



PROGRAMMA

Inizio ore 930- Pausa 1230-1330- Fine Lavori 1830

I PARTE

Alimentazione, nutrizione e strategie

Esercizi di conoscenze

II PARTE

Psicologo

Dieci gruppi raccontano la loro storia

III PARTE

Migliorare l'autostima

Esercizi

IV PARTE

Interazione psicologo, PNL medico nutrizionista

V PARTE

Tecniche di autodifesa

VI PARTE

Introduzione ai pensieri positivi

VII

Ancoraggio delle emozioni positive



Un'iniziativa
BOSTON WORLD SRL
Ente Accreditato per la Formazione
Regione Lombardia id op 172320