

# CÓMO CONSEGUIR TUS OBJETIVOS

Taller 100% práctico y vivencial

PARA AFRONTAR Y LOGRAR, CON CORAJE, LOS  
OBJETIVOS PERSONALES Y/O PROFESIONALES QUE  
TE PROPONGAS



Impartido por:

**IDOIA POSTIGO**

formadora, coach, escritora y fundadora de **emotionalfabrika**

¿Tienes dudas sobre lo que realmente deseas en el ámbito personal o profesional?

¿Has tenido que abandonar en algún momento un objetivo porque los obstáculos han acabado con tu energía?

¿Quieres conocer los recursos con los que cuentas para conseguir lo que te propongas?

¿Quieres sentirte capaz, fuerte, motivado/a y con ilusión?

Si quieres afrontar tus objetivos bajo el prisma de que vivir es una tarea indelegable. Una tarea que «nadie hará por ti», entonces... ¡Este es tu taller!

Adquirirás herramientas para:

- ✓ motivarte
- ✓ perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones
- ✓ controlar tus impulsos
- ✓ diferir las gratificaciones
- ✓ regular tus propios estados de ánimo con una intencionalidad y
- ✓ sentirte protagonista de tu vida

**11 MAYO 2017**

18:00-20:00h

**YIMBY SOTA**

(Gran Vía, 45, Bilbao)

Precio: **30 €\***

Idioma: **castellano**

Inscripciones:

**[www.eventbrite.es](http://www.eventbrite.es)**

\* Las personas participantes serán obsequiadas con un ejemplar de la novela

“Nadie lo hará por ti. El coraje de vivir”.



**NADIE  
LO HARÁ POR TI**  
EL CORAJE DE VIVIR