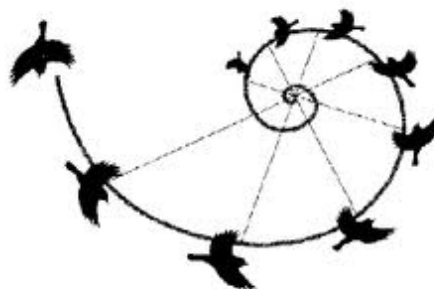




**Ricominciare a vivere**

*Associazione a sostegno delle  
Donne dopo il cancro al seno*



## corso di oTTiMisMo.

Ogni istante della nostra vita può essere quello decisivo se lo scegliamo per il cambiamento.  
Qualsiasi istante va bene per scoprire la nostra magia.

La prima cosa da fare è avere le idee chiare sui nostri sogni, la seconda è realizzarli andando sempre nella stessa direzione, quella che ci porterà alla meta, e rialzandoci tutte le volte che cadiamo.

Il 60 % dei nostri sogni si realizzeranno. Forse anche il 100%.

E se anche tutto andasse storto, avremmo comunque realizzato il risultato di esserci divertiti molto di più che a lasciare semplicemente che la vita ci scorra addosso.

Non è il successo che ci dà la felicità, è la felicità che ci dà il successo, quindi la prima regola è assumerci la responsabilità di essere felici.

Già questo è un successo, il successo. Il sogno.

**in data 9 e 23 maggio 2014  
ore 16,30- 18,30**

Presso Città della Salute e della Scienza  
Presidio Molinette – C.O.E.S. – Entrata da Via Cherasco 15

### **Istruzioni per rendersi felici.**

**Con Silvana De Mari Medico e Psicoterapeuta**

[silvana.demari@libero.it](mailto:silvana.demari@libero.it)

per avere un'idea

<http://www.psicoterapiasilvanademari.it/>

ps: possono essere sufficienti quattro ore di corso a cambiare la nostra vita?

Certo. Ognuno di noi ha potenzialità infinite. Ognuno di noi ha la potenzialità di raggiungere l'equilibrio, la forza, la gioia. Basta qualcuno che dia un'indicazione stradale per arrivare.

Come diceva la buonanima del dotto Einstein molto meglio essere ottimisti e qualche volta essere delusi che essere pessimisti e averla azzeccata.