

# [Συνέντευξη στο Zenhabits.gr](http://zenhabits.gr)

Μόλις ανέβηκε στο Zenhabits.gr [μία από τις καλύτερες συνεντεύξεις που έχω δώσει ποτέ](#). Αν δεν έχετε υπόψην σαν τη Βούλα τη Σούφη και το website zenhabits.gr ήρθε καιρός να το βάλετε στη ζωή σας και να το αφήσετε να αλλάξει τη ζωή σας προς το καλύτερο!!

## [ΔΙΑΒΑΣΕ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΕΔΩ](#)

Το [zenhabits.gr](http://zenhabits.gr) είναι ένα blog που απευθύνεται σε όσους ενδιαφέρονται να βρουν την απλότητα στο καθημερινό χάος που ζούμε. Να ξεκαθαρίσουμε, κι εγώ μαζί, τη σαβούρα και να επικεντρωθούμε στο τι είναι σημαντικό. Να δημιουργήσουμε κάτι αξιοθαύμαστο. Να βρούμε την ευτυχία.

Στο [zenhabits.gr](http://zenhabits.gr) θα βρείτε:

- Άρθρα για τις Συνήθειές μας, παλιές και νέες, που μπορούν να μας αλλάξουν τη ζωή. Που θα μας φτάσουν στη δική μας τελειότητα, όπως ωραία ξεκαθάρισε παραπάνω ο Αριστοτέλης.
- Άρθρα για τους Στόχους & τα Κίνητρα που θα μας κάνουν να κυνηγήσουμε τη ζωή που θέλουμε. Ας είμαστε ειλικρινείς: αν δε σκέφτεσαι τους στόχους σου, δε θα τους δεις ποτέ να γίνονται πραγματικότητα. Αν δεν κάνεις τίποτα για τους στόχους σου, τότε είναι απλά ευχές. Και θέλεις κίνητρα, για να μην τα παρατήσεις. Θα ξεκινήσουμε με μικροπράγματα όμως ? να μάθουμε πρώτα πώς δουλεύει αυτό.
- Άρθρα για τα Οικονομικά & την Οικογένεια. Πώς να φέρνουμε και τα δυο βόλτα, αλλά και να περνάμε καλά μέσα στην οικογένεια ? γιατί στην καθημερινότητα μας μάλλον το ξεχνάμε. Όσο για τα οικονομικά, χωρίς να γίνεται κάποια τρομερή οικονομική ανάλυση εδώ, θα μοιραστούμε απλές συμβουλές για να φέρουμε υγεία στα οικονομικά μας.
- Άρθρα για Υγεία & Φυσική Κατάσταση. Κυρίως για όσους έχουν φτάσει στο σημείο να ακούσουν τι ζητάει το σώμα τους.
- Άρθρα για την Ευτυχία και την Απλότητα. Εδώ τα πράγματα είναι απλά. Και θέλουμε να τα κρατήσουμε έτσι. Όταν καταφέρουμε να είμαστε ευτυχισμένοι μέσα από τα απλά πράγματα, ποιος μας πιάνει!
- Άρθρα για την Παραγωγικότητα & την Οργάνωση, γιατί για να έχουμε χρόνο & όρεξη για όλα τα παραπάνω, θα πρέπει λίγο να οργανωθούμε.

## [ΔΙΑΒΑΣΕ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΕΔΩ](#)

by Βούλα Σούφη



zenhabits.gr  
smile, breathe & go slowly