



# Renew Yourself

## Webinar 2 ore

Dedicato a tutte le persone che desiderano scoprire qualcosa di nuovo di sé per immaginare un cambiamento positivo o semplicemente modi nuovi di superare un ostacolo.

Questo Webinar, facilitato da un RISE UP Trainer, consente di conoscere le leve del Self-Renewal:

- ✓ SCELTA: tra uno stimolo e una risposta, c'è uno spazio personale che si chiama "scelta".
  - ✓ CORAGGIO: il lato positivo della paura, cioè la capacità di vincerla.
  - ✓ CURIOSITA': il desiderio di scoprire, di esplorare, di imparare.
  - ✓ EMOZIONI: le informazioni più preziose su ciò che viviamo o che vorremmo vivere.
- 

## Webinar 4 ore

Agli obiettivi e contenuti del Webinar di 2 ore, si aggiunge la possibilità di conoscere la rotta del volo verso il Self-Renewal:

- ✓ Ascolta la tua voce interiore (valori, aspirazioni, emozioni)
  - ✓ Scopri il tuo talento
  - ✓ Metti a fuoco il tuo obiettivo
  - ✓ Libera la tua curiosità di scoprire e di imparare
  - ✓ Immagina il tuo futuro
- 

## Webinar 8 ore

Agli obiettivi e contenuti del Webinar di 4 ore, si aggiunge la possibilità di:

- ✓ Ascoltare storie vere di Self-Renewal.
- ✓ Definire il proprio Renewal Plan.

