



Appuntamento culturale

Cos'è l'autostima?

Che cos'è l'autostima?
Che cosa non ci permette di **darci valore**?
Quali **fattori e convinzioni** bloccanti?

FACCIAMO IL PUNTO!

Sabato 17 novembre dalle ore 9.30 alle 12.30



TEMI GUIDA

- ✓ Autostima alta e bassa: cosa significa?
- ✓ Che cosa ci porta a non darci valore?
- ✓ Come allenare l'abitudine di darci valore?

I posti sono limitati, è necessario prenotarsi. Evento gratuito.

Via Balilla 20 – Romano di Lombardia (BG)

“La Tartaruga” della **Dott.ssa Ester Varchetta** è uno *Spazio dedicato a te* che desideri fermarti, regalarti un momento, continuare il viaggio di crescita e consapevolezza personale, approciandoti alle sfide quotidiane con creatività ed energia!