

I Love myself

Viaggio all'interno di noi stessi
alla scoperta delle nostre
potenzialità nascoste

LABORATORIO SU AUTOSTIMA
ED IMMAGINE DI SÉ

L'autostima

è il processo soggettivo e duraturo che porta il soggetto a valutare e apprezzare se stesso tramite l'autoapprovazione del proprio valore personale fondato su auto percezioni.

"I Love Myself" è un percorso rivolto a tutti coloro che vogliono scoprire qualcosa in più di se stessi, attraverso laboratori di espressione artistica, di arte terapia e di fotografia.

Spesso la chiave per aumentare la propria autostima è vedere noi stessi con occhi nuovi, imparare a valorizzarci e a non valutarci, ad amare noi stessi sorprendendoci di nuovo della nostra ricchezza interiore e della nostra bellezza esteriore.

Spesso l'immagine che abbiamo di noi stessi è viziata da icone che ci mandano i media, ma la realtà è decisamente diversa!

In questo laboratorio impareremo insieme a riconoscere le immagini artefatte e a valorizzare le nostre potenzialità.

Il percorso di 5/ 6 incontri di 1,5 ore ciascuno si svolgerà

il mercoledì alle ore 21,00

presso la **Sala Ciresa a Nogarara (Vr)**, a partire da aprile, al raggiungimento di almeno 10 iscritti.

Costo del corso: 40,00 € comprensivo di materiale artistico e fotografico e di assicurazione.

Per info ed iscrizioni: Elena 329 89 62 052