

*Heal your Life® é um método de desenvolvimento pessoal e cura baseado na Filosofia de Louise Hay que só pode ser facilitado por Professores Certificados a nível internacional.*



**Jornada para a Auto Estima**  
(aprender a desenvolver o amor próprio e a resgatar o poder pessoal)

Programa HYL® online em 7 semanas | [www.harmonizando.com](http://www.harmonizando.com)

Isabel Gonçalves, M.CSH. – Formadora, Coach e Terapeuta Integrativa



## **Jornada para a Auto Estima – Aprender a Desenvolver o Amor Próprio e a Resgatar o Poder Pessoal**

**NOVO !! Programa online *Heal Your Life®* em 6 + 1 semanas**  
(recomendado também para quem já conheça a filosofia e instrumentos HYL)

O facto de chegar até aqui indica que está disposto a iniciar a sua jornada de cura neste poderoso e recente instrumento do método Heal Your Life®! Tal como o próprio nome sugere, uma "jornada" é um processo contínuo de viajar de um local onde se encontra presentemente para um novo destino. Neste caso, estamos a oferecer-lhe uma visita guiada à autodescoberta, incluindo uma consciência mais profunda de quem você (realmente) é, do seu próprio potencial e sobre como abrir as portas do seu coração, entrar com confiança no seu mundo e deixar que a sua voz seja ouvida. Por outras palavras, este é um caminho para a liberdade pessoal!

Para o ajudar a dar o próximo passo na sua jornada transformacional, foi criado um sistema de aprendizagem vivencial online que foi designado pelos seus autores de "Jornada para a Auto Estima Heal Your Life®".

## Uma Jornada Transformacional num Programa Online

Este programa online foi projetado para oferecer uma experiência incrível de aprofundamento da sua jornada interior. Por meio deste programa on-line Heal Your Life®, irá ter acesso a exercícios de reflexão, vídeos, meditações, visualizações e afirmações cuidadosamente elaboradas. Essas ferramentas irão ajudá-lo a descobrir camadas de condicionamentos passados, identificar crenças limitadoras e libertar comportamentos causados pela falta de amor próprio. Essa ferramenta de desenvolvimento pessoal permite que reconheça o seu próprio poder ao alcançar o amor, a prosperidade e os relacionamentos pelos quais anseia.

Essa experiência é o maior presente que pode dar-se a si mesmo.

### Em que é que o programa online o pode ajudar ?

- A reconhecer antigos padrões limitantes de pensamento e de crenças
- A alcançar níveis mais profundos de autoconsciência e de auto-aceitação
- A trabalhar na libertação de obstáculos significativos à sua saúde, prosperidade, amor e relacionamentos
- A conectar-se com o seu próprio poder pessoal para criar a vida que realmente deseja
- A cuidar de si a um nível mais profundo, mais do que alguma vez já fez.

Mesmo que já conheça o método HYL® e até que tenha trabalhado antes com os temas que vamos tratar neste breve programa online de 7 semanas, através dos novos exercícios que serão proporcionados, há sempre mais a descobrir e a libertar, permitindo que acolha agora maiores benefícios na sua vida a todos os níveis!

Esta é uma oportunidade incrível para trabalhar ao seu próprio ritmo e disponibilidade, sem limitação de espaço ou limites geográficos.

### Tópicos do programa online

Este programa online de seis semanas (+1 de bonus), foi projetado para o levar ao caminho do auto-crescimento de uma maneira muito estruturada, com um novo tópico a ser abordado a cada semana. Eles são:

1. Filosofia e Instrumentos HYL)
2. Merecimento
3. Amor & Relacionamentos
4. Prosperidade
5. Amar mais o seu Corpo
6. Honrar Limites
7. Plano prático p/a Mudança

## **Autores do Programa**

Este programa foi criado pela Dra. Patricia Crane e Rick Nichols, que são os Grandes Mestres da filosofia Heal Your Life® criada por Louise Hay, por quem foram credenciados para prosseguir a sua obra pelo longo trabalho conjunto realizado desde 1987. Eles fundaram e dirigem a empresa Heart Inspired Presentation LLC (US), responsável pela formação de Professores, Facilitadores de Workshops e Coachs Heal Your Life® em todo o mundo.

## **Uma Plataforma de Ensino**

A formação será ministrada em português e a maioria dos instrumentos pedagógicos irão ser disponibilizados também em português numa plataforma Zoom.

O Zoom é gratuito para os participantes e de muito fácil acesso (as instruções de conexão e navegação serão fornecidas aquando da inscrição) e nas sessões todos podem interagir com o Facilitador. Veja no site [harmonizando.com](http://harmonizando.com) (Agenda) o calendário da Formação (dias e horário das sessões online).

## **Registe-se Agora**

Comece sua jornada para o amor próprio agora! O ponto de poder e o momento de decisão estão sempre no momento presente – portanto, assuma o compromisso de experimentar uma vida rica e gratificante hoje já.

## **Investimento, Inscrição e Formas de Pagamento**

Este programa tem um valor de investimento global muito especial pela participação nas 7 sessões (1 de ferramentas + 5 temáticas + 1 de refresh e novas aprendizagens) é de 150€. Este montante é pago integralmente no ato de inscrição mas pode ser faseado em 2 parcelas de 80€, sendo a primeira no ato de inscrição e a segunda antes da 4ª sessão. Mas existem outras modalidades (informe-se). O investimento inclui a participação na aula online; exercícios, vídeos e textos de apoio enviado por email; “certificado” de participação.

Inclui ainda, além da sessão online de 75-90', o apoio individual breve semanal (por telefone / Skype / email) para esclarecimento de dúvidas e encorajamento. Este programa também está disponível em sessões individuais. **Como proceder?**

- 1º Envie um email ou sms para se inscrever indicando o seu nome, email e telemovel
- 2º Recebe o NIB / IBAN / Refª MB para onde pode fazer o pagamento cujo comprovativo nos é enviado por email ou sms
- 3º Após a recepção do comprovativo recebe imediatamente uma carta de boas vindas com as instruções necessárias para a 1ª sessão (Código de acesso à plataforma Zoom, Calendários das sessões, etc).
- 4º Antes de cada sessão receberá por email o ID da reunião na plataforma Zoom (sobre o qual basta clicar para entrar em sala) e os documentos que serão abordados na sessão.

Este é um método seguro, gratuito, confortável e extraordinariamente simples de fazer a sua formação, isto é, de aceder aos instrumentos para o seu crescimento pessoal.

### Outros Bónus e Outras Modalidades de Formação

1. **BÓNUS** - Os participantes neste Curso online poderão marcar, até 1 mês após o término da formação, uma sessão de Coaching online / presencial para apoio à integração prática de resultados, beneficiando de um desconto de 50%. Informe-se.
2. **OUTRAS MODALIDADES** – (a) É possível fazer o Programa em sessões individuais personalizadas (mais informações e testemunhos no site). É também possível participar apenas em um dos temas abordados na Jornada on-line como *refresh* . Informe-se.

### Contactos – Facilitador Responsável

Para mais informações e envio de inscrições, contacte:

Isabel Gonçalves, M.CSH.

HARMONIZANDO – Formação, Coaching e Terapias Integrativas

[www.harmonizando.com](http://www.harmonizando.com) | [harmonizando@gmail.com](mailto:harmonizando@gmail.com) | Tlm: (0351) 964 480 280

