

"Coinvolgimento ed
energia"

Mi presento

Ciao, sono Valeria. da oltre tre anni mi prendo cura delle donne che stanno vivendo un momento di cambiamento professionale.

Cura è la mia parola chiave.

Credo che il rispetto di ciò che siamo veramente sia l'unica strada che possa condurci al successo e alla realizzazione.

Per questo lavoro sempre nella modalità che più mi appartiene: con calma, serenità e silenzio.

Senza corse, affanni o tensioni che portano solo fuori strada.

Con gentilezza, la stessa che dono ogni giorno a me stessa.

Spero che questi spunti ti aiutino a organizzare meglio le tue attività lavorative.



Nell'ultimo mese quali sono le
attività in cui ti sei sentita coinvolta?



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Nell'ultimo mese quali sono le
attività in cui non ti sei sentita
coinvolta?



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Nell'ultimo mese quali sono le
attività che ti hanno caricata di
energia?



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Nell'ultimo mese quali sono le
attività che ti hanno tolto energia?



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Dai un nome alle quattro
categorie di attività



- _____
- _____
- _____
- _____



Conclusioni

Spero che le mie ispirazioni e i miei suggerimenti ti siano piaciuti.

Che ti abbiano dato l'ispirazione per mettere te stessa nella tua attività.

Spero continuerai a leggermi, ma intanto ti ringrazio per avermi dedicato questo tempo.

Se vuoi continuare a seguirmi ti invito a leggere il mio sito www.lespeziegentili.com.

O a seguire il mio account Instagram Le spezie gentili.

Buona giornata

Valeria

