NEWS LETTER

Humanize ESPAÇO INTEGRAL

INFORMALMENTE

Apresentamos o empreendedora Carla Bittencourt

Carla é baiana, tem muito amor ao coração e uma trajetória profissional de muitos anos dedicados à psicologia. Mãe de 3 filhos, casada com Humberto Bittencourt, também psicólogo e empreendedor. Juntos, Carla reinventou sua vida abrindo seu lado artístico e juntos empreendem em Humanize.

Em experiência, sucesso e inovação a nossa querida Carla Bittencourt nos leva, mamaes em seu coração, de presente para vocês nossa Rede de apoio e nossa nova plataforma de interações.

Carla é mamãe de 3 filhos, psicóloga, empreendedora de sucesso e uma mulher de muitos talentos. Conheça um pouco mais dessa mamãe maravilhosa, que também é nossa parceira.

Nesta mamãe reconhecida, se pensa em ser mãe, mulher e ela vida. Confiante, as oportunidades de crescimento também são oferecidas.

É tempo de reconhecer a importância de cuidar do corpo, da mente e do espírito, bem como do relacionamento.

É tempo de aprender a priorizar as pessoas que amamos e de buscar o verdadeiro sentido da vida e não simplesmente viver a pelos meios.

Carta ao Leitor

Fazer parte da Comunidade Humanize é uma delícia! Quando entro na casa, parece que sou abraçada por uma energia boa e o cafezinho só descalcificando.

Sinto-me livre para ser espera, as pessoas são muito receptivas, me acolhem, a sala de espera é ampla e me conecto a diversa minhas emoções e sentimentos, realizando com meu Eu, sem julgamentos.

Saio 4 maravilhosas e, ao longo dos anos, vem me libertando, no meu tempo, para viver a vida e ser mais plenamente.

Fazer parte da Comunidade Humanize, além de me facilitar a vida, me ajuda a cuidar da minha saúde com a vida, é um presente para o exercício da fraternidade. A beleza da solidariedade, acolher e ser acolhida.

Com carinho e Amor!

Flavia Corqueijo

Comunidade Humanize

VOCÊ JÁ CONHECE A COMUNIDADE HUMANIZE?

A Comunidade Humanize é um programa de bem-estar integral, criado especialmente para você e sua família. Dotado com uma série de mentes avaliando, mais saudável, leve e feliz.

Por isso nós, do Humanize + Espaço Integral, criamos um grupo para a comunidade e estar reunindo a todos nesse momento de passo que fortalecemos uma rede de recomendações e empresários individuais que está buscando sobreviver em meio à crise gerada pela pandemia.

Em rede, podemos oferecer serviços e produtos de qualidade a preços justos e fidelizar nossos clientes, com benefícios especiais e atendimento diferenciado.

Venha fazer parte desse rede do bem! Seja membro da Comunidade Humanize!

DESCOBRINDO A Humanize

Aqui você tem um espaço para:

Dar uma desacelerada, meditar e aquietar corpo e mente, antes ou depois de seu atendimento.

Chegue, se aconchegue e curta mais esse contínho do Espaço Humanize.

CONHEÇA OS BENEFÍCIOS QUE SÓ A COMUNIDADE HUMANIZE TEM!

* Consulte profissionais disponíveis para estes pacotes.

Pacotes oferecidos pelo Espaço Humanize

Liberdade

Consulta Psiquiatria
(1 sessão + Retorno)
\+ 4 sessões online de psicoterapia

R$ 690,00
(1x no cartão de crédito)

Equilíbrio

Consulta Psiquiatria
(1 sessão + Retorno)
\+ 4 sessões presenciais de psicoterapia

R$ 790,00
(1x no cartão de crédito)

Conexão

4 sessões online de Psicoterapia	8 sessões online de Psicoterapia	12 sessões online de Psicoterapia
R$ 300,00 (1x no cartão de crédito)	**R$ 580,00** (2x sem juros no cartão de crédito)	**R$ 870,00** (3x sem juros no cartão de crédito)

Partilha

4 sessões presenciais Psicoterapia	8 sessões presenciais Psicoterapia	12 sessões presenciais Psicoterapia
R$ 400,00 (1x no cartão de crédito)	**R$ 760,00** (2x sem juros no cartão de crédito)	**R$ 1140,00** (3x sem juros no cartão de crédito)

PROMOÇÃO DIA DOS PAIS!

Promoção da Humanize:

Promoção de Parceiro:

Sacola Recheada

Veja quem já é Parceiro da Comunidade Humanize!

LIBERDADE

Comunidade Humanize

Para muitas pessoas liberdade pessoal está associada a ter muito dinheiro e assim para gastar o vida. Para outras ter 'voz' ou o direito de ir e vir. Ainda há quem afirme que não sabe o significado e o porquê da liberdade pessoal.

Esta reflexão leva a um olhar mais para dentro de si mesmo e se relaciona com a forma como você se vê e a capacidade de se compreender, se reconhecer e se sentir-se bem, independentemente de como nos relacionamos, em situações de pressão. É poder dar-se mais mesmos, poder encontrar o equilíbrio entre você e o que vem até você.

Não é uma caminhada fácil, muitos fatores podem contribuir para o desequilíbrio dessa habilidade. Em sua maioria, fatores externos trazidos por relações interpessoais, principalmente familiares.

Mas, também, fatores internos podem ser exercícios com frequência e, assim, é possível olhar e conquistar sua própria liberdade de ser e existir. Como parte de uma rotina saudável e livre, é importante buscar sentir o que essa emoções dizem, o que seu corpo manifesta. Práticas de relaxamento e autoconhecimento como práticas, meditação, psicoterapia, técnicas que visam aprofundamento do respiração e até uma boa caminhada, certamente, ajudarão a manter-se atento aos estímulos que te levam a consciência de sua liberdade.

ENTREVISTA

Entrevista

A Empreendedora ADRIANA NOVA

"Achar seu lugar no mundo"

É que objetivo for o que temos Empreendedora Adriana Nova, Psicóloga Integral, Psicoterapeuta Analítica, foi estimulada pela profissional que a ajudou a encontrar o seu lugar no mundo. Filha Nova, a Nova é uma pós-graduação oferecido pelo Humanize + Espaço Integral em NEO. Iniciou o curso sem pretensão alguma em ser terapeuta, mas, após o primeiro mês de curso, sentiu que sempre estava cuidando de outro ao longo de minha vida, por

Entrevista

Humanize - Como os caminhos percorridos em outras áreas te levaram a se tornar Psicoterapeuta Analítica?

Adriana - Minha relação com o autoconhecimento surgiu do desejo do crescimento pessoal e de ser livre. Hoje vejo claramente que essas primeiras formações profissionais, para esse meu objetivo, foram importantes, mas não totalmente para o outro e assim o exercício dos meus dons e suas primeiras vida foi diferente.

Humanize - Quais os contributos das profissões anteriores para sua atuação na clínica?

Adriana - Hoje entendo que foi o presente para mim, naquele momento, após 20 anos de serviço na área corporativa, decidi que iria mergulhar na minha vida terapia, especialmente em como funcionamento e como me relacionava com as pessoas. Foi um período de muitas descobertas, acredito que a partir de minhas experiências de vida vividas dentro, de cuidado e amor me disponibilizo a ajudar e outro a desenhar para uma vida mais leve e feliz.

Humanize - De que maneira a técnica de Reiki auxilia no processo psicoterapêutico?

Adriana - O Reiki é uma terapia reconhecida como prática integrativa complementar pela OMS. É uma técnica de cura natural, que promove o relaxamento profundo, alivia o estresse e a ansiedade, ao passarmos a utilizarmos de palmas da palmas de energia de cruzar (Chakras), promovendo o equilíbrio energético, necessário para manter o bem-estar físico e mental, emocional e espiritual. Ela pode ser utilizada em qualquer pessoa, de qualquer idade, em qualquer momento de vida, em gestantes, crianças, idosos, animais, plantas, doenças musculares, tensões e doenças em geral.

Humanize - O que é a "Mandala do Ser" e como chegou a essa proposta de trabalho?

Adriana - A Mandala do Ser é uma ferramenta terapêutica que nasceu em 2020 a partir de uma vivência pessoal, durante o período de isolamento social. Nesse momento, me vi diante de uma oportunidade de olhar para dentro e cuidar de mim e de minhas emoções, de uma forma mais profunda. Foi quando me deparei com a Mandala do Ser, que me ajudou a ressignificar muitas coisas que havia dentro de mim. Depois disso, passei a utilizá-la em meus atendimentos e percebi que ela também poderia ajudar os clientes a ressignificarem suas questões e encontrarem suas próprias respostas. Como minha vivência foi muito única e pessoal, decidi criar um projeto no qual eu pudesse compartilhar uma pequena parte do meu processo e também ajudar outras pessoas a encontrarem suas próprias respostas. Foi assim que nasceu o projeto "Mandala do Ser", que é baseado na Mandala do Ser e também na Mandala do Tempo, criada pela autora e terapeuta Denise Stevens, mostrando o quanto o tempo é importante para o nosso desenvolvimento e para podermos viver plenamente, tirando o máximo de cada um dos tempos presentes.

Humanize - Literalmente, qual o significado dessas palavras em sua vida?

Adriana - A Literalize para mim representa a abrir minha vida, sentindo-me livre para ser minha. E me permitir experienciar o que acredito ser melhor para mim, estar em constante movimento e fluxo, sem julgamentos e sem pressões externas ou internas em mim mesmo.

Humanize - E Humanize?

Adriana - A Comunidade Humanize para mim é uma rede de apoio mútuo, é a oportunidade de trocas, construir e compartilhar e que temos a oferecer de melhor um ao outro a partir de nossos conhecimentos e experiências.

O QUE TÁ ROLANDO?

Supervisão de Psicoterapia em Grupo

Dia 09/08

A Humanize Apoiando

PROJETOS SOCIAIS

DOE!

Quem faz:
Daniela Ambrósio - Psicóloga - CRP 05/51460
Adrianna Alves Psicóloga - CRP 05/52161