

PROGRAME A SUA VIDA PARA 2020

WORKSHOP TRANSFORMACIONAL



DATAS: 3º FIM DE SEMANA DE JANEIRO

No mundo de hoje incrivelmente acelerado e de hiper-ligações, programar uma breve pausa para recarregar de baterias e definir objetivos para 2020, poderá fazer maravilhas nos seus níveis de stress e aumentar a sua performance a nível profissional e pessoal.

A RAZÃO PELA QUAL ESTE WORKSHOP SERÁ UM "REBOOT" PARA A SUA MENTE E CORPO

Participar neste "reboot" para a mente e o corpo, irá permitir **umentar a performance da sua mente**, através de algumas técnicas de PNL, perceber como **manter os níveis de energia e motivação no seu corpo físico e emocional**, além de utilizarmos **técnicas de visualização para focarmos nos nossos objetivos e metas para o ano que se inicia**.

Objetivos

"O Poder das Emoções"
"O Poder da Intenção" e a Definição de Objetivos
"O Poder das Visualizações"
Meditação guiada
Jantar temático "2025" (Opcional)
"O Plano de Ação"
"O Poder do Compromisso"
"A importância de nunca desistir"
"Ouvir a nossa intuição"
Síntese final do workshop | O Contrato
Balanço e fecho do workshop.

FORMADORA: Elsa Gouveia

Consultora e Formadora nas áreas comportamentais e pedagógicas. Especialista em aumentar a performance de gestores, líderes, profissionais de vendas, empregados e professores desde 1992. Fundadora da empresa Magna Voce. Sócia-fundadora e Directora de Formação da empresa Lusitanaforma entre 1993 e 1998.

PREÇO POR PESSOA : €250 euros

Jantar Opcional (preço não incluído) : A discutir com o grupo

Inclui o workshop de 2 dias com todos os seminários, atividades práticas e exercícios individuais, 2 almoços, 4 coffee-breaks, toda a documentação, além de proporcionar uma oportunidade de descoberta e transformação pessoal, networking e definição de metas e objetivos para o próximo ano.

Confirmação e Pagamentos

A confirmação de pagamento será efectuada aquando do depósito do valor integral do programa

Info: elsacoachings@hotmail.com