z výtěžku obchodů podporuje v grantovém řízení ekologické a komunitní projekty na ochranu životního prostředí a krajiny. Tato nadace sice působí na Moravě, ale přijímá i dary zaslané Zásilkovnou.

ReUse a ReNab centra využijí skoro vše

- Na ReUse centrech je možné odevzdat funkční zařízení a vybavení domácností, jako například: kuchyňské nádobí, obrazy, vázy, dekorace, CD, knihy, časopisy, ale i hračky a sportovní vybavení.

Vaše dary se následně za symbolickou cenu nabízí dalším zájemcům. Veškerý výtěžek stejně jako u [Nadace Veronica](#) putuje na veřejnou sbírku, podporující výsadbu a údržbu květinových záhonů ve městě.

V ReNab centrech lze zase odložit veškerý ještě použitelný nábytek, který je následně prostřednictvím Odboru sociální péče magistrátu města Brna předáván sociálně potřebným občanům.

ReUse a ReNab centra jsou v Brně na šesti vybraných sběrných střediscích odpadu (Dusíkova, Hapalova, Jana Svobody, Okružní, Ukrajinská a Veveří).

Výbornou aplikací, přes níž můžete najít všechna místa, kde je možné vaše věci recyklovat je www.kam-snim.cz/categories/reuse. Je to mapa, kde jsou zaznamenána všechna sběrná místa a organizace, které se recyklací zabývají.

Přejeme vám, ať se vám ve vašem novém domově líbí, ať je vše tak, jak jste si naplánovali a ať se plní vaše sny v lehkosti a radosti.

Tom, Viktor a Pavlína

Přechodový rituál loučení s nemovitostí

1. ATMOSFÉRA

- Připravte si nějaké dobroty, ať se cítíte dobře
- Vyberte si nějakou příjemnou klidnou hudbu

2. KAKAO

Co budete potřebovat:

- 10 g (1 lžice) [raw kakaového prášku](#) nebo 10–20 g [100% čokolády](#)
- 250 ml nasládlého rostlinného mléka (například rýžové)
- sladidlo (doporučujeme javorový nebo datlový sirup)
- skořice, (malinko) chilli či zázvoru dle chuti (můžete, ale nemusíte)

Příprava kaka:

V horkém mléce (ne vroucím) na mírném plameni nechejte postupně rozpustit prášek či kousky čokolády. Podle množství vody kakao postupně přidávejte a vždy počkejte, až se úplně rozpustí, abyste si pohlídali, jak husté ho skutečně chcete. Průběžně míchejte a kakao nenechtejete dosáhnout úplného varu. Můžete přidat koření jako je skořice, chilli nebo zázvor, případně na dosazení datlový či javo-

rový sirup (samotné kakao je velmi hořké). Kakao se nemusí „vařit“ dlouho, stačí ho jen ohřát a rozpustit. Pokud budete k přípravě používat kousky čokolády, na závěr můžete celý nápoj rozmixovat. Vytvoříte tak jemné krémové kakao.

3. PŘÍPRAVA PROSTŘEDÍ

Co můžete použít:

- **Ohraničení prostoru** – Řezané květiny, bylinky, kamínky, barevný písek...
- **Podporující prvky**
 - Svíčky na světové strany (zapalujeme od východu a dále po směru hodinových ručiček)
 - Podpora živlů:
 - Voda (voda, vlnky, modrá barva)
 - Oheň (svíčky, ostré předměty, červená, oranžová barva, květiny)
 - Vzduch (vonné tyčinky, vykuřovadla, která jsou současně i symbolikou ohně). Živel vzduchu není až tak potřeba. Vzduch je přítomný vždy a všude :)
 - Země (půda, kamínky, písek, zelená barva a rostliny)
 - Kov (kov, kulaté předměty, kruh, bílá barva)
- **Ukotvující prvky** – Symbolické předměty

(dekorace domova, fotografie daného období, vaše fotografie z domu/bytu, cokoliv dalšího, co vám symbolizuje váš domov)

4. RITUÁL

Soustředte se na svůj dech

Sedněte si nebo se postavte k vašemu vytvořenému "oltáři", v ruce nebo před sebou už můžete mít nachystané vaše lahodné kakao. Pokud vám myslí proudí různé myšlenky, můžete chvíli vnitřně pozorovat svůj dech.

Naladte se na to, co jste na tomto místě prožili

Jaká životní etapa to byla, jaké vzpomínky s ní máte spojené. Přemýšlejte nad tím, co vše vám to do života dalo. Vnímejte krásné okamžiky, a pokud k vám přichází i některé smutné a neradostné prožitky, nevadí. I to patří k životu. Nechte je projít a pusťte je. S jistým odstupem a nadhledem si uvědomte, kam jste se za tu dobu posunuli, jaké zkušenosti jste načerpali a jaké zážitky chcete, aby ve vás navždy zůstaly jako vzpomínky.

Spojte se se svým domovem

Zkuste si svůj domov ve své mysli představit jako osobu. Podejte jí ruku, možná se i obejměte a poděkujte jí za vše, co jste tu mohli prožít a co si odnášíte. Možná si vzájemně řeknete pár slov. Třeba vám i váš domov má co předat. Naslouchejte mu. Ve svém vnitřním světě si představte sami sebe, jak tuto "osobu", svůj domov, opouštíte. Procitíte všechny emoce, i když na vás přijde smutek. Je to v pořádku. Právě prožití takových emocí vám dovolí uvolnit se a jít dál.

V duchu se rozlučte

V představách odejděte a zavřete za sebou dveře. Sami v sobě předejte klíče dalším lidem, kteří se o váš domov budou s láskou starat.

Otevřete se novému

Vnímejte příjemnou energii a vděčnost, kterou si s sebou odnášíte. Vybavte si vše, na co nového se těšíte, co vás čeká a kam dál směřuje vaše cesta. Jako by se to dělo právě teď. Vše, co chcete už máte a vaše cesta k tomu je lehká a příjemná. Procitte ten příjemný pocit těšení a radosti.

5. ČAS SI PŘIPÍT KAKAEM

Připijte si a poděkujte za všechno, co jste mohli prožít, za to, co máte, a za všechno, co vás ještě čeká. A například zde, u myšlenek a představ o své budoucnosti, si můžete vypít své připravené blahodárné kakao.



VITOM
REALITNÍ
EKOSYSTÉM

PÁR SLOV O NÁS

Zajímá vás, kdo jsme? Kdo to vymýšlí tyhle blázniviny a možná tím i nastavuje nový pohled na realitní business? Jsme čtyři kamarádi. Dva kluci, kteří kdysi založili první realitní projekt VITOM Group. Dvě holky, co se jim o pár let později rozhodly v práci pomoci.

A teď jsme tady, po patnácti letech. Dvě rodiny, které vidí jasně budoucnost v péči o prostředí, ve kterém žijeme, v péči o sebe, o svoji rodinu a komunitu. Dvě rodiny, které jdou filozoficky každá jiným směrem, a přesto společnou cestou se společným cílem.

Každý z nás je trochu jiný. Všechny nás ale spojuje respekt ke všemu živému a životnímu prostředí. A jak jsme se vyvíjeli my a naše osobnosti, přišla touha vložit kousek z nás také do naší firmy. VITOM Group jsme se proto rozhodli posunout dál. Vstříc novému přístupu k podnikání, které bude velmi žádoucí v budoucích letech.

Nyní nový VITOM Realitní ekosystém propojuje to nejlepší z realit a nás samotných. Chceme stát za firmou, která poskytuje klientům nejen kvalitní služby, ale vždy také něco navíc.



VIKTOR & ANETA

Naší největší předností je orientace ve vegan filozofii a všem, co je spojené s ekologií. Zaujímáme se o slow fashion a o bezodpadovou domácnost. Naším cílem je co nejmenší zátěž našeho podnikání na okolní prostředí.

TOM & PAVLÍNA

Oba nás zajímá východní kultura a filozofie New Age. Rádi se vzděláváme, a čím dál více věříme tomu, že svět kolem sebe a vše, co se nám v životě děje, si tvoříme my sami. Pracujeme s tím, jak na nás působí okolní prostředí a jak můžeme působit my na něj.



Tyto společné filozofie, které se navzájem prolínají, daly vzniknout internímu projektu ve VITOMu s názvem Wellbeing v bydlení. Chceme otevřít nové možnosti vnímání realitního prostředí a toho, jak ke svému bydlení přistupovat. Představit myšlenku, do jaké míry nás ovlivňuje prostředí, ve kterém žijeme.

Zpomalení, vědomý přístup a zamyšlení, jak my sami ovlivňujeme svět kolem nás.

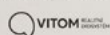
Wellbeing v bydlení odráží vše, co známe a co sami používáme. Zahrnuje přístup k domovu, přístup ke klientům i přístup klientů k sobě samým.

Tom, Pavlína, Viktor a Aneta (ToPaViAn)

WELLBEING V BYDLENÍ



VÍTÁNÍ NEMOVITOSTI



ZAÚJAL VÁS TENTO E-BOOK A STĚHUJETE SE DO NOVÉHO?

Možná oceníte návod i na hezkou kolaudaci a přivítání vašeho nového bydlení. V našem e-booku **Wellbeing v bydlení – Vítání nemovitosti** také najdete spoustu tipů ohledně vybavení od naší interiérové designérky. Od barev až po materiály, jaké vybírat osvětlení a také se dozvíte, na co si v novém domově dát pozor a co vám doma rozhodně nesmí chybět.

Stahovat můžete na našem webu

www.vitom.cz.

NAŠI PARTNEŘI:



Vitalvibe – kvalitní potraviny, doplňky stravy a produkty zdravého životního stylu

slevový kód **VITOM** (sleva 10%)



Tierra Verde – přírodní ekologické čisticí prostředky a doplňky pro domácnost

slevový kód **VITOM15** (sleva 15%)

skabo

Skabo – přírodní dekorace

slevový kód **VITOM10** (sleva 10%)



Hliněný dům – hliněné stěrky, jílové nátěry a mnoho dalšího pro zdravé bydlení (www.hlinenydum.cz)

Kuchyně Vejmolá – kvalitní vestavěný nábytek (www.kuchynevejmola.eu)

Klára Šiška – umění pro váš domov (www.klarasiska.cz)

WELLBEING V BYDLENÍ – VÍTÁNÍ NEMOVITOSTI

VITOM Realitní ekosystém

Napsala: Mgr. Pavlína Vejmolová

ve spolupráci s interiérovou designérkou Ing. Lucií Rožanskou

Grafika: Filip Hanák

www.vitom.cz

Podněty, poptávky, dotazy a jiné pošlete na:

wellbeing@vitom.cz