

A person is walking away from the camera on a snow-covered path that leads through a dense forest of bare trees. The scene is bathed in a soft, golden light, suggesting a sunrise or sunset. The path is flanked by snow-covered ground and trees, creating a sense of a quiet, solitary journey.

puntosudiME®  
self empowerment

# SEMINARIO

EMOZIONI • AUTOSTIMA • CARISMA • LEADERSHIP

30 Novembre - 1 - 2 Dicembre 2018  
Gressoney (Valle d'Aosta)

*Diventa  
il miglior alleato  
di te stesso*

WWW.PUNTOSUDIME.IT

## Il Seminario

**PuntosudiME** è l'occasione per prendersi cura di sé, ritrovare le proprie emozioni, alimentare l'autostima, coltivare il carisma, prendere in mano la propria vita.

**PuntosudiME** è il seminario che ti permette di prendere del tempo per te, metterti al centro e ripartire dai tuoi bisogni più veri.

### Programma

#### Venerdì 30 Novembre 2018

13:00 · Arrivo e light lunch  
14:00 - 18:00 · Gestire le emozioni  
18:00 - 20:00 · Spa e benessere  
21:00 · Cena

#### Sabato 1 Dicembre 2018

09:00 - 13:00 · I pilastri dell'autostima  
13:00 - 14:00 · Pranzo  
14:00 - 18:00 · Sviluppare il carisma  
18:00 - 20:00 · Spa e benessere  
21:00 · Cena

#### Domenica 2 Dicembre 2018

09:00 - 13:00 · Sviluppare la leadership  
13:00 - 14:00 · Light lunch e saluti

## Dove

**Presso Romantik Hotel Jolanda Sport - I 1020 Gressoney La Trinité (AO)**

*Per iscrizioni: [www.puntosudime.it](http://www.puntosudime.it) · [info@puntosudime.it](mailto:info@puntosudime.it)*

Mario Alberto Catarozzo  
formazione e coaching per il professionista

UN PROGETTO DI:

MYPlace  
COMMUNICATIONS

