



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
ATLETICA COGNE AOSTA
STELLA D'ORO C.O.N.I. AL MERITO
SPORTIVO
FONDATA NEL 1945
www.atleticacogne.it
info@atleticacogne.it



**CIAO, TI VOGLIO FARE UNA DOMANDA:
SAI COSA E' L' AUTOSTIMA ?
NO ?**

L' AUTOSTIMA è il risultato dello sguardo che un individuo posa su se stesso: sul proprio aspetto fisico, sulle proprie competenze, sui propri risultati personali e professionali, sulla propria ricchezza affettiva. Di natura fragile e mutevole, l'autostima aumenta quando viviamo nel rispetto dei nostri valori personali e diminuisce ogni volta che il nostro comportamento non è coerente con quei valori.



**E' proprio per parlarti di autostima che ti invitiamo all'apericena con il
mental coach Massimo Desandr  di**

**VENERDI 27 MAGGIO 2016, ORE 20.30
AL BISTROT DE LA GARE (STAZIONE FFSS DI AOSTA)**

**Per prenotare invia entro mercoled  25/5 un sms a:
Gianluca (338 2816175)
Costo apericena 12 **