

A TUTTE LE AZIENDE ASSOCIATE

Verona, 4 maggio 2020

Prot. n. 80/20 – ARC/sb
Circ. n. 80/FR/24 - 20

CONVEGNO IN WEBINAR

ESSERE FELICI OGGI: LE ABITUDINI FELICI DELLA GRATITUDINE

Il diario della gratitudine, proposto dalla giornalista, produttrice e filantropa americana Oprah Winfrey agli inizi degli anni Novanta, è stato oggetto di studio da parte dello psicologo e ricercatore americano Robert A. Emmons che ne ha evidenziato gli straordinari benefici. La gratitudine ci aiuta a renderci più forti, ad acquisire consapevolezza di ciò che abbiamo, ci rende ricchi e ci rende gioiosi. Il suo straordinario potere ne fa uno strumento ideale nei momenti di difficoltà e nelle grandi sfide della vita e del lavoro. Il cambiamento di punto di vista che determina è la chiave di tutto.

Permetti alla gratitudine di essere parte della tua Vita per iniziare a costruire la tua capacità di gestire, non solo la tua vita, ma anche per aiutare altre persone a realizzarsi attraverso la tua Leadership. Essere presente per essere disponibile con umiltà ma anche con determinazione, a contribuire al benessere proprio e degli altri.

Programma:

- Vivere nella gratitudine, cosa significa.
- Il potere della gratitudine
- Maggiore felicità - lavorare più sodo - maggiore successo
- Come la gratitudine ci aiuta ad affrontare situazioni difficili
- Esercizi e riflessioni

Relatori:

Alessandro Sacchetti, formatore e consulente aziendale

Calendario:

lunedì 18 maggio 2020, con orario 16.00-18.00

Modalità di iscrizione:

L'iscrizione al convegno deve essere effettuata **[compilando il modulo sul sito a questo link \(clicca qui\)](#)**.

Una volta effettuata l'iscrizione verrà inviato alla propria email il link per poter accedere al webinar.

Distinti saluti.

Il Direttore
Lorenzo Bossi

