

## A BUSCA PELA QUALIFICAÇÃO COMO DIFERENCIAL EM TEMPOS DE CRISE



### INTELIGÊNCIA EMOCIONAL APRENDENDO A GERENCIAR EMOÇÕES

Uma vez que eu tenha domínio do que penso e de quem eu sou, as circunstâncias externas deixam de ditar as regras.

Pág. 05



### QUEM PODE RECEBER AS BARRAS DE ACCESS E QUAIS OS SEUS BENEFÍCIOS?

As barras de Access não têm restrições nem contraindicações. Qualquer pessoa pode receber, desde bebês até adultos e idosos. Também melhoram a vitalidade e a disposição, a saúde, o desempenho no trabalho, nos estudos e na vida sexual, retarda o envelhecimento e melhora o sono, dentre tantas outras possibilidades.

Pág. 11

### TERAPIA NATURAL REBALANCE E ALL THERAPY

O prof. Takashi Miyase, terapeuta natural pela Academia Japonesa de Terapia Natural no Japão, responde às questões sobre o tratamento com essas técnicas japonesas.

Pág. 08



### RESGATE A AUTOESTIMA

Fatores que contribuem na baixa autoestima estão ligados aos vários tipos de abusos, onde desde criança podemos ter passado por situações constrangedoras e traumas.

Pág. 09

### FALAR DE AMOR É PRIMOROSO

Em pesquisas recentes o Dr. David R. Hawkins, médico dos Estados Unidos da América, afirma que uma das causas de doenças é a falta de amor. Portanto, podemos vibrar a energia do amor e elevar essa energia a todo ser humano,

Pág. 15

### BOTOX® OU PREENCHIMENTO?

Duas técnicas que vão rejuvenescer você.

Pág. 04



### AUTOCONHECIMENTO

“Quem é você?”. Alguma vez você tentou responder a esta pergunta sinceramente?

Pág. 13

## Editorial

### Prezados leitores

Estamos em um momento delicado, em que acontecimentos nacionais e internacionais estão tirando o sono de muita gente, por receio de um futuro incerto. Isso se reflete diariamente em casa, no trabalho, no trânsito, denotando um nível alto de estresse nas pessoas.

É chegado o momento de sairmos da “zona de conforto” e, em vez de viver o medo, aumentar nossa vibração vivendo o otimismo e a certeza de que tudo dará certo, não importando quanto o cenário pareça catastrófico. É importante salientar que aumentando a vibração, pessoas serão alcançadas com essa energia, e assim, sucessivamente.

Caso não consiga fazer isso, não hesite em procurar um profissional qualificado para ajudar.

Boa leitura.

**Equipe do Jornal Saúde & Harmonia**  
saudeeharmonia@saudeeharmonia.com.br

.: Visite o site [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br) e acompanhe os eventos, cursos e promoções. Cadastre-se para receber as informações em seu e-mail.

.: Sugestões de pauta e críticas devem ser enviadas para a redação, no e-mail [saudeeharmonia@idepes.com.br](mailto:saudeeharmonia@idepes.com.br). Participe, envie suas sugestões, pois o nosso interesse é melhorar a cada edição.

## EXPEDIENTE

### DIRETORES:

Sônia M. M. Dick  
Paulo Eduardo A. Dick

### COLUNISTAS / ARTICULISTAS

Floraís de Saint Germain: Talita  
Margonari Lazzuri

### ADMINISTRAÇÃO

Redação e Correspondência:  
Editora Chefe

Sônia M. M. Dick MTB nº 61193

### Jornalista Responsável:

Alvaro Augusto D. Dick MTB nº 61195

Espaço Luz Violeta: Takeo Watanabe

Turismo: Alvaro Augusto Dozzo Dick

PNL: Lair Ribeiro

Gestão de Spas: Ala Szerman

Responsabilidade Social: Sônia M. Dick

### Redação

Rua Prof. Filinto Guerra, 60 - Jd. Aeroporto  
São Paulo - SP - CEP: 04356-040  
Fone: 5031-4952 - WhatsApp: 11 98272-2121  
[saudeeharmonia@idepes.com.br](mailto:saudeeharmonia@idepes.com.br)

**Acesse o nosso site: [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)**

- Matérias assinadas são de inteira responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião deste jornal.

- As matérias de saúde publicadas em Saúde & Harmonia têm caráter preventivo e educativo e sob hipótese alguma devem substituir o procedimento de profissionais de saúde habilitados.

- Os anúncios publicados nesta edição são fornecidos por nossos clientes, únicos responsáveis pela autenticidade e qualidade dos produtos que anunciam.



## GUIA DE RESTAURANTES VEGETARIANOS

Aqui você encontra o **Jornal Saúde & Harmonia**

### Alcaparra

Av. Pompéia, 2544 - Pompéia  
Seg a Sex das 11:30 às 15:30h  
Sab e Dom das 12:00 às 16:00h

### Alternativa Casa do Natural

Rua Fradique Coutinho, 910 V. Madalena  
Seg a Sab das 11:30 às 16:00h

### Anna Prem

Rua Muniz de Souza, 1114 - Aclimação  
Seg a Seg das 11:00 às 15:00h

### Apfel Centro

Rua Dom José de Barros, 99 - Centro  
Seg a Sab das 11:30 às 15:00h

### Apfel Jardins

Rua Bela Cintra, 1343  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h

### Banana Verde

Rua Harmonia, 278 - Vila Madalena  
Terça a Sexta das 12:00 às 15:30h

### Bio Alternativa Higienópolis

Rua Maranhão, 812 - Higienópolis  
Seg a Sex das 12:00 às 15:30h  
Sab e Dom das 12:00 às 16:00h

### Bio Alternativa Jardins

Al. Santos, 2214 - Cerqueira Cesar  
Seg a Sex das 12:00 às 15:30h  
Sab e Dom das 12:00 às 16:00h

### Cachoeira Tropical

Rua João Cachoeira, 275 - Itaim Bibi  
Seg a Sex das 11:00 às 15:00h  
Sab e Dom das 11:30 às 16:00h

### Cereal Brasil

Rua Rodésia, 242 - Vila Madalena  
Seg a Quin das 9:00 às 19:00h  
Sex e Sab das 9:00 às 17:00h

### Cheiro Verde

Rua Peixoto Gomide, 1078 - Jd Paulista  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h  
Sab e Dom 12:00 às 17:00h

### Demether Cozinha Vegetariana

Rua Verbo Divino, 1519  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h

### Éden

Av. Jabaquara, 1469 - loja 46  
Seg a Sab das 12:00 às 15:00h

### Frazão Vegetariano

Rua Chafic Maluf, 193 - Brooklin  
Seg a Sex das 11:30 às 15:30h

### Lagoa Tropical

Rua Borges da Lagoa, 406 - V. Clementino  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h  
Dom das 11:30 às 16:00h

### Maha Mantra

Rua Fradique Coutinho, 766 V. Madalena  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h  
Sab e Dom 12:00h às 16:00h

### Nação Verde Restaurante

Rua da Mooca, 2274  
Seg a Sex das 8h00 às 19h00h  
Sab 8h00 às 18h00

### O Vegetariano Restaurante

Av. Jabaquara, 1126 - Saúde  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h  
Sab e Dom das 11:30 às 15:30h

### Restaurante Vegetariano

Rua Pde. Machado, 51 - Vila Mariana  
Seg a Sex das 11:30 às 15:00h  
Sab e Dom e feriado das 12:00 às 16:00h

**Faça a sua refeição e solicite o seu exemplar do **Jornal Saúde & Harmonia****

## ZONA CEREALISTA

Aqui você encontra o **Jornal Saúde & Harmonia**

### Andorra Com. de Alimentos

Rua Santa Rosa, 171/175 - Brás  
11 3312-3500

### Armazém Paulista

Avenida Mercurio, 154 - Brás  
11 3313-4256 / 11 3311-6600

### Armazém Santa Filomena

Rua Santa Rosa, 100 - Brás  
11 3312-1010

### Armazém São Vito

Avenida Mercurio, 222 - Brás  
11 3227-3020 / 11 3311-8332

### Casa de Saron

Avenida Mercurio, 146 - Brás  
11 3313-8067 / 11 3229-7864

### Cerealista Bom Chá

Avenida Mercurio, 166 - Brás  
11 3228-9699 / 11 3228-9960

### Cerealista Helena

Rua Santa Rosa, 141 e 149  
11 3315-1100 - Brás

### Empório do Arroz Integral

Avenida Mercurio, 86 - Brás  
11 3313-2053 / 11 3326-6770

### Nippon Flora

Avenida Mercurio, 70 - Brás  
11 3229-2239 / 11 3326-0225

**Faça as suas compras com preços diferenciados e solicite o seu exemplar do jornal**

**ANUNCIE AQUI - 11 5031-4952 / 11 3869-0087**

# TORNE-SE UM TERAPEUTA HOLÍSTICO

Foto acima: Profa. Renata Figueiredo com alunos



O curso de Capacitação Profissional em Terapias Complementares é ministrado em um final de semana por mês por professores altamente qualificados, com titulação de especialista, mestres ou doutores. Sendo um curso modular, facilita assim, o ingresso do aluno em qualquer época.

Trata-se de um curso de formação profissional, com duração de 12 meses, habilitando assim o aluno a trabalhar como terapeuta.

Nos dias 25 e 26 de agosto, haverá o curso de Aromaterapia com a profa. Renata Figueiredo e nos dias 29 e 30 de setembro, Radiestesia com o prof. Dr. José Luis Pires Camacho.

**Certificado:** Emitido pelo IDEPES - Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior, reconhecido pela ABRATH, com chave da Biblioteca Nacional R.D.A (Registro Digital de Autenticidade).

Aproveite essa oportunidade, entre em contato, faça já a sua inscrição e inicie já uma nova vida.

#### Contatos:

Fones: 11 5031-4952 / 11 98272-2121 (WhatsApp)  
E-mail: [cursos@idepes.com.br](mailto:cursos@idepes.com.br) / [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)  
Facebook: [www.facebook.com.br/idepes](http://www.facebook.com.br/idepes)



## CURSO: FORMAÇÃO DE TERAPEUTAS HOLÍSTICOS

Curso com doze meses de duração para FORMAÇÃO DE TERAPEUTAS HOLÍSTICOS, (visão e tratamento do homem como um todo, levando em conta suas emoções e pensamentos, suas crenças e verdades), onde os professores especialistas abordam as técnicas da terapia vibracional com embasamento científico.

[CURSOS@IDEPES.COM.BR](mailto:CURSOS@IDEPES.COM.BR)

**DISCIPLINAS:** 

- Anatomia Energética
- Aromaterapia
- Auriculoterapia
- Cromoterapia
- Fitoterapia
- Técnicas de Atendimento
- Ética e postura profissional
- Alimentação Funcional
- Psicossomática
- Metafísica da saúde
- Radiestesia e Radiônica
- Reiki 1, 2 e 3
- Teoria Quântica Aplicada
- Terapia Floral

**PERIODICIDADE:** 

um final de semana por mês, das 9h00 às 17h30

**PROMOÇÃO:** 

De 12 x R\$ 410,00 por 12 x R\$ 350,00 (promoção por tempo determinado)

**CONTATO:**  
Tels: 11 5031-4952 /  
WhatsApp: 11 98272-2121  
E-mail: [cursos@idepes.com.br](mailto:cursos@idepes.com.br)

**ENDEREÇO:**  
IDEPES - Rua Prof. Filinto Guerra,  
60 - Jd. Aeroporto - 04356-040

[www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)

INSCREVA-SE



 [idepessp](https://www.facebook.com/idepessp)

**Novos cursos em 2018 de capacitação, profissional, aperfeiçoamento, extensão e pós-graduação nas áreas de Terapias, Ortomolecular e Gestão, com registro na Biblioteca Nacional, MEC e Associação de Classe**

Fones: 11 5031-4952 / 11 3869-0087 / 11 98272-2121 (WhatsApp) [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)

# CLÍNICA BIOCARE

## CONSULTORIA DE EMAGRECIMENTO



**A** consultoria de emagrecimento visa proporcionar atendimento personalizado aos pacientes com sobrepeso e obesos que buscam melhorias globais no estado atual de saúde.

Ofertando possibilidades de diagnóstico e tratamento mantendo a visão ortomolecular e holística, eliminando a abordagem "convencional" e o uso de drogas de controle especial durante o processo, garante a manutenção e homeostase do organismo, integralizando a abordagem multidisciplinar em prol dos resultados específicos do plano de tratamento.

Os pacientes são acompanhados por uma equipe multidisciplinar, com Naturólogo ortomolecular, Nutricionista funcional e Educadora física personal.

O Naturólogo ortomolecular conduz a equipe multidisciplinar no diagnóstico diferencial, plano de tratamento e prognóstico, garantindo a abordagem ortomolecular, e o equilíbrio bioquímico do organismo. Avalia também os diversos fatores que dificultam o processo de emagrecimento ou que facilitam o ganho gradativo de peso, levando em consideração o meio social-biológico-psicológico de cada paciente.



**Da esquerda para a direita: Dra. Thais Lima (Nutricionista Ortomolecular), Dr. Denis Fernando (Naturólogo Ortomolecular) e Andreia Magalhães (Educadora Física Personal)**

É realizada também a suplementação para correção das disfunções pré diagnosticadas com a aplicação de recursos como homeopatia, fitoterapia, e ortomolecular, traçando plano de tratamento individual a curto, médio e longo prazo.

Cabe à Nutricionista realizar abordagem funcional respeitando os distúrbios metabólicos e a individualidade de cada paciente, potencializando o processo de homeostase com a alimentação adequada para cada caso

O plano inclui de acordo com cada tipo.

- Dieta personalizada
- Cardápio diário
- Protocolos de desintoxicação e rastreamento
- Lista de compras
- Visita ao supermercado
- Receitas e lista de substituição
- Revitalização da flora bacteriana intestinal

A Personal executa uma avaliação física detalhada e individual, com teste de esforço e fração de volume do oxigênio. Gerando um plano de atividade física com tempo, séries e repetições individualizados respeitando o aporte nutricional, potencializando os resultados globais.

Trata-se de um trabalho multidisciplinar, comprometido com o objetivo da perda de peso e medidas, conservando e potencializando a saúde global.

**Marque seu horário:**

**CLÍNICA BIOCARE**

Endereço: Rua Américo Brasiliense, 1083 - Chácara Sto. Antônio - São Paulo - SP

Fones: 11 95656-8870 / 11 98272-2121 (WhatsApp)



## BOTOX®

### OU PREENCHIMENTO COM ÁCIDO HIALURÔNICO?

descoberta, dois tratamentos aplicados com uma simples seringa, continuam entre os queridinhos da estética. Ambos são conhecidos por sua eficácia em amenizar rugas, prevenir sinais profundos, repor o volume perdido com o tempo, combater flacidez e aumentar os lábios, principalmente.

Se você não teve o hábito de se cuidar desde cedo, esses dois procedimentos incríveis podem recuperar a jovialidade. E não se trata de procedimentos invasivos, como cirurgia plástica, estamos falando do Preenchimento e da toxina botulínica (Botox®), duas técnicas que vão rejuvenescer você.

Mas qual a indicação para cada procedimento? Por mais que aparentem ser idênticos, ambos se diferem entre si. Em parte, porque depende do tipo de ruga a ser tratada.

Parece que não, mas existem dois tipos de rugas: as dinâmicas e as

estáticas. As rugas dinâmicas são as responsáveis pelas marcas de expressão, causadas pela mímica. Para amenizá-las, o recomendado é a aplicação de toxina botulínica (Botox®), pois o procedimento tem como objetivo deixar o músculo estático e relaxado. Sem a movimentação não há a formação destas rugas. A aplicação ocorre por meio de microagulhas que injetam a substância dentro do músculo em pontos estratégicos pelo profissional, dependendo do que se pretende tratar.

Já as rugas estáticas são aquelas que podem ser vistas mesmo com o rosto relaxado. O preenchimento com Ácido Hialurônico tem o intuito de encher os vincos e sulcos, preenchendo assim a profundidade deles, deixando-os mais rasos. A substância é muito segura, reabsorvível e não apresenta potencial de rejeição por estar presente na estrutura normal do nosso organismo. As regiões onde a aplicação pode ser

realizada são o bigode chinês, ao redor e nos lábios, nariz, nas maçãs do rosto, queixo e mandíbula, dando assim harmonia ao rosto.

Ambos procedimentos são realizados no consultório e a recuperação é imediata, não necessitando que o paciente fique afastado.

A duração média da aplicação da toxina botulínica é de 4 a 6 meses e a do preenchimento 1 ano.

Tanto a aplicação de Botox® como o Preenchimento Facial devem ser realizados apenas por um profissional habilitado e capacitado.

*Fernanda Benedette  
Biomédica Esteta / CRBM 13529*

**CLÍNICA BIOCARE**

Endereço: Rua Américo Brasiliense, 1083 - Chácara Sto. Antônio - São Paulo - SP

Fones: 11 95656-8870 / 11 98272-2121 (WhatsApp)

**E**nvelhecer é um processo natural da vida e a pele é um dos órgãos do corpo mais afetados pelo "passar do tempo". Ainda não é possível ter 50 anos com cutis de 25, não é? Mas a boa notícia é que podemos amenizar, e muito, os sinais de envelhecimento.

Já existem diversos tipos de tratamentos estéticos para combater o envelhecimento e as novidades não param de chegar, porém, em meio a tanta tecnologia e



# INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

## Aprendendo a gerenciar emoções

Por Paula Regina Pilastrri

O conceito de Inteligência Emocional foi desenvolvido pelo psicólogo Daniel Goleman, e diz respeito a como os indivíduos identificam e gerenciam suas próprias emoções. É a capacidade de identificar e nomear a emoção que está ocorrendo e ter poder de decisão, de escolha consciente e ser capaz de agir assertivamente, isto é, ter a ação direta, firme, positiva destinada a promover a igualdade nas relações interpessoais.

É o exercício do autocontrole e do poder pessoal para optar entre o agir de acordo com um estilo reativo ou um estilo proativo.

ESTILO REATIVO	ESTILO PROATIVO
Passivo, espera as coisas acontecerem,	Ativo, faz as coisas acontecerem,
É um espelho social, isto é, reage aos scripts da vida com mapas determinados,	É construtor de sua realidade,
O ambiente, as pessoas as contingências são os responsáveis,	Escreve a própria história, sendo responsável por seus pensamentos, sentimentos e atos,
Sem autoconsciência,	Tem autoconsciência,
Vida orientada pelas situações, sentimentos e eventos externos,	Sua vida é orientada por seus princípios e valores,
As decisões se baseiam em reações externas.	Conduz a maior parte das situações de sua vida.

Indivíduos que conseguem reconhecer suas emoções são auto gestores e auto responsáveis, ou seja, proativos e assertivos, pois sabem que está em suas mãos o poder de agir sobre suas emoções, isto é, eles não são vítimas das situações ou das circunstâncias, uma vez que têm **autoconsciência de suas potencialidades e sabem o que é necessário fazer para alterar padrões que não os levam aos estados desejados.**

Possuem domínio de suas emoções, pois desenvolvem uma **visão ampla para entender o contexto** em que estão inseridos, não se omitem, mas também não ofendem, pois não levam nada para o lado pessoal, pontuam os erros sem confronto, elogiam e são corteses e, principalmente, assumem suas falhas. Além disso, possuem a capacidade de se automotivar e seguir em frente, mesmo diante de frustrações e desilusões.

A emoção é uma reação instintiva, que nasce na mente inconsciente, passa pela percepção mental em frações de segundos e desencadeia reações orgânicas (liberação de hormônios), que culminam em sensações físicas (sudorese, arrepios, tremores, etc.).

O ser humano vive em busca de manter seu **poder pessoal** e quando se depara com situações que o "ferem", despertam sua face "vítima" (o estilo reativo) e para não terem a sensação de estarem "sendo passados para trás" usam, muitas vezes, as

emoções em sua escala negativa, geralmente a raiva, para se defender e, acabam por perder seu equilíbrio emocional.

É importante ressaltar que nenhuma emoção em si é boa ou ruim. Todos precisamos de todas elas, as dificuldades aparecem quando vamos aos seus extremos.

Os alicerces do equilíbrio emocional são:

- A identificação de nosso padrão de comunicação interna,
- O autoconhecimento,
- O autocontrole,
- A empatia e
- O propósito.

Assim, o primeiro passo é descobrir como anda sua comunicação interna. Qual é a forma que você vem se comunicando consigo mesmo? Que tipo de diálogo você tem consigo? Cobranças, dúvidas, inseguranças, culpas? **Saiba que a maneira como você se comunica internamente influenciará sobremaneira sua comunicação externa.**

Portanto, a chave aqui é a auto-observação. Identificar os padrões de pensamentos, os diálogos internos e de que forma estamos nos tratando e ir aos poucos questionando e alterando esses padrões, usar um caderno de anotações é um exercício muito válido para tomar consciência e efetuar mudanças.

O segundo passo, é identificar quem nós somos, do que gostamos, o que fazemos bem, quais são nossas habilidades e valores, pois é a partir da tomada de consciência de nosso **SER** que poderemos partir para o terceiro tópico que é o autocontrole.

Uma vez que eu tenha domínio do que penso e de quem eu sou, as circunstâncias externas deixam de ditar as regras, eu posso identificar numa situação de conflito que o comportamento do outro é apenas um desequilíbrio dele e que sua atitude não tem nada a ver comigo pessoalmente. Dessa forma, desenvolve-se a empatia, pois conseguimos nos colocar no lugar do outro e entender que determinadas atitudes podem ter causas desconhecidas por nós.

Tudo isso só é possível quando está apoiado num propósito, que é o que dá significado e objetivo a nossa vida. Quando temos consciência de nossa missão, agimos motivados a transformar nossas atitudes para atingirmos o melhor que podemos ser, pois temos um motivo que nos impulsiona em prol de relacionamentos mais saudáveis, conosco e com os demais.

Para alçar voos mais altos, requer se desapegar de verdades emprestadas, de bagagens desnecessárias e de sentimentos contaminados.

Um processo de coaching integrativo conduz as pessoas nessa jornada, por emoções mais equilibradas, relacionamentos mais saudáveis e uma vida mais plena. Venha conhecer o processo. Agende uma sessão experimental gratuita. Saiba mais em [www.paulapilastrri.com.br](http://www.paulapilastrri.com.br)

**Paula Regina Pilastrri**

Coach Integrativa e Terapeuta Holística

E-mail: [paula@paulapilastrri.com.br](mailto:paula@paulapilastrri.com.br)

WhatsApp: (11) 9-7648-5919

## ALUGUEL DE SALA PARA ATENDIMENTO

Localizada na Zona Sul - Rua Prof. Filinto Guerra, 60 - Jd. Aeroporto

Aluguel por dia, por hora ou mensal

Recepção, Wi-fi, Estacionamento na porta, ótima localização

Tratar IDEPES: 11 5031-4952 ou



11 98272-2121

[www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)



# AROMATERAPIA AMBIENTAL E MATRIX AROMÁTICA

## - uma imersão no mundo dos aromas -

Renata Figueiredo ministrará no IDEPES dois cursos inéditos: Aromaterapia Ambiental e Matrix Aromática. É uma excelente oportunidade para iniciar no campo das terapias ou, para quem já é terapeuta, capacitar-se em novas modalidades, aumentando assim, o leque de oportunidades profissionais.

### CURSO DE AROMATERAPIA AMBIENTAL

#### CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Aromaterapia e Aromacologia
2. Famílias olfativas
3. Óleos Essenciais mais utilizados na Aromatização Ambiental (propriedades e indicações)
4. Aromatização de ambientes domésticos
5. Aromatização de ambientes comerciais/profissionais
6. Logomarca Olfativa
7. Formas de Aromatização
8. Oficina
  - Spray Ambiental
  - Água de lençóis
  - Aromatizadores com Varetas
  - Sachês/ Pout pourri
  - Pastilhas Efervescentes

Curso teórico e prático

Objetivo: capacitar o aluno a produzir diversos tipos de aromas para diversos ambientes.

#### INCLUSO

Material didático, certificado

### CURSO DA MATRIX AROMÁTICA

Um sistema de avaliação energética (Criado por Eliane Dornellas), aplicado à técnica da Aromaterapia, baseado na associação dos arquétipos de óleos essenciais e de arquétipos da filosofia oriental, a **Matrix Aromática** é uma ferramenta útil e simples, que pode ajudar na compreensão e revelação dos dons, para se enfrentar os desafios do caminho.

#### CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Conceitos e fundamentos da Matrix Aromática
2. Os 12 arquétipos e padrões energéticos
3. Linha ancestral e relações da Matrix
4. Cálculo da sinergia da Matrix Aromática

Curso teórico e prático

#### INCLUSO

Material didático, certificado, sinergia aromática de ajuste

#### Ministrante

Renata Figueiredo: Psicóloga, Aromaterapeuta

Certificados: emitidos pelo Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior - IDEPES  
Local: IDEPES

#### Contato:

Contato: 11 5031-4952 / 11 98272-2121 (whatsapp)

E-mail: cursos@idepes.com.br

Site: www.idepes.com.br

Facebook: www.facebook.com.br/idepes



# DESPERTE SUA Essência

A terapia floral possui um caráter importante na **prevenção e promoção da saúde** além de ser reconhecida como uma terapia complementar e integrativa, pois atua além do corpo físico.

Os **Florais de Saint Germain** atuam no campo bioenergético do ser humano, auxiliando no **reequilíbrio** dos corpos: **mental, emocional e físico**.

- ✓ Aumentam a **vitalidade!**
- ✓ **Transmutam** estados emocionais negativos!
- ✓ Promovem a **reconexão** com nossa própria essência, nossa parte **Divina!**
- ✓ **Venha conhecer nosso trabalho e aprimore** seu conhecimento terapêutico!

## EM SÃO PAULO

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA OS CURSOS DE:
 

- PÓS-GRADUAÇÃO EM TERAPIA FLORAL (18 MESES)
- PÓS-GRADUAÇÃO EM FLORAIS DE SAINT GERMAIN (12 MESES)

INÍCIO DA TURMA  
EM MARÇO

📅 **Calendário de Cursos 2018 / 2019**

💰 **Valor de cada curso: R\$ 490,00**

📞 **Informações e inscrições:** ✉ [fsg@fsg.com.br](mailto:fsg@fsg.com.br)

CIDADE	CURSO	DATA	CIDADE	CURSO	DATA
SP	Curso de Fisiologia Bioenergética	24 e 25 março	SP	Estudo Arquetípico das Famílias Botânicas	24 e 25 novembro
	Curso Básico e Intensivo dos Florais de Saint Germain	21 e 22 abril		Flor: da estrutura ao funcionamento	15 e 16 novembro
	As essências florais e o desenvolvimento humano nas fases da vida (Bases Antroposóficas)	26 e 27 maio		Geometria Sagrada	19 e 20 janeiro/19
	Florais de Saint Germain à Luz da Cartografia da Consciência Multidimensional	23 e 24 junho	RJ	Curso de Fisiologia Bioenergética	19 e 20 maio
	MÓDULO ESPECIAL INTERNACIONAL Diagnóstico Floral através de desenhos	04 e 05 agosto		Curso Básico e Intensivo dos Florais de Saint Germain	18 e 19 agosto
	Curso Prático: O atendimento e a manipulação na Terapia Floral	01 e 02 setembro	Campo Grande	Fisiologia Bioenergética+Curso Básico e Intensivo	09, 10 e 11 março
	Psicologia voltada ao Terapeuta Floral	29 e 30 setembro	Curitiba	Curso Básico e Intensivo dos Florais de Saint Germain	9 e 10 maio
A formação profissional do Terapeuta Floral	20 e 21 outubro	BH	Curso Básico e Intensivo dos Florais de Saint Germain	06 e 07 outubro	

BAIXE GRATUITAMENTE NOSSO APP:



[www.fsg.com.br](http://www.fsg.com.br)



# TERAPIA NATURAL REBALANCE E ALL THERAPY



O prof. Takashi Miyase responde as questões sobre o tratamento com essas técnicas trazidas do Japão

**1. Em que consiste a terapia Natural Rebalance?**

R – É uma terapia natural reparatória, praticamente sem dor, com técnicas trazidas do Japão, sem pressões ou agressões efetuadas no corpo. Por meio da respiração, a coluna é colocada no lugar, havendo um balanceamento e, conseqüentemente, uma melhoria na postura, com o aumento da capacidade pulmonar, oxigenação cerebral, com efeitos no estômago e fígado. Deixa o corpo equilibrado.

**2. É somente na coluna que é feita a técnica?**

O corpo tem que melhorar como um todo, e não apenas no local afetado, daí ser uma técnica que visa o balanceamento corporal.

**3. O corpo então vai recuperando seu equilíbrio de maneira harmoniosa?**

R – Sim, o organismo vai recuperando seus sistemas pouco a pouco, com órgãos como o fígado, os rins, o intestino, o estômago, além do sistema imunológico funcionando plenamente, trazendo uma harmonia para o corpo como um todo. Equilibra a pressão arterial, melhorando o corpo todo.

**4. E quanto à produção hormonal?**

R - Há um crescimento hormonal, com conseqüente aumento da defesa imunológica, pois a tensão, estresse e demais adversidades do dia a dia

deixam o organismo fraco e desprotegido.

**5. Agora, explique o que é e como funciona a All Therapy?**

R – É uma terapia mental. Consiste em exercícios que provocam o trabalho cerebral para fortalecer a memória e o raciocínio, prevenindo desta forma, a demência, havendo também a melhoria da visão, dentre outros benefícios.

**6. Como é ministrada essa terapia?**

R – Em sessões semanais com duração de mais ou menos duas horas, podendo levar um ou mais meses, dependendo de cada cliente.

**7. Existe algum impedimento de idade, para se utilizar da All Therapy?**

R – Nenhum, desde crianças até pessoas com idade bastante avançada, podem se utilizar dela. Indicada também para insônia, lupus, zumbido no ouvido, enxaqueca, criança que faz xixi na cama, vai recuperando o controle do corpo.

**8. Qual a diferença entre as suas técnicas e demais terapias existentes?**

R – Normalmente, as terapias focam no local atingido, enquanto que a nossa terapia visa equilibrar o corpo todo, sem dores, pressões, batidas ou deslocamentos. Cada um de nós tem um sistema de comando do próprio corpo, e nossa terapia trabalha exatamente com esse comando, ocasionando desta forma a recuperação corporal.

**Takashi Miyase**

Terapeuta Natural pela Academia Japonesa de Terapia Natural no Japão  
Diretor da Academia Dr. Matsushima Hiroyuki

Conheça essa arte milenar do bem-estar.  
Atendimento com hora marcada: terças, quintas e sábados.  
Fones: 11 95628-8885 / 11 2476-5593  
**LIGUE E MARQUE UMA AVALIAÇÃO GRATUITA**

## ALUGUEL DE SALAS PARA CURSOS, PALESTRAS E ATENDIMENTOS

Jardim Aeroporto - Zona Sul

Local de fácil acesso, próximo à Estação  
Conceição do Metrô, Aeroporto de  
Congonhas e Av. Roberto Marinho

Estacionamento na porta com  
Segurança 24 horas, Wi-fi, Recepção,  
Datashow

Informações: 11 5031-4952 / 11 98272-2121

www.idepes.com.br

**Espaço Betha Luxor**  
Terapias integrativas e complementares,  
cursos, palestras e produtos terapêuticos.  
Visite nossa página no Facebook: Espaço Betha Luxor

Atendimento terapêutico com a utilização de radiestesia e numerologia cabalística para mapear situações físicas, emocionais e mentais.  
Venha fazer sua biotipologia com numerologia cabalística e receba sua mandala personalizada de acordo ao seu perfil.

Endereço: Rua Dona Elisa Flaquer, 70 – Sala 123, 12º Andar – Santo André – São Paulo  
Telefones: Comercial - (11) 2774 9563 / Whatsapp – (11) 98659 9536  
Email: espacobethaluxor@gmail.com





# RESGATE A AUTOESTIMA

Por Carlos Tonello

**“Não há nada de brilhante em encolher-se para que as outras pessoas não se sintam inseguras em torno de você. E à medida que deixamos nossa própria luz brilhar, inconscientemente damos às outras pessoas permissão para fazer o mesmo.”**

**Nelson Mandela**

**V**amos refletir sobre a importância de olhar para nosso interior e coração, que representam a conexão com a nossa alma. Ter a certeza de que somos seres únicos de um mesmo Deus e essência, que possuímos a mesma centelha de luz divina em nosso ser.

Enquanto seres humanos, devemos nos assumir como únicos em um processo natural de evolução, vivenciar a todo instante nossa identidade e verdade internas, fazer nossas escolhas, focar em resultados e não permitir que o outro interfira em nosso livre arbítrio. Testar todas as possibilidades que nos são oferecidas e seguir principalmente a voz do coração.

Oferecer nosso melhor, não esperar nada em troca, não julgar, nem represar situações passadas que deixaram marcas negativas em nosso coração, permitindo assim resgatarmos a felicidade.

Lembrar que fatores que contribuem na baixa autoestima estão ligados aos vários tipos de abuso: emocional, físico, social e sexual, onde desde criança podemos ter passado por situações, constrangimentos e traumas, sem ter obtido principalmente o apoio da família. Criamos assim marcas e temores que rebatem nossa felicidade, uma vez que continuamos presos no passado sem que possamos aproveitar o que a vida nos proporcionaria de melhor nas novas relações.

Devemos nos conscientizar de que tudo em nossa forma de ser, pensar e relacionar pode parecer impossível de realizar, porém, acreditar em si, não desistir e aprender com as divergências, manterão elevado nosso estado de autoestima.

Viver cada momento como uma experiência única da vida, não se comparar com ninguém, nem exigir que as demais pessoas sigam o seu exemplo. Inspirar-se no que há de melhor em cada um e acreditar que também será capaz de realizar algo, deixando de pensar que o outro sempre é ou será bem mais sucedido, amado, desejado, feliz e assertivo do que você.

Não seguir padrões preestabelecidos de crenças e valores, de uma cultura competitiva, impostos por uma sociedade, religião, grupos ou família que acabam nos controlando e inibindo nossa forma natural e livre de fazer escolhas e seguir o melhor.

Deixarmos de lado crenças e valores impostos por uma sociedade rígida que nos avalia e marginaliza com padrões e comportamentos

coletivos, sempre voltados para o TER, poder, dinheiro, status, ignorando os seus desejos individuais. Processos que determinam o certo ou errado, sem respeitar o caminhar natural e a verdade interior de cada SER potencializados com a energia que habita nossa essência nos novos tempos.

Olhar para o nosso mundo exterior, respirar fundo, fazer nossas escolhas através do livre arbítrio, e perceber que nossos sonhos são possíveis de serem realizados, sendo apenas uma questão de tempo, planejamento e amadurecimento.

Não impor limites e aceitar o resultado como oportunidade única, positiva ou não, nos elevam a autoestima, trazem confiança, felicidade e inspiração para seguir em frente, continuar a sonhar, planejar e projetar nossos mais puros sonhos no fluxo natural da vida.

E, na medida em que deixamos de nos sentir sozinhos ou excluídos do coletivo, criamos em nossa mente e coração sentimentos, sensações e emoções de que temos valor próprio, capacidade e competência para sermos úteis e de que todas as nossas escolhas e situações vivenciadas são experiências únicas com início, meio e fim.

Seja qual for o resultado obtido, não devemos jamais nos sentir rejeitados, frustrados e fracassados, muito menos abandonados e dependentes da necessidade de reconhecimento e de aprovação do outro, pois vamos nos anulando e nos sentindo inferiores ao todo, vivenciando em nossos dias a baixa autoestima.

Passamos a perceber que somos donos de todas as vivências e experiências como evolução única, nos amando, respeitando, aceitando limites e sendo felizes em essência.

Cada vez mais no novo tempo, somos chamados para vivenciar a grande transformação planetária, vinda com seres da nova era, o que nos dá a sensação de estarmos com um vazio no coração. Nas relações, vivemos um mundo mais digital e menos humanizado. Sem amor e sentimento, nos questionamos a todo instante se estamos no local, tempo e espaço certos. Na maior parte do tempo, duvidando de relacionamentos, amizades, trabalho, família e tudo o que nos traz sentido para viver.

Durante a consulta de Terapia Holística, é comum detectar aspectos determinantes que demonstram o estado de baixa autoestima. Através da consulta, a pessoa se conscientiza dos fatores da vida que deve trabalhar para resgatar sua autoestima.

**CARLOS TONELLO**

Consultas de Radiestesia,  
Feng Shui e Florais para o equilíbrio da  
energia de pessoas e de ambientes

Há muitos desequilíbrios que afetam nossa vida e que podem ter origem em bloqueios gerados na infância, em frustrações da adolescência ou em momentos difíceis da vida, nos relacionamentos e em toda a pressão que nos cerca na fase adulta.

O reequilíbrio de energia nos ajuda a passar pelas dificuldades, proporciona o autoconhecimento e resgata a harmonia interior, melhorando também nossa saúde.

Consultório: Centro Empresarial Pinheiros

Rua Teodoro Sampaio, 1020, cj. 1005  
Pinheiros, São Paulo, SP - 05406-050

Cel: (11) 9 8333.1428 - (11) 9 5405.9948

E-mail: carlonello@uol.com.br

www.carlostonelloterapeuta.com.br

facebook.com/carlostonelloterapeuta

Para tanto, é necessário que aceite suas imperfeições, limites, valorize seu interior, se conscientize dos seus êxitos, mantenha controle emocional, creia em si mesmo, encare novos desafios, supere os próprios limites. Busque boas referências, momentos de lazer (música, leitura, filmes, esporte). Boas conversas com pessoas que agreguem amor, conhecimento, amizade e não se imponham em suas decisões.

**“Plante seu jardim e decore sua alma,  
ao invés de esperar que alguém lhe traga flores.”**

**William Shakespeare**

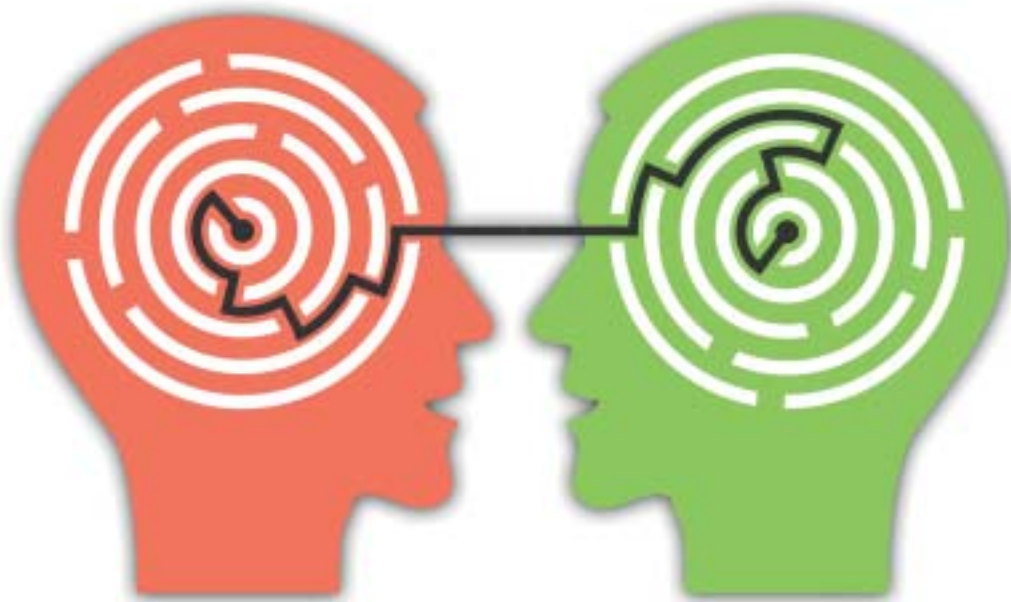
**ALUGUEL DE SALA PARA ATENDIMENTO**

Rua Prof. Filinto Guerra, 60 - Jd. Aeroporto

Tratar IDEPES: 11 5031-4952 ou  11 98272-2121

www.idepes.com.br

## PSICANÁLISE PARA TERAPEUTAS



Prof. Dr. José Luis Pires Camacho

### Curso ministrado em 8 meses

Certificado: Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior  
Curso registrado na ABRATH - Associação Brasileira dos Terapeutas Holísticos  
e na Biblioteca Nacional

**Horário: das 9 às 17 horas**

**Local: IDEPES**

**Investimento: R\$100,00 de matrícula + 8 parcelas de R\$ 350,00**

**Público alvo:** Psicólogos, Terapeutas e interessados  
em conhecer ou se atualizar

**Sobre o prof. Dr. José Luis Pires Camacho:**



Formação em Engenharia Química pela Escola Politécnica da Universidade de São Paulo em 1985. Desenvolveu o mestrado e o doutorado na mesma Instituição e em Engenharia Química. Formado em Psicanálise com abordagem Transpessoal. Pertenceu ao Núcleo de Desenvolvimento Humano sediado em Jundiaí, onde desenvolveu trabalhos terapêuticos com um grupo de psicanalistas. Pertenceu ao grupo de pesquisa em Psicoterapia Cognitivo Analítica da UNIFESP. É pesquisador na área de metafísica e de teoria quântica, além de Radiônica e radiestesia, tendo ministrado diversas palestras e cursos sobre os assuntos. Atua nessas áreas como terapeuta holístico. Professor da Pós-graduação em Gestão e Aplicação de Terapias Holísticas Vibracionais coordenado pelo IDEPES.

Informações/Inscrições: 11 5031-4952 / 11 3869-0087  
e-mail: cursos@idepes.com.br  
www.idepes.com.br

## JORNAL SAÚDE & HARMONIA

*Respeitando a vida, gerando negócios*

- .: Distribuição em São Paulo e Alphaville (público segmentado);
- .: Jornal em pdf no site www.idepes.com.br;
- .: Mala direta em pdf para 50.000 leitores
- .: 10.000 exemplares - 16 páginas coloridas;
- .: Impressão 100% colorida
- .: Papel offset branco 120g

**Peça já a sua proposta!  
Consulte nossas promoções!**

**Tel: 11 98272-2121 (whatsapp)  
saudeeharmonia@idepes.com.br  
www.idepes.com.br**

**APFEL**

RESTAURANTE VEGETARIANO

Rua D. José de Barros, 99  
Centro - São Paulo

Tel.: (11) 3256-7909

## Curso de Ciência da Homeopatia



Extensão e de Pós-graduação Lato Sensu (Especialização)  
em Ciência da Homeopatia. Seja um profissional em práticas  
integrativas complementares - PICs - CBO 3221-25.

\*Certificação:  
"Formação em Ciência  
da Homeopatia"



Modelo e pioneiro

Identifique suas predisposições hereditárias positivas e harmonize  
as que podem adoecê-lo. Ajude sua família e seus semelhantes!

SÃO PAULO/SP: (11) 99504-7021

www.facebook.com/insitutoahnamann / insitutoahnamann / @insitutoahnamann

**www.homeopatiaS.com**

## ALUGUEL DE SALAS PARA CURSOS E TREINAMENTOS

Zona Sul - Guarda 24 horas, wi-fi, recepção, datashow, ar condicionado

Tratar IDEPES: 11 5031-4952 / 11 3869-0087

www.idepes.com.br



# TORNE-SE UM TERAPEUTA DE BARRAS DE ACCESS™

## Curso com Certificação Internacional

### O que são as Barras de Access?

As Barras de Access™ são 32 pontos na sua cabeça que, quando levemente tocados, podem liberar qualquer coisa que esteja impedindo você de receber o que precisa em sua vida.

Nesses pontos (que chamamos de Barras de Access) estão armazenados todos os pensamentos, ideias, pontos de vista, crenças, sentimentos e emoções limitantes que acumulamos em nossa vida e que nos impedem de termos a vida que merecemos e sonhamos.

Quando as Barras de Access são ativadas, através do toque com as mãos, é como se fosse apertada a tecla "delete" apagando esses condicionamentos limitantes que não servem mais, permitindo a abertura para viver a vida da forma como sempre desejamos.

### Qual o efeito disso na sua vida?

Tocar as Barras permite que a carga eletromagnética que segura pensamentos, sensações, e emoções limitantes se dissipem, permitindo que você perceba sua vida, corpo e relacionamentos com mais clareza e facilidade.

As Barras de Access™ são indicadas para depressão, ansiedade, frustrações, déficit de atenção, hipera-

tividade, transtorno obsessivo compulsivo, entre outras disfunções.

Também melhoram a vitalidade e a disposição, a saúde, o desempenho no trabalho, nos estudos e na vida sexual, retarda o envelhecimento e melhora o sono, dentre tantas outras possibilidades.

As pessoas que recebem a terapia de Barras de Access™ relatam que suas vidas ficam mais fáceis, mais dinâmicas e que tudo passa a fluir com mais alegria e leveza, sem a tristeza e o peso das experiências vividas anteriormente.

É muito simples e eficaz!

### Quem pode receber as Barras de Access?

Qualquer pessoa, com qualquer idade pode receber as Barras de Access, desde bebês até adultos e idosos.

Não há restrições e nem contraindicações.

Também é possível que você aprenda a fazer as Barras de Access e tornar-se um terapeuta desta técnica, com certificação internacional. Para isso, só precisa participar do curso de 8 horas, sem pré-requisitos.

Dessa forma, você também poderá utilizar esta técnica profissionalmente ou mesmo como uma ferramenta terapêutica para seus familiares e amigos se assim desejar.

Venha conhecer e despertar o Ser Infinito que Você É!

### Informações para Atendimentos ou Cursos:

Marcelo Jeronymo – Facilitador e terapeuta de Barras de Access Consciousness

11 95168-1856

Sandra Giordani Jeronymo – Facilitadora e terapeuta de Barras de Access Consciousness

11 95951-1831

Facebook: Vitale - Cursos e Terapias

<https://www.facebook.com/drasandragiordani/>



Marcelo Jeronymo e Sandra Giordani



## Cursos Idepes

Escolha aqui o curso de sua preferência e reserve já a sua vaga para 2018

\* Descontos para ingresso imediato

Fones: 11 5031-4952 / 11 3869-0087

11 98272-2121 (WhatsApp)

[cursos@idepes.com.br](mailto:cursos@idepes.com.br)

[www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)



[www.facebook.com/idepessp](http://www.facebook.com/idepessp)

#### Fitoterapia

Profa. Dayára Lemes

#### Anatomia Energética

Profa. Dayára Lemes

#### Numerologia Cabalística

Profa. Dayára Lemes

#### Naturopatia

Prof. Denis Fernando Souza

#### Psicossomática / Metafísica

Prof. Denis Fernando Souza

#### Radiestesia e Radiônica

Profa. Renata Figueiredo

#### Cromoterapia

Profa. Ana Paula Ramos

#### Terapia Floral

Profa. Renata Figueiredo

#### Mesa Radiônica Quântica

Profa. Leuda Alencar

#### Mesa Radiônica de Ambientes

Profa. Leuda Alencar

#### Mesa Rede Cristalina

Profa. Leuda Alencar

#### Alimentação Funcional

Denise Nogueira

#### Aromaterapia

Profa. Renata Figueiredo

#### Pós-graduação Ortomolecular

Coord. Prof. Denis Fernando Souza

#### Auriculoterapia

Prof. Denis Fernando Souza

#### Cabala

Prof. José Luis Pires Camacho

#### Teoria Quântica

Prof. José Luis Pires Camacho

#### Psicanálise

Prof. José Luis Pires Camacho

#### Homeostase Quântica

Prof. Sergio Ceccato Filho

#### Terapia das Pedras Quentes

Profa. Ala Szman

#### Naturopatia

Prof. Denis Fernando Souza

#### Aromaterapia na prática

Profa. Renata Figueiredo

Pós-graduação Terapias Integrativas e Complementares  
Coord. Profa. Sônia Dick

RESERVE JÁ A SUA VAGA!

IDEPES


PÓS GRADUAÇÃO E FORMAÇÃO 

**TERAPIAS INTEGRATIVAS**

INSCREVA-SE

www.idepes.com.br / CURSOS@IDEPES.COM.BR

IDEPES

PÓS GRADUAÇÃO E FORMAÇÃO 

- Acupuntura e medicina tradicional chinesa
- Ortomolecular
- Terapias Integrativas
- Naturopatia
- Formação de Terapeutas

INSCREVA-SE

www.idepes.com.br / CURSOS@IDEPES.COM.BR

IDEPES

PÓS GRADUAÇÃO E FORMAÇÃO 

**ORTOMOLECULAR**

CONTEÚDO DE PÓS GRADUAÇÃO LATU SENSU EM ORTOMOLECULAR

Em um final de semana por mês  
Professores Especialistas,  
Mestres e Doutores

www.idepes.com.br

DISCIPLINAS 

1. Bases da Prática Ortomolecular
2. Nutrição Funcional
3. Semiologia Ortomolecular análises clínicas
4. Semiologia Ortomolecular análises clínicas
5. Nutricosmética
6. Metodologia da Pesquisa Científica
7. Endocrinologia e Clínica Ortomolecular
8. Fitoterapia Clínica

INSCREVA - SE

11 5031-4952 / 11 3869-0087  
11 98272-2121 (WhatsApp)  
cursos@idepes.com.br  
www.idepes.com.br

## Pós-graduação Lato Sensu em Acupuntura



**Duração:** 24 Meses

### Programa de Curso

Teorias de Base / Métodos e Técnicas de avaliação e Diagnósticos em MTC / Prática Ambulatorial / Anatomia de Canais e Colaterais / Técnicas Associadas à Acupuntura / Legislação, Ética e Deontologia em Acupuntura / Acupuntura Aplicada às Patologias / Acupuntura Clássica / Psicologia Aplicada à Acupuntura / Fisiologia energética / Etiologia e Fisiopatogenia Energéticas / Metodologia Científica.

**Local:** IDEPES

**Informações:** 11 5031-4952 / 11 3869-0087 / 11 98272-2121 (WhatsApp)

**Email:** cursos@idepes.com.br  
www.idepes.com.br



Dr. Lair Ribeiro

## AUTOCONHECIMENTO

### - a alavanca para uma vida plena -

Em um mundo dinâmico e em plena evolução como o que vivemos, as pessoas estão sempre correndo, muito ocupadas, com medo de olhar para dentro de si mesmas e descobrir sua verdadeira essência. Temem seus monstros, mas não imaginam que, ao superá-los, poderão encher-se de energia e tornar-se aptas a conquistar uma vida plena e mais feliz.

Muitas vezes, evitamos entrar em contato com nossos sentimentos mais profundos, até mesmo como forma de nos proteger do que poderia vir à tona se nos permitíssemos nos expressar como verdadeiramente somos. Como fuga, muitas pessoas mergulham no trabalho e em atividades produtivas, enquanto outras embarcam em viagens obscuras, entregando-se a vícios como alcoolismo, jogo ou drogas.

“Quem é você?”. Alguma vez você tentou responder a esta pergunta sinceramente? É preciso coragem para escutar a resposta com atenção. Permitir-se reconhecer suas próprias falhas e propor-se mudanças efetivas não é tarefa simples. É importante reconhecer suas virtudes e conquistas, traçar novos planos e metas e perseverar em busca do sucesso! Você só terá chances de se sair bem no jogo da vida quando souber quais são seus pontos fracos (falhas) e suas armas poderosas (virtudes), e tiver controle sobre eles.

Quem costuma dizer “Quem me dera poder ter tal coisa...” ou “Quem sou eu para fazer isso...” ou “Isso não é para mim, conheço meu lugar...” é porque não se conhece o bastante para saber tudo de que é capaz. Presas a crenças e idéias equivocadas a respeito da vida e de si mesmas, essas pessoas vivem à margem da vida, como platéia e nunca como ator principal.

De início, uma viagem para dentro de si mesmo pode não ser muito prazerosa, mas é inegável que trará um novo sentido à vida de quem lançar-se a tal empreendimento. O processo inicial é longo, pois é preciso retirar cuidadosamente as máscaras que escolhemos para nos proteger do olhar dos outros e do nosso próprio olhar. Muitas vezes, essas máscaras de tão usadas já se sedimentaram, tornando-se sólidas, duras, como se fizessem parte de nós. Quando envolvidos nesse tipo de máscara, olhamo-nos no espelho e não nos vemos. Nossa real identidade está muito bem escondida, não se revela nem mais a nós mesmos.

Um dos meios para se conhecer melhor é saber exatamente o que você quer, de que coisas está disposto a abrir mão em favor de seus objetivos e qual o melhor caminho a seguir. Reflita a respeito de onde e como você deseja estar daqui há seis meses, um ano, cinco e dez anos. Depois, busque identificar o que lhe falta para chegar lá.

Primeiro, preste atenção à sua rotina, tente identificar em que ela o incomoda, e, então, passe a observar, avaliar, criticar e encontrar saídas para aquele ponto, especificamente. Seja um observador de si mesmo. Reveja sua vida como quem assiste a um filme. Pegue lápis e papel e registre, escreva tudo o que lhe vier à mente. Depois, use sua capacidade racional e analise cuidadosamente o que tiver escrito. Esteja aberto a críticas pessoais e identifique pontos que precisam ser modificados. Às vezes, pequenas coisas podem se transformar em muralhas intransponíveis. Se você conseguir identificá-las a tempo, poderá agir e impedir que o prejudiquem.

Reflita a respeito do que gosta de fazer nas suas horas livres: prefere ler um bom livro ou ir ao cinema? Qual o seu prato preferido? Suas escolhas têm sido coerentes com suas vontades e desejos? O que o impede de conquistar suas metas?

Converse consigo mesmo, pois é a partir dessa conversa interna que você poderá desenvolver o autoconhecimento e ter controle sobre suas emoções. Sem isso, você será incapaz de atuar no mundo em que vive. E nós só conseguimos controlar algo se o conhecermos muito bem.

**Dr. Lair Ribeiro** — Palestrante internacional, ex-diretor da Merck Sharp & Dohme e da Ciba-Geigy Corporation, nos Estados Unidos, e autor de vários livros que se tornaram *best-sellers* no Brasil e em países da América Latina e da Europa. Médico cardiologista, viveu 17 anos nos Estados Unidos, onde realizou treinamentos e pesquisas na Harvard University, Baylor College of Medicine e Thomas Jefferson University. / Webpage: [www.lairribeiro.com.br](http://www.lairribeiro.com.br) / e-mail: [Irsintonia@terra.com.br](mailto:Irsintonia@terra.com.br) / Tel. 0-55-11-3889.0038

## MESA RADIÔNICA QUÂNTICA RP



**Objetivo :** Preparar o aluno para entender, gerar e enviar frequências usando a Mesa Radiônica Quântica como Ferramenta. Introduzir conceitos quânticos, despertar os criadores aptos, subir o nível de consciência individual e colaborar para o salto quântico da consciência da humanidade. Crescer pelo amor e não pela dor.

#### Temas abordados:

- Princípios da Radiestesia e Radiônica;
- Psiônica e Mesa Radiônica;
- Programação do pêndulo;
- Elementos da Mesa - apresentação;
- Ferramentas da mesa; - Conexão;
- Mensuração; - Portais; - Entrega;
- Dicas e aprofundamentos das ferramentas;
- Exercícios práticos.

Curso da **Criadora Régia Prado**, reconhecido pela **ABRATH** e inscrito na **Biblioteca Nacional**.

**Facilitadora: Leuda de Alencar**

**Inclusos:** Certificado, Apostila, Mesa e Pêndulo.

**Aula Prática Personalizada**

Reserva de Vaga: 11 5031-4952 / 11 99255-5485 (WhatsApp)

Email: [cursos@idepes.com.br](mailto:cursos@idepes.com.br) / Facebook: idepes

**IDEPES - Novos cursos nas áreas de  
Terapias e Gestão, com registro na  
Biblioteca Nacional, MEC e ABRATH  
Fones: 11 5031-4952 / 11 98272-2121  
(WhatsApp)  
[www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)**

## AGENDA CURSOS IDEPES AGOSTO / SETEMBRO 2018

AGOSTO	CURSO	DURAÇÃO	DOCENTE
18	Mesa Radiônica Rosa	Um dia	Leuda Alencar
19	Mesa Radiônica Quântica Azul	Um dia	Leuda Alencar
18 e 19	Pós-graduação em Ortomolecular	10 meses	Denis Fernando de Souza
26	Cabala	12 meses - (um domingo por mês)	José Luis Pires Camacho
25 e 26	Pós-graduação em Terapias Integrativas	Aromaterapia	Renata Figueiredo
25 e 26	Formação de Terapeutas	Aromaterapia	Renata Figueiredo
SETEMBRO	CURSO	DURAÇÃO	DOCENTE
1 e 2	Naturopatia	24 meses (um final de semana por mês)	Denis Fernando de Souza
1 e 2	Pós-graduação em Ortomolecular	INÍCIO NOVA TURMA - 10 meses	Denis Fernando de Souza
15 e 16	Cabala	12 meses - (um domingo por mês)	José Luis Pires Camacho
15 e 16	Matrix Aromática	Um final de semana	Renata Figueiredo
22	<b>WORKSHOP INTERATIVO</b>	Uma viagem às Terapias Integrativas	Equipe de professores
29 e 30	Pós-graduação em Terapias Integrativas	Radiestesia	José Luis Pires Camacho
29 e 30	Formação de Terapeutas	Radiestesia	José Luis Pires Camacho

**Fones: 11 5031-4952 / 11 3869-0087 / WhatsApp: 11 98272-2121**  
**E-mail: cursos@idepes.com.br**  
**www.idepes.com.br**

Obtenha um diferencial para sua clientela  
**Certificado de Qualidade Sanitária para Serviços de Estética**



Esta certificação assegura o cumprimento de quesitos obrigatórios e promove um importante diferencial para o sucesso do seu estabelecimento  
**Fale com nossa equipe !!!**

	11 3672.7001
	www.facebook.com/inbravisa
	www.inbravisa.com.br
	11 992460319
	inbravisa@inbravisa.com.br

  
**INBRAVISA**  
Instituto Brasileiro de Auditoria em Vigilância Sanitária

**JORNAL SAÚDE  
& HARMONIA**

**ANUNCIE AQUI**

**Fones: 11 5031-4952**  
**WhatsApp: 11 98272-2121**  
**saudeeharmonia@idepes.com.br**  
**www.idepes.com.br**



# FALAR DE AMOR É PRIMOROSO!

Por Antonio de Souza Neto

Falamos dessa curta palavra com quatro sílabas o tempo todo, nos relacionamentos, paixões, nas trocas de carícias a cada abraço, muitas vezes nas paixões ardentes, mas também com afeto incondicional onde há descargas de hormônios que fazem muito bem ao nosso corpo e nossa alma.

Em pesquisas recentes o Dr. David R. Hawkins médico dos Estados Unidos da América, afirma que uma das causas de doenças é a falta de amor e segundo suas pesquisas conclui que esse amor é capaz de causar apoptose em células cancerígenas.

Segue um trecho do livro, onde Hawkins faz relações entre supostos níveis de consciência e seus efeitos:

“Embora apenas 15% de toda a população do mundo esteja acima do nível crítico 200 de consciência, a força coletiva desses 15% tem o peso para contrabalançar a negatividade dos 85% restantes da população mundial. Devido ao fato da escala de força avançar logaritmicamente, um simples Avatar em um nível de consciência de 1.000 pode, na verdade, contrabalançar totalmente a negatividade coletiva de toda a humanidade.

Um indivíduo que vive e vibra na energia do otimismo e da disposição de não julgar os outros (nível 300) irá contrabalançar a negatividade de 90 mil pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força.

Um indivíduo que vive e vibra na energia do puro amor e da reverência por toda a vida (nível 500) irá contrabalançar a negatividade de 750 mil pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força.

Um indivíduo que vive e vibra na energia da iluminação, graça e paz infinita (nível 600) irá contrabalançar a negatividade de 10 milhões de pessoas que estão calibradas nos níveis mais baixos de força (aproximadamente 22 desses sábios estão vivos hoje).

Um indivíduo que vive e vibra na energia da graça, do espírito puro além do corpo, num mundo de não-dualidade e unidade completa (nível 700), irá contrabalançar a negatividade de 70 milhões de pessoas que estão calibradas em níveis mais baixos de força (aproximadamente 10 desses sábios estão vivos hoje)”.  
Dr David R. Hawkins, em “Força e Poder”.

## ENERGIA DO AMOR

Portanto, podemos vibrar a energia do amor e elevar essa energia a todo ser humano, despertando nesse indivíduo suas forças e virtudes através de várias ferramentas que o saber de que avatares nos legou durante toda história da humanidade.

O Dr. David encontrou até mesmo no sufismo, elementos que deram base às suas pesquisas.

Podemos encontrar em trabalhos recentes como na Psicologia Positiva de Christopher Peterson e Martin Seligman que listaram seis virtudes que norteiam as qualidades do ser humano. São elas:

“Sabedoria e Conhecimento, Coragem, Humanidade, Justiça, Temperança e Transcendência.

Essas virtudes apresentam conceitos abstratos, foram também classificadas as forças de caráter e relacionadas com cada uma delas para servirem como caminhos e atingir tais virtudes.

Podemos encontrar em técnicas como: Tethahealing, Barras de Access,

BEST bioressonância entre outras dezenas de técnicas que despertam as leis do universo em busca da cura da alma do corpo da pessoa.

Em nosso cotidiano utilizo algumas dessas técnicas e da Naturopatia para despertar as qualidades e forças que ficam estagnadas em alguns dos meus clientes. Muitos trazem angústia, mal estar que se somatizam em doenças que a alopatia, muitas vezes, não consegue avaliar e acabam remediando na busca de aliviar as dores que a sociedade contemporânea não consegue compreender.

## MALES DA GLOBALIZAÇÃO

Muitas vezes, uma sociedade doente como a nossa, leva a maioria das pessoas a perder o norte, o rumo, a direção causando ansiedade, levando milhares à depressão.

Como consequência acabam conduzindo um corpo sadio, lentamente, muitas vezes, a doenças crônicas, agudas, epidêmicas em nem nos damos conta desse processo lento e gradual que lota os corredores de hospitais públicos e privados.

Prova disso, no progresso da indústria hospitalar que tem aumentado gradualmente aos nossos olhos, o que por um lado é muito bom, pois o Estado de São Paulo tem hospitais dotados de altas tecnologias comparados aos melhores do mundo, porém, o triste nesse caso, é que o acesso se limita à uma casta de cidadãos privilegiados.

## EDUCAÇÃO É O CAMINHO

Na verdade deveríamos investir muito mais em educação, informação, pesquisas, como fez a Coréia do Sul, que conseguiu harmonizar as relações sociais

**EMAGRECER E PERMANECER**  
Programa de Emagrecimento Inteligente e Personalizado

**EQUIPE MULTIDISCIPLINAR**

☎ 11 3213-9872  
☎ 11 95792-4818  
@emagrecer.e.permanecer  
contato.emagrecerepermanecer@bol.com.br

**Clínica Lanfredi**

R. Afonso de Freitas, 377 - CJ. 903  
CEP: 04006-051 - Paraíso - SP

e pessoais, trazendo esperança e muito amor incondicional às pessoas.

Segundo o Dr. Hawkins devemos elevar as frequências para vibrarmos em parâmetros mais elevados.

Creio nessas energias das cores, dos amores, dos bons relacionamentos, que podem despertar forças e virtudes nas pessoas, trazendo à luz verdadeiros avatares que estão contidos em nossos “quantuns, photons e neutrinos” que eclodem em nosso peito no instante, no momento que é o presente e presente no instante, que é a pura essência da vida, do amor incondicional...

**Antonio de Souza Neto**  
MTB -15106 CRP-105744  
Cel: 11 99983-4062 / 11 3337-6277  
WhatsApp 11 97454-0574  
www.novaeraterapias.com.br  
Psicologia Positiva - Felicidade  
Compromisso - Relacionamento  
Propósito - Realizações.  
Coaching de vida e empresarial.  
Naturopatia e Terapia Ortomolecular integrativa.

**O IDEPES - possui cursos de pós-graduação e formação, nas áreas de Terapias Integrativas e Gestão, com registro na Biblioteca Nacional, MEC e ABRATH.**

**Faça já a sua inscrição pelo site [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br). Aproveite e tire as dúvidas pelo link do WhatsApp no próprio site.**

**Se preferir, entre em contato pelos Fones: 11 5031-4952 / 11 98272-2121 (WhatsApp) ou e-mail [cursos@idepes.com.br](mailto:cursos@idepes.com.br)**

**Naturaville**  
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E PRODUTOS NATURAIS

Farmacêutico presente para a sua orientação

QUALIDADE E RESPONSABILIDADE AO SEU ALCANCE

ALOPATIA - HOMEOPATIA  
ORTOMOLECULAR - FLORAIS  
FITOTERAPIA - COSMÉTICA

Ampla linha de Matérias-primas para a manipulação de seus medicamentos

VARIADA LINHA DE CHÁS MEDICINAIS, COMPLEMENTOS ALIMENTARES, PRODUTOS DIET, LIGHT E SEM GLÚTEM

MEDICAMENTOS WELEDA - LINHA SANAVITA - PRODUTOS DE BABOSA ALIMENTOS INTEGRAIS E ESSENCIAIS

CONSULTAS DE IRILOGIA, TERAPIA FLORAL, ACUPUNTURA E MASSAGENS TERAPÊUTICAS

FARMÁCIA NATURAVILLE: Calçada das Rosas, 144 - Alphaville - BARUERI  
Tel./Fax: (11) 4195-0022 / 4195-9900



- ORÁCULOS
- PRODUTOS MÍSTICOS E ESOTÉRICOS
- PALESTRAS
- SALAS TEMÁTICAS



- ATIVIDADES INTERATIVAS
- CONHECIMENTOS OCULTOS
- AUTOCULTIVAÇÃO DO CORPO E DA MENTE
- E MUITO MAIS



**VOCÊ NÃO PODE PERDER!!!**



<p><b>SÃO PAULO EXPO</b> EXHIBITION &amp; CONVENTION CENTER</p>		<p>Local: Sao Paulo Expo End: Rod. dos Imigrantes, Km 1,5 Transporte gratuito direto do Metrô Jabaquara</p>
---	--	---

[www.mysticfair.com.br](http://www.mysticfair.com.br) - [contato@mysticfair.com.br](mailto:contato@mysticfair.com.br) - (11) 2865-7364

APOIO:

