



# GÂNDEȘTE & CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

## GÂNDEȘTE, TRĂIEȘTE & CÂȘTIGĂ DIFERIT O PLATFORMĂ PENTRU ECHILIBRUL TĂU



Peste un an  
**ÎȚI VEI DORI**  
să fi început  
**Astăzi**



## *Ioana si Gabi Bălănescu*

### **Gândește, Trăiește & Câștigă Diferit – O Platformă pentru Echilibrul Tău**

Te-ai gândit vreodată cât de important este să găsești armonia între corp, minte și suflet?

Noua noastră platformă educațională îți aduce oportunitatea de a explora cele \*cinci arii ale bunăstării\* – fizică, mentală, spirituală, profesională și financiară – prin \*clase online săptămânale\* alături de oameni pasionați și dedicați. Este un spațiu creat pentru tine, în care poți învăța cum să îți reduci stresul, să îți dezvolți încrederea, să îți descoperi resursele interioare și să creezi stabilitate în viața ta.

Tot ce trebuie să faci este să fii deschis la schimbare și să faci primul pas. Noi suntem aici să te ghidăm.



GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

## ACTIVITATE FIZICĂ



# Fitness și nutriție

descoperă

- importanța activităților fizice în rutina zilnică
- beneficiile nutriției corecte pentru un corp sănătos și o minte clară
- crearea unui plan personalizat de nutriție pentru atingerea obiectivelor individuale
- adaptarea exercițiilor fizice și a meselor pentru a sprijini progresul continuu
- tehnici de alimentație pentru îmbunătățirea energiei și performanței



**Florina CUCU**

Fitness și Nutriție

## Florina Cucu

Am o experiență de 7 ani în fitness și nutriție, și am avut oportunitatea de a lucra cu numeroase persoane, ajutându-le să-și îmbunătățească condiția fizică, dar și să depășească blocajele mentale. Am început cariera sportivă în 2014, axându-mă pe arte marțiale, în special Kung-Fu, și am continuat formarea profesională în Crossfit și Functional Training. De 7 ani mă concentrez exclusiv pe fitness și nutriție, iar pe lângă certificarea ca instructor de fitness, am fost și sportiv de performanță, obținând numeroase premii și realizări. Sunt pasionată de nutriția sănătoasă, iar acest lucru mi-a permis să dezvolt un program integrat care combină exercițiile fizice cu alimentația corectă pentru un stil de viață sănătos.

*În cadrul acestui proiect voi preda cursuri de fitness și nutriție, axându-mă pe Functional Training și alimentația corectă, care vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să adopte un stil de viață sănătos, să își îmbunătățească condiția fizică și să învețe principiile unei alimentații echilibrate.*

Voi aborda subiecte precum:

- Importanța activităților fizice în rutina zilnică
- Beneficiile nutriției corecte pentru un corp sănătos și o minte clară
- Crearea unui plan personalizat de nutriție pentru atingerea obiectivelor individuale
- Adaptarea exercițiilor fizice și a meselor pentru a sprijini progresul continuu
- Tehnici de alimentație pentru îmbunătățirea energiei și performanței

Telefon: +40784219855





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

# Fitness și Mindset de campion

descoperă

- construirea unui corp puternic și definit
- dezvoltarea unei mentalități de campion
- cum să îți personalizezi planul de nutriție și antrenament
- cum să menții rezultatele pe termen lung și să înfrunți obstacolele mentale



**Angel RODIAN**

Fitness Trainer

## Angel Rodian

Am o experiență profesională de 12 ani în fitness și antrenorat personal și am avut oportunitatea de a lucra cu mii de oameni, ajutându-i să obțină corpul dorit și o mentalitate de învingător. De-a lungul carierei mele, am câștigat multiple premii în domeniul culturismului și fitnessului și am devenit antrenor premiat la FitChallenge și Men's Health Top Trainer. Am o pasiune profundă pentru a ajuta oamenii să devină cea mai bună versiune a lor, atât fizic, cât și mental, și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui program voi preda „Fitness și Mindset de campion”, un program care te va ghida pas cu pas pentru a-ți transforma corpul și mintea.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a te ajuta să elimini grăsimea, să construiești mușchi definiți și să îți dezvolți o mentalitate de învingător care să te sprijine pe termen lung.

Voi aborda subiecte precum:

- Construirea unui corp puternic și definit
- Dezvoltarea unei mentalități de campion
- Cum să îți personalizezi planul de nutriție și antrenament
- Cum să menții rezultatele pe termen lung și să înfrunți obstacolele mentale

Website: [curs.angelrodian.com](https://curs.angelrodian.com)

Telefon: +40725746479





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

# Barre Fitness energie, mobilitate și un corp tonifiat

descoperă

- cum să executăm cât mai corect exercițiile pentru a fi în siguranță pe parcursul claselor și vom lucra întreg corpul astfel încât să obținem rezultate frumoase.
- cum să vă tonificați corpul, să vă îmbunătățiți postura și starea de spirit.



**Ștefania SCARLAT**

Instructor de Barre Fitness

## Ștefania Scarlat

În cadrul acestui proiect, voi susține clase de Barre Fitness – un tip de fitness care îmbină elemente din balet, Pilates și yoga, în cel mai feminin mod, pentru a ne tonifia și modela corpul.

După ce am obținut diploma de instructor fitness, m-am certificat în Barre Fitness atât în România, cât și în Statele Unite ale Americii.

Consider că depinde de noi să ne simțim bine, să fim în formă și să fim fericiți.

Clasele mele de Barre Fitness vă vor ajuta să:

- Tonificați corpul,
- Îmbunătățiți postura și starea de spirit,
- Lucrați întreg corpul pentru a obține rezultate frumoase.

*În cadrul acestui proiect vom învăța să executăm cât mai corect exercițiile, pentru a fi în siguranță pe parcursul claselor.*

Sunt extrem de bucuroasă că pot aduce și eu aportul meu în cadrul acestei comunități prin clasele de Barre Fitness, care vă vor ajuta să:

- Vă simțiți bine,
- Aveți mai multă energie,
- Dezvoltați mobilitate mai bună și
- Obțineți un corp tonifiat.

Telefon: +0745065278



# Yoga pentru o viață echilibrată

descoperă

- tehnici pentru creșterea flexibilității și ameliorarea sau chiar eliminarea durerilor de spate.
- tonifierea musculaturii.
- tehnici simple de respirație pentru reducerea stresului și anxietății.
- creșterea concentrării.



**Camelia VARZARU**

Yoga trainer

## Camelia Varzaru

Am o experiență de peste 11 ani în Resurse Umane și am avut oportunitatea de a lucra în Multinaționale importante precum Quanta Resurse Umane, Lugera și Magna.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru lucrul cu oamenii, pentru dezvoltarea și armonizarea lor și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi preda Yoga pentru o viață echilibrată.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- Își reducă stresul cotidian.
- Aibă o postură corectă.
- Își crească flexibilitatea și nivelul de energie al corpului.
- Atingă un echilibru perfect între corp-minte-suflet.

Voi aborda subiecte precum:

- Tehnici pentru creșterea flexibilității și ameliorarea sau chiar eliminarea durerilor de spate.
- Tonifierea musculaturii.
- Tehnici simple de respirație pentru reducerea stresului și anxietății.
- Creșterea concentrării.

Telefon: +0761347760



# Face Yoga

descoperă

- cum să obți un ten mai sănătos, mai tânăr, mai hidratat, mai tonifiat și mai luminos.
- care sunt puncte energetice la nivelul feței.
- cum să stimulezi aceste puncte pentru a te relaxa, a elibera tensiunea și a regenera corpul.



**Roxana GUZU**

Makeup Therapist,  
Face Yoga Trainer

## Roxana Guzu

Am o experiență de peste 11 ani în domeniul de frumusețe. Din anul 2013 sunt prezentă ca și Makeup Artist în industria media de fashion, televiziune, videoclipuri și editoriale, din anul 2017 susțin și cursuri MakeupTherapy, iar din anul 2021 sunt Yoga Face Trainer. Am avut oportunitatea de a face parte ca și Makeup Artist din echipele producțiilor de televiziune Vocea României, Romanii au Talent, Insula Iubirii, Batem Palma, Ce spun românii, Masterchef, etc. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru frumusețea naturală, și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi susține antrenamente faciale Face Yoga. Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să obțină un ten mai sănătos, mai tânăr, mai hidratat, mai tonifiat și mai luminos.*

Acest antrenament facial, este o practică holistică, care ne ajută pe cele 3 niveluri: emoțional, spiritual și fizic.

Așadar, acționează la exterior, însă este important ce beneficii aduce și la interior, la nivelul creierului.

La nivelul feței, sunt puncte energetice și prin stimularea lor, ne relaxăm, eliberăm tensiunea, și obținem o stare de calm, un somn de calitate, eliberând nivelul de cortizol și îl înlocuim cu melatonina, funcția de regenerare a corpului nostru.

Website: [www.roxanaguzu.ro](http://www.roxanaguzu.ro)

Telefon: +40766664965



## Wuji Gong: autocultivare spirituală și autovindecare energetică

descoperă

- Energia vitală: cultivarea circulația energiei (Qi) pentru eliminarea blocajelor și îmbunătățirea echilibrului interior.
- Integrarea minte-corp: conștientizarea corpului și a minții prin mișcări armonioase, vizualizări și intenții clare.
- Exerciții și posturi accesibile: mișcări simple și respirații controlate.
- Auto-vindecare și dezvoltare personală: întărirea sistemului imunitar, reducerea stresului și prevenirea afecțiunilor prin echilibru energetic și conștiință sporită.



**Viorel VASILE**  
Practicant Wuji Gong

## Viorel Vasile

Am o experiență de peste 20 de ani în domeniul spiritual și am avut oportunitatea de a lucra atât în țară, cât și în străinătate. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru Wuji Gong. Chiar denumirea acestui stil, „Metodă (Gong) pentru accesarea Totalității (Wuji)”, sugerează că orice practicant poate atinge cele mai înalte niveluri ale dezvoltării spirituale. Esența acestei practici presupune o transformare alchimică de la conștiința centrată pe ego la cea centrată pe suflet.

*În cadrul acestui proiect voi preda Wuji Gong, un sistem de autocultivare spirituală și autovindecare energetică ce derivă din tradiția taoistă și practica călugărilor shaolin din China Antică.*

Această metodă:

- Conectează practicanții la o sursă puternică de energie, dizolvând tiparele repetitive.
- Relaxează profund și înlătură stresul sau tensiunile interioare.
- Neutralizează oscilațiile emoționale și echilibrează activitatea neuro-cerebrală.
- Armonizează energiile feminine și masculine din noi.
- Deschide conexiunea cu iubirea din inimă.
- Echilibrează viața materială cu cea spirituală.
- Dezvoltă intuiția și alte abilități personale.

Subiectele pe care le voi aborda includ:

- Concentrarea pe Qi și energia vitală: cultivarea, rafinarea și circulația energiei (Qi) pentru eliminarea blocajelor și îmbunătățirea echilibrului interior.
- Integrarea minte-corp: conștientizarea corpului și a minții prin mișcări armonioase, vizualizări și intenții clare.
- Exerciții și posturi accesibile: mișcări simple și respirații controlate, potrivite pentru toate vârstele și nivelurile de sănătate.

Telefon: +0729560202





GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

**SĂNĂTATE ȘI STARE DE BINE**



# Sănătatea holistică și aromaterapia

descoperă

- Cum apare boala și cele 5 legi biologice ale naturii
- Cum să îți iubești corpul mai mult, schimbându-ți perspectiva despre cum funcționează acesta
- Cum caută corpul să comunice cu tine prin simptome
- Cum îți poți întări cu adevărat sistemul imunitar și ce este acesta
- Ce înseamnă sănătate holistică
- Cum putem folosi aromaterapia pentru a lucra pe plan emoțional și mental pentru a ne reechilibra



**Angelica ION**  
Educator holistic

## Angelica Ion

Sunt educator holistic, am 2 copii minunați crescuți natural și folosesc de circa 9 ani cunoștințele din noua medicină germanică și îmi place să înțeleg care sunt cauzele emoționale care au făcut ca simptomele să apară în corp și cum pot integra aromaterapia pentru a lucra nu doar pe plan fizic, ci mai ales pe plan emoțional cu ajutorul naturii.

Misiunea mea este să ajut oamenii să revină la a fi ei, a se putea conecta cu esența lor, pentru a înțelege că au venit aici cu o menire, pe care dacă nu o împlinesc, asta va duce la dezechilibre pe mai multe planuri, inclusiv pe cel fizic.

De-a lungul carierei mele, am căutat să am grijă de mine pe toate planurile minte-trup-suflet și să aplic informațiile noi mine, pe familia mea, apoi pe cei apropiați și pe oricine a avut nevoie de ele.

### În cadrul acestui proiect voi predă:

- Cum apare boala în corp și cele 5 legi biologice ale naturii
- Cum să îți iubești corpul mai mult, schimbându-ți perspectiva despre cum funcționează acesta
- Cum caută corpul să comunice cu tine prin simptome
- Voi lua fiecare organ și țesut în parte și voi vorbi atât de partea fizică, cât și de cea emoțională
- Cum îți poți întări cu adevărat sistemul imunitar și ce este acesta
- Ce înseamnă sănătate holistică
- Cum putem folosi aromaterapia pentru a lucra pe plan emoțional și mental pentru a ne reechilibra
- Ce este depresia din perspectiva noii medicine germanice și nu numai și experiența mea cu aceasta
- Ce este insomnia din perspectiva noi medicine germanice și nu numai
- Ce este menirea și cum putem înțelege mai bine ce avem de făcut aici pe Pământ
- Cum ii putem oferi corpului nostru iubire de sine

# Impactul emoțional al dependențelor: pașii pentru ieșirea din labirint

descoperă

- cum să identifici prezența unei dependențe.
- cum să înțelegi caruselul emoțional care poate duce spre o dependență.
- cum să obții sprijinul emoțional necesar în călătoria spre o viață echilibrată.



**Florentina BACOSCA**  
Terapeut, coach în hipnoza și  
theta healing

## *Florentina Bacosca*

Sunt foarte încântată să pot împărtăși cunoștințele și experiența mea în lucrul cu dependențele și codependențele. Am o experiență de 11 ani în susținerea persoanelor dependente și a familiilor acestora. Am avut oportunitatea de a lucra într-o asociație dedicată susținerii persoanelor aflate pe acest drum.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru allevierea suferinței umane, motiv pentru care m-am format ca terapeut (în diverse tehnici, precum hipnoza și theta healing) și coach.

*În cadrul acestui proiect voi preda despre impactul emoțional al dependențelor, indiferent de natura acestora, și despre pașii posibili pentru ieșirea din acest labirint al emoțiilor.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- Identifice prezența unei dependențe.
- Înțeleagă caruselul emoțional care poate duce spre o dependență.
- Afle despre sprijinul emoțional necesar în călătoria spre o viață echilibrată.

Voi aborda subiecte precum:

- Impactul dependențelor asupra vieții de familie, a carierei și a propriilor decizii.
- Modalități de susținere emoțională pentru cei aflați pe drumul vindecării.

# Teme esențiale din sfera sexualității

descoperă

- Introducere în sexualitatea conștientă
- Psihosomatica sexualității – înțelegerea conexiunii dintre minte, emoții și corp în manifestările sexuale
- Binecuvântarea ciclului menstrual și înțelegerea fazelor acestuia
- Onorarea propriului corp și tehnici de relaxare pentru conectare autentică
- Echilibrul între a dăru și a primi în relația cu partenerul
- Orgasmul cu ejaculare feminină (Squirt) – explorarea acestui proces transformator



**Diana CÎRLAN**  
Terapeut

## *Diana Cîrlan*

Sunt entuziasmată să împărtășeșc cunoștințele și experiența mea în explorarea sexualității conștiente și autentice.

Sunt autoarea cărții "Alchimia Plăcerii" și terapeut cu experiență, care a lucrat cu sute de persoane interesate să-și transforme viața printr-o mai bună înțelegere a relației cu propriul corp, emoțiile și plăcerea. Ador să sprijin oamenii în descoperirea darurilor ascunse în spatele fiecărei neplăceri, dureri sau judecăți pe care le au despre ei înșiși ori despre ceilalți.

Misiunea mea este să ghidez oamenii către o viață conștientă, trăită în plăcere și împlinire personală.

*În sesiunile mele, vom aborda teme esențiale din sfera sexualității, precum:*

- Introducere în sexualitatea conștientă
- Psihosomatica sexualității – înțelegerea conexiunii dintre minte, emoții și corp în manifestările sexuale
- Binecuvântarea ciclului menstrual și înțelegerea fazelor acestuia
- Onorarea propriului corp și tehnici de relaxare pentru conectare autentică
- Echilibrul între a dăru și a primi în relația cu partenerul
- Orgasmul cu ejaculare feminină (Squirt) – explorarea acestui proces transformator

Fiecare sesiune este concepută să vă ofere:

- Claritate
- Tehnici practice
- O mai bună înțelegere a sexualității voastre, astfel încât să trăiți o viață autentică, plină de armonie și plăcere – cu voi înșivă și cu cei din jur.

# Sănătate mintală și dezvoltare personală

## descoperă

- Tehnici de reducere a stresului și anxietății folosind CBT;
- Cum să ne eliberăm de tiparele limitative prin metoda Demartini;
- Strategii pentru gestionarea conflictelor interioare și construirea unei gândiri echilibrate;
- Dezvoltarea unui mindset puternic și a încrederii în sine.



## Ioana RANDHAVA

Instructor certificat în prim ajutor pentru bolile mintale, Mindset coach, Practician și coach NLP.

## Ioana Randhava

Lucrez în domeniul sănătății mintale din 2018, un drum pe care l-am început din dorința de a-mi înțelege mai bine propriile provocări și de a-i sprijini pe cei din jurul meu să-și regăsească echilibrul.

Sunt Instructor certificat în prim ajutor pentru bolile mintale, Mindset coach, Practician și coach NLP.

Metodologia mea include utilizarea Terapiei Cognitiv-Comportamentale (CBT) și a metodei Demartini pentru a ajuta oamenii să-și redefinească viața.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni menite să vă ajute să:*

- Gestionați stresul;
- Recăpătați motivația;
- Dezvoltați claritate mentală;
- Construiți reziliență emoțională.

Subiectele abordate vor include:

- Tehnici de reducere a stresului și anxietății folosind CBT;
- Cum să ne eliberăm de tiparele limitative prin metoda Demartini;
- Strategii pentru gestionarea conflictelor interioare și construirea unei gândiri echilibrate;
- Dezvoltarea unui mindset puternic și a încrederii în sine.

# Sănătatea holistică prin prisma Neuroștiinței

## descoperă

- Puterea Focusului – cum să îți direcționezi atenția pentru a atinge obiectivele dorite;
- Tehnici pentru o stare de performanță optimă;
- Tehnici de neuroplasticitate pentru resetarea și optimizarea mentală;
- Neuroștiința cumpărăturilor – marketingul și manipularea deciziilor;
- Tehnica Biofeedback – abilități de vindecare prin somaterapie;



**Geraldina MASSARI**

Terapeut Bowen Master,  
Neuroscience coach

## Geraldina Massari

Am o experiență de peste 20 de ani ca și cadru medical specializat în obstetrică-ginecologie, diabetologie și îngrijiri paliative. Acești ani mi-au oferit lecții valoroase despre complexitatea și frumusețea corpului uman, dar și despre puterea vindecătoare a empatiei și a conexiunii autentice cu ceilalți.

Pe parcurs, am simțit chemarea de a explora și latura holistică a sănătății, ceea ce m-a condus spre noi specializări. Sunt terapeut Bowen Master 2 și dețin o certificare în Baby Bowen, domeniu care mă inspiră profund prin delicatețea și eficiența sa. În plus, studiile mele în hipnoterapie, inclusiv autohipnoza și hipnoza regresivă, mi-au arătat cum mintea și corpul pot lucra împreună pentru autovindecare.

Recent, am adăugat în bagajul meu de cunoștințe o specializare ca și neuroscience coach și sunt aproape

de finalizarea unui program avansat la Brain Academy din Bruxelles, unde mă voi certifica ca Brain Coach.

Nu în ultimul rând, ca și facilitator certificat Star Magic, integrez medicina cuantică în abordarea holistică a sănătății, explorând dimensiuni mai profunde ale vindecării și armoniei interioare.

*În sesiunile mele, voi susține o serie de cursuri captivante și transformatoare despre sănătatea holistică și neuroștiință, concepute pentru a ajuta membrii comunității să descopere instrumente practice pentru echilibru, dezvoltare personală și auto-vindecare.*

Aceste sesiuni vor contribui la dezvoltarea unor abilități cheie, precum gestionarea stresului, îmbunătățirea performanțelor mentale și fizice, precum și aprofundarea înțelegerii legăturii dintre corp și minte.

Telefon: +32471401842



# Sănătate prin noi înșine în 15 pași

descoperă

- un curs practic și aplicabil, care vă va oferi instrumentele necesare pentru a deveni „Terapeutul casei”: Ce facem dacă avem puls mărit peste 100; Ultimele descoperiri în materie de regenerare celulară, care promovează sănătatea și longevitatea; Metode naturale pentru curățarea vaselor de sânge de colesterol și multe altele.



**Dacian DASCĂLU**  
Specialist în terapii naturiste

## *Dacian Dascălu*

Am lucrat cu peste 15.000 de oameni care s-au confruntat cu diverse afecțiuni, urmărindu-le evoluția pozitivă sau negativă în urma tratamentelor naturiste. Această experiență mi-a oferit o înțelegere profundă a eficienței soluțiilor naturale și a nevoii de educație corectă în utilizarea acestora. Într-o lume în care marketingul și recomandările neavizate domină, cred cu tărie că o informație bine documentată este cheia pentru sănătatea noastră.

*Pentru voi, membrii comunității am conceput proiectul „Sănătate prin noi înșine în 15 pași”, un curs practic și aplicabil, care vă va oferi instrumentele necesare pentru a deveni „Terapeutul casei”.*

În cadrul acestui curs, vom aborda subiecte esențiale precum:

- Cum inducem somnul în mod natural, fără medicamente.
- Ce facem dacă avem puls mărit peste 100
- Ultimele descoperiri în materie de regenerare celulară, pentru sănătate și longevitate.
- Metode naturale pentru curățarea vaselor de sânge de colesterol.
- Cum slăbim natural prin metoda sportivilor.
- Refacerea naturală articulațiilor genunchilor.
- Deparazitarea corpului
- Prepararea unui suc care regenerează sângele și sprijină vindecarea în diverse afecțiuni.
- Eliminarea pietrelor de la fiere.
- Analiza „Barometrul sănătății”
- Verificarea funcționării corecte a rinichilor.
- Evaluarea tractului digestiv pentru a identifica eventualele probleme.
- Reducerea stresului și anxietății.

**Website:** <https://www.foartebune.ro>

**Telefon:** +0722209507





GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ



# Postul intermitent și Nutriția echilibrată

descoperă

- cum să alegi tipul de post intermitent potrivit pentru tine
- beneficiile postului intermitent asupra sănătății metabolice și mentale
- principiile unei nutriții echilibrate și cum să le aplici în viața de zi cu zi
- diversitatea în alimentație
- cum să înțelegi semnificația porțiunilor și a calității alimentelor



**Daniela GERNER**

Nutriționistă

## *Daniela Gerner*

Am absolvit un master în Științele Nutriției, iar la bază sunt profesoară de biologie. 😊

În ultimii 7 ani, am lucrat ca nutriționistă în mai multe clinici de recuperare din Germania, unde locuiesc de 25 de ani. De-a lungul activității mele de nutriționistă, am lucrat cu sute, chiar mii de pacienți bolnavi de cancer, boli pulmonare, supraponderali etc., care necesitau susținere pe drumul unei nutriții echilibrate și dezvoltarea unui stil de viață sănătos.

### *În cadrul acestui proiect voi aborda subiecte precum:*

- Cum să alegi tipul de post intermitent potrivit pentru tine
- Beneficiile postului intermitent asupra sănătății metabolice și mentale
- Principiile unei nutriții echilibrate și cum să le aplici în viața de zi cu zi
- Nutriția echilibrată este esențială pentru menținerea sănătății optime și pentru prevenirea multor afecțiuni cronice, cum ar fi obezitatea, bolile cardiovasculare și diabetul
- Diversitatea în alimentație
- Cum să înțelegi semnificația porțiunilor și a calității alimentelor
- Importanța micronutrienților, macronutrienților și a hidratării pentru sănătatea optimă

Telefon: +491725614308



# Sănătatea în viața de zi cu zi

## descoperă

- Hidratarea celulară – importanța apei pentru regenerare și funcționarea optimă a organismului.
- Deparazitarea corpului intern.
- Detoxifierea personalizată – adaptată nevoilor individuale.
- Nutriția celulară – alimentația care susține sănătatea fiecărei celule.
- Protecția corpului.



**Victoraș PÎRȘAN**

Expert Regenerare Celulară

## Victor Pîrșan

Sunt nerăbdător să împărtășesc cu voi cunoștințele mele ca nutriționist online și experiența mea în menținerea și recuperarea sănătății prin regenerare celulară.

Experiența mea profesională:

- 13 ani de activitate în domeniul nutriției.
- Lucru direct cu persoane și studiu intens prin cărți și interacțiuni cu naturopati care m-au inspirat profund.
- Expertiză în sprijinirea organismului pentru a se regenera, indiferent de gravitatea afecțiunilor.

Sunt pasionat de înțelegerea și aplicarea unor metode care respectă complexitatea corpului uman și de sprijinirea oamenilor în schimbarea mentalității pentru a adopta un stil de viață sănătos.

*În cadrul acestui proiect vom explora împreună conceptul de sănătate și cum să-l integram în viața de zi cu zi, axându-ne pe:*

- Hidratarea celulară – importanța apei pentru regenerare și funcționarea optimă a organismului.
- Deparazitarea corpului intern – un pas esențial pentru bunăstarea generală.
- Detoxifierea personalizată – adaptată nevoilor individuale.
- Nutriția celulară – alimentația care susține sănătatea fiecărei celule.
- Protecția corpului – prin programe personalizate pentru nevoile specifice ale fiecărei persoane.

Ce vei învăța în sesiunile mele:

- Cum funcționează corpul în decursul unei zile de 24 de ore.
- Ce înseamnă un sistem imunitar activ și cum să-l menținem puternic.

**Website:** [www.vreau.pro](http://www.vreau.pro)

**Telefon:** +40772050129



# Naturopatie, Sănătate Holistică, Prevenție pentru un stil de viață sănătos

descoperă

- Combinarea corectă a alimentelor;
- Citirea corectă a etichetelor produselor;
- Detoxifierea și deparazitarea;
- Menținerea sănătății sistemului digestiv.



**Monica IONESCU**

Naturopat, Terapeut Terapii Complementare

## Monica Ionescu

Am o experiență de peste 10 ani în domeniul sănătății și al promovării stării de bine și echilibru. De-a lungul timpului, am avut oportunitatea să lucrez la Montreal, la Centrul de Sănătate Holistică și la Academia de Reiki din Montreal. În prezent, activez în România, la o clinică de recuperare medicală și medicină integrativă.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru menținerea sănătății prin adoptarea unui stil de viață sănătos și promovarea prevenției prin metode simple și accesibile.

Acest lucru m-a determinat să devin Trainer în Programe de Menținere a Sănătății, fiind convinsă că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi susține cursuri despre Echilibrul Corp-Minte-Spirit și cum să menținem starea de sănătate în viața cotidiană.*

Aceste sesiuni vor ajuta membrii comunității să:

- Dezvolte obiceiuri alimentare sănătoase;
- Facă cumpărături informat, alegând produse de calitate;
- Prevină afecțiuni prin adoptarea unui stil de viață sănătos.

Vom aborda subiecte practice, precum:

- Combinarea corectă a alimentelor;
- Citirea corectă a etichetelor produselor;
- Detoxifierea și deparazitarea;
- Menținerea sănătății sistemului digestiv.

Website: <https://terapieholistica.blogspot.com/>

Telefon: +40724868713





GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

## DEZVOLTARE PERSONALĂ



# Fizionomie și citirea feței

descoperă

- cum să interpretezi trăsăturile chipului,
- cum să comunici eficient,
- cum să construiești relații bazate pe empatie
- cum să iei decizii mai bune în viața personală și profesională.



**Ciprian CUCU**

Fizionomist, psiholog, trainer,  
coach, public speaker

## Ciprian Cucu

Am o experiență de 10 ani ca specialist în citirea chipului și am avut oportunitatea de a lucra atât cu persoane fizice, cât și cu corporații. De la consultanțe 1 la 1, la susținerea de cursuri, conferințe și workshopuri în fața a sute de oameni. De la interviuri de angajare, la cursuri de optimizare a performanței individuale în companii. Am fost invitat atât de trusturile de presă, cât și în podcasturi – de la Antena Stars la Realitatea!

***În cadrul acestui proiect voi preda tehnici de citire și interpretare a chipului.***

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să își dezvolte abilități esențiale de comunicare, observare, înțelegerea mai bună a emoțiilor și a intențiilor celor din jur și să își îmbunătățească relațiile.

Prin învățarea acestor tehnici, veți câștiga un nou set de instrumente pentru a descifra personalitatea umană, autocunoaștere specifică ce îți va spori încrederea în sine, o eficiență mai bună în luarea deciziilor și capacitatea de a gestiona situații complexe în viața de zi cu zi.

Voi aborda subiecte precum:

- Cum să iei cele mai bune decizii în viața personală și profesională prin înțelegerea tehnicilor de citire a chipului,
- Recomandări de optimizare a vieții din prisma fizionomiei,
- Cum să construiești relații bazate pe încredere și empatie,
- Cum să identifici sinceritatea,
- Cum să îți îmbunătățești abilitățile de negociere și leadership.

De asemenea, vom discuta despre aplicarea acestor tehnici în situații cotidiene, cum ar fi:

- Gestionarea conflictelor,
- Crearea unui mediu de lucru mai armonios,
- Înțelegerea nevoilor nespuse ale celor apropiați.

Website: [www.fizionomie.ro](http://www.fizionomie.ro)

Telefon: +0774073752



# Dezvoltarea iubirii de sine

descoperă

- cum să înțelegi mai bine mecanismele din spatele anxietății,
- cum să înveți și cum să te reconectezi cu propria valoare,
- cum să descoperi instrumente practice pentru a face față provocărilor emoționale de zi cu zi.



**Mihaela TANTAROS**

Psiholog clinician, formator și consilier de dezvoltare personală

## *Mihaela Tantaros*

Sunt psiholog clinician, formator și consilier de dezvoltare personală. Am terminat Facultatea de Psihologie în anul 2006, iar în ultimii 3 ani creez și dezvolt programe online pentru optimizarea emoțională. De-a lungul carierei mele, am lucrat cu sute de persoane care și-au dorit să-și regăsească echilibrul interior și să depășească provocările emoționale care îi țineau pe loc. Cred cu tărie că fiecare persoană are în interior resursele necesare pentru a înflori, iar misiunea mea este să ajut oamenii să le descopere.

*În cadrul acestui proiect voi preda dezvoltarea iubirii de sine ca bază pentru depășirea anxietății și a atacurilor de panică.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a vă ajuta:

- să înțelegi mai bine mecanismele din spatele anxietății,
- să înveți cum să vă reconectați cu propria valoare,
- să descoperiți instrumente practice pentru a face față provocărilor emoționale de zi cu zi.

Vom explora subiecte precum:

- ce înseamnă iubirea de sine în viața de zi cu zi,
- cum să identificăm și să transformăm criticile interioare,
- tehnici practice de reducere a anxietății și a stresului.

Website: [www.mihaelatantaros.ro](http://www.mihaelatantaros.ro)

Telefon: +306946000765

# Ateliere de eliberare emoțională și energetică

descoperă

- eliberarea emoțiilor captive utilizând Codul Emoțiilor.
- echilibrarea energetică cu Body Code.
- transformarea credințelor limitative cu ajutorul Belief Code și EFT.
- îmbunătățirea relațiilor personale și profesionale.



**Dorela IEPAN**

Practician Certificat Emotion Code, Body Code, Belief Code, EFT & Matrix Reimprinting

## Dorela Iepan

Mă bucur de o experiență vastă în domeniul vindecării emoționale și energetice, fiind Practician Certificat în metode precum Emotion Code, Body Code, Belief Code, EFT (Emotional Freedom Techniques) și Matrix Reimprinting. De-a lungul carierei mele, am avut oportunitatea de a ajuta oameni din întreaga lume să își transforme viețile, promovând armonia, iubirea și bunăstarea personală. Sunt, de asemenea, autoarea cărții „Relația Perfectă” și am contribuit la îmbunătățirea relațiilor personale și profesionale ale celor cu care am lucrat. Cred cu tărie că învățarea continuă și conectarea cu energia interioară sunt cheia succesului și a împlinirii.

*În cadrul acestui proiect voi contribui cu ateliere de eliberare emoțională și energetică construite pornind de la tehnicile în care sunt certificată pentru a ajuta membrii comunității să își descopere și să își depășească blocajele interioare, construind o viață echilibrată și armonioasă.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a dezvolta abilități practice și pentru a oferi instrumente eficiente de transformare personală.

Voi aborda subiecte precum:

- Eliberarea emoțiilor captive utilizând Codul Emoțiilor.
- Echilibrarea energetică cu Body Code.
- Transformarea credințelor limitative cu ajutorul Belief Code și EFT.
- Îmbunătățirea relațiilor personale și profesionale.

Website: [www.relatiaperfecta.ro](http://www.relatiaperfecta.ro)

Telefon: +33674978004





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

# Sesiuni de ghidare personală prin desen Neurografic

descoperă

- o tehnică creativă ce vă ajută să vă explorați interiorul și să găsiți soluții noi prin desen și introspecție.
- Reconectarea cu sinele
- Echilibrul între viața personală și profesională
- Rezolvarea fricilor și anxietăților



**Gina Tatiana PETRUȚ**  
Coach, Specialist NeuroGrafica,  
Terapeut

## *Gina Tatiana Petruț*

Am o experiență de 18 ani în domeniul social și am avut oportunitatea de a lucra la fundații dedicate sprijinirii copiilor cu dizabilități. Am colaborat cu Fundația Somaschi în România, apoi cu Asociația Unitalsi și Sacro Cuore în Italia, iar în ultimii 4 ani activez în Elveția, la Fundația Loverciano. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru dezvoltarea personală, psihologie și terapii holistice. În ultimii 2 ani, mă dedic în mod special practicii NeuroGrafica, și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni de ghidare personală prin desen NeuroGrafica. Aceste sesiuni sunt concepute pentru a ajuta membrii comunității să descopere puterea NeuroGraficeii.*

În cadrul sesiunilor noastre, veți învăța să transformați emoțiile și blocajele în claritate și echilibru, dezvoltând abilități valoroase pentru viața personală și relațională. Este o tehnică creativă ce vă ajută să vă explorați interiorul și să găsiți soluții noi prin desen și introspecție.

Voi aborda subiecte precum:

- Reconectarea cu sinele
- Echilibrul între viața personală și profesională
- Rezolvarea fricilor și anxietăților

Telefon: +41774792297



# Strategii și obiective Simplu, Plăcut și Ușor!

descoperă

- Setarea și prioritizarea obiectivelor- cum să identifici ce contează cu adevărat pentru tine și să stabilești un plan clar pentru a le atinge.
- Strategii de business adaptate nevoilor tale- cum să construiești o afacere care să îți reflecte valorile și să îți aducă satisfacție atât personală, cât și financiară
- Strategii de viață echilibrate- cum să îmbini cariera, pasiunile și viața personală într-un mod armonios și sustenabil



**Alina LEONTE**

Business, Style & Stiletto Coach

## Alina Leonte

Misiunea mea este să vă ghidez să descoperiți calea spre succesul personal și profesional, transformând visurile mari în realitate, dar într-un mod...

Simplu, Plăcut și Ușor!

Sunt un adevărat cocktail de expertize:

- Business Coach,
- Style Coach,
- Stiletto Coach,
- Antreprenor,
- Business Developer,
- Trainer,
- Marketer și
- Autorul cărții „Construindu-ți Imperiul – o călătorie antreprenorială în 52 de cuvinte”.

### În cadrul acestui proiect vei învăța:

- Setarea și prioritizarea obiectivelor – Cum să identifici ce contează cu adevărat pentru tine și să stabilești un plan clar pentru a le atinge.
- Strategii de business adaptate nevoilor tale – Cum să construiești o afacere care să îți reflecte valorile și să îți aducă satisfacție, atât personală, cât și financiară.
- Strategii de viață echilibrate – Cum să îmbini cariera, pasiunile și viața personală într-un mod armonios și sustenabil.
- Sesiuni de întrebări și răspunsuri cu cardurile metaforice – Vom explora mesajele intuitive ale cardurilor pentru a obține claritate în fața provocărilor și răspunsuri la întrebările tale cele mai importante.

Website: <https://exclusive-vision.ro/>

Telefon: +40743932476





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

# Gestionarea anxietății funcționale și prevenirea burnout-ului

descoperă

- Semnele subtile ale anxietății funcționale și burnout-ului
- Transformă stresul în putere – Tehnici simple și eficiente
- Prevenirea burnout-ului – Strategii esențiale pentru a-ți proteja energia și a învăța să spui „nu” cu încredere.
- Rutine salvatoare pentru echilibru și reziliență – Metode practice pentru a te reconecta cu tine însăți
- Tehnici de comunicare în funcție de tiparul comportamental- Cum sa evitam conflictele in viata noastră vorbindu-se celuilalt” pe limba lui “



**Simona BENGHE**

Psiholog

## Simona Benghe

Este o bucurie să mă alătur acestei comunități pentru a împărtăși din cunoștințele și experiența mea în domeniul life coaching-ului.

Certificări și experiență profesională:

- Medic și psiholog, cu o bază solidă în înțelegerea minții și a corpului uman.
- Peste 5 ani de experiență în coaching transformațional.
- Peste 2000 de ore de coaching, susținând zeci de persoane în procesele lor de transformare personală.
- Colaborări valoroase alături de mentorul meu, Camelia Stavarache, în tabere de psihoterapie care mi-au rafinat abordarea profesională.

Mi-am dedicat călătoria profesională susținerii celor care vor să depășească stresul, să-și regăsească energia și să trăiască în echilibru și bucurie. Scopul meu este să vă ofer sprijin în drumul spre autenticitate și împlinire.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni menite să vă ajute să gestionați:*

- 1. Anxietatea funcțională
- 2. Prevenirea burnout-ului

Subiectele abordate:

- Semnele subtile ale anxietății funcționale și burnout-ului - Cum să le recunoști din timp și să previi epuizarea.
- Transformarea stresului în putere -Tehnici simple și eficiente pentru a-ți regăsi calmul și claritatea.
- Prevenirea burnout-ului - Strategii esențiale pentru a-ți proteja energia și a învăța să spui „nu” cu încredere.
- Rutine salvatoare pentru echilibru și reziliență - Metode practice pentru a te reconecta cu tine însăți.
- Tehnici de comunicare adaptate tiparelor comportamentale - Cum să evităm conflictele vorbindu-i celuilalt „pe limba lui”.

**Telefon: +40728359067**





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

# Reprogramarea minții și schimbarea obiceiurilor nesănătoase

descoperă

- Cum să depășești sabotorul interior și vindecarea rănilor și a emoțiilor care te blochează să acționezi în direcția obiectivelor tale.
- Cum să te folosești de puterea infinită a subconstientului pentru a îți crea realitatea pe care ți-o dorești
- Cum să te împrietenești cu fricile tale astfel încât să devină prietenele tale cele mai bune.



**Claudiu SĂLĂGEAN**

Coach, NLP practitoner,  
Master practitoner

## Claudiu Sălăgean

sunt foarte încântat să mă alătur comunității voastre pentru a împărtăși cunoștințele și experiența mea în domeniul Reprogramării minții și schimbării obiceiurilor nesănătoase cu ajutorul NLP-ului și a neuroștiinței. Am o experiență de 5 ani în lucru cu oamenii pe diferite provocări personale, atât în ședințe 1 la 1, cât și în ședințe de grup. Am studiat cursurile de:

- Coaching
- NLP Practitioner
- Master Practitioner
- Psihologia Legilor Universale

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru modul în care mintea funcționează și influențează felul în care vedem realitatea. Spun cu încredere că există o soluție și chiar o binecuvântare în fiecare problemă din viața noastră, pe care, dacă suntem curioși, o putem descoperi.

*În cadrul acestui proiect voi aborda subiecte precum:*

- Cum să depășești sabotorul interior și vindecarea rănilor și emoțiilor care te blochează să acționezi în direcția obiectivelor tale.
- Sentimentul că nu sunt suficient de bun și că nu merit, precum și vindecarea rănilor emoționale

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- Afle principii pentru flexibilitatea minții, astfel încât să găsească soluții acolo unde pare că nu mai sunt.
- Să descopere cum să se folosească de mintea lor pentru a avea acces la resursele interioare.
- Să practice tehnici utile din NLP, care au rezultate pe loc, oferind o super putere la îndemână.
- Să facă primii pași spre creșterea stimei de sine, valorii de sine și încrederii în sine.
- Să afle soluții din psihologie practică pentru tratarea anxietății și a auto-sabotajului.

**Website:** [www.claudiusalagean.ro](http://www.claudiusalagean.ro)

**Telefon:** +0732392219



# Creșterea încrederii în sine

descoperă

- cum să lucrezi cu propria poveste folosind tehnici prin care să identifice resurse emoționale.
- cum să aplici tehnici de transformare a resurselor în instrumente emoționale motivaționale.
- cum să îmbrățișezi orice schimbare din viață ca fiind o oportunitate de creștere.
- cum să descoperi modul în care poți (re)aduce bucuria în viață.



**Corina BENESCU**

Coach motivațional

## *Corina Benescu*

Sunt pasionată de psihologie de o viață întreagă, iar timp de 16 ani am susținut emoțional oamenii, ascultându-le poveștile și ajutându-i să depășească obstacolele. De aproape doi ani, activez ca coach motivațional și am avut onoarea de a lucra alături de Alina Șuțu în câteva programe transformatoare. Cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului, motiv pentru care sunt în prezent studentă la psihologie, dorindu-mi să cunosc mai mult și să ajut mai mult.

Ce vei descoperi în cadrul sesiunilor mele:

Voi preda tehnici practice pentru:

- Descoperirea resurselor emoționale.
- Transformarea obstacolelor în resurse valoroase.
- Identificarea poveștii personale ca sursă a puterii interioare.

### *Cum te pot ajuta sesiunile în cadrul acestui proiect?*

Aceste sesiuni sunt concepute pentru a te ajuta să:

- Lucrezi cu propria poveste, folosind tehnici prin care să identifice resurse emoționale.
- Transformi resursele emoționale în instrumente motivaționale.
- Îmbrățișezi schimbările din viață ca oportunități de creștere.
- Redescoperi și readuci bucuria în viața ta.

Subiectele abordate vor include:

- Creșterea stimei de sine.
- Iertarea.
- Depășirea sindromului impostorului.
- Gestionarea autosabotajului.

**Telefon: +40785417482**





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT

CĂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

# Descoperirea Feminității și Încrederii prin Haine

descoperă

- Reinventarea Garderobei – de la haos la armonie.
- Puterea Transformării prin Stil – cum să-ți construiești prezența prin haine.
- Artă și Știință în Shopping.
- Magia Culoarelor – cum să folosești culorile pentru a te exprima cine ești cu adevărat.
- De la Garderobă la Încredere.



**Cristina BADEA**  
Style Coach

## *Cristina Badea*

De-a lungul celor 20 de ani de experiență în fashion și pasiunea mea pentru transformarea prin stil:

- Am îmbrăcat peste 100.000 de femei, descopăr tipologii diverse de stil, personalitate și expresie.
- Am generat vânzări de peste 1 milion de euro, prin companiile mele off-line și online
- Am creat Elite Brands, singurul Studio de Stil din România, cu peste 1000 de produse, dedicat femeilor care vor să se redescopere.

În toți acești ani, am învățat că stilul nu este doar despre tendințe, ci despre cum hainele pot deveni aliatul tău în a-ți exprima personalitatea, feminitatea și încrederea. Pasiunea mea nu se oprește la modă. Cred că stilul exterior reflectă cine suntem cu adevărat în interior.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni care vor transforma nu doar garderoba ta, ci și felul în care te vezi pe tine însăși:*

Ce voi preda?

- Reinventarea Garderobei – de la haos la armonie în spațiul tău personal.
- Puterea Transformării prin Stil – cum să-ți construiești prezența prin haine.
- Artă și Știință în Shopping – de la cumpărături compulsive la alegeri inteligente.
- Magia Culoarelor – cum să folosești culorile pentru a te exprima cine ești cu adevărat.
- De la Garderobă la Încredere – construiește un stil care inspiră și te reprezintă.

Pentru mine, stilul nu este despre tendințe, ci despre cum te simți în pielea ta și cum te exprimi autentic prin ceea ce porți.

**Telefon: +40763660895**



# Strategii eficiente pentru comunicare și public-speaking

descoperă

- Depășirea fricii de expunere și judecată;
- Formularea unui mesaj care să vândă;
- Crearea de conexiuni autentice;
- Gestionarea emoțiilor în situații stresante;
- Construirea încrederii în sine și a unui brand personal puternic.



**Mirela VRĂMULEȚ**  
Coach în comunicare și public  
speaking

## Mirela Vrămuleț

Am o experiență de peste 5 ani în lucrul cu oamenii în diverse domenii și 2 ani dedicați comunicării și vorbitului în public. În prezent, îmi continui pregătirea și mă antrenez alături de membrii Maxwell Leadership Certified Team România.

De-a lungul timpului, am avut ocazia să facilitez mastermind-uri și workshop-uri axate pe:

- Dezvoltare personală și profesională
- Gestionarea timpului;
- Stabilirea de planuri și obiective strategice;
- Comunicare, public speaking, relații și self-leadership.

Pasiunea mea pentru comunicare Comunicarea eficientă și autentică este o pasiune profundă, născută din dorința de a depăși propriile temeri legate de eșec și judecata celor din jur.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni dedicate comunicării și vorbitului în public, oferind soluții practice și strategii eficiente pentru:*

- Depășirea fricii de expunere și judecată;
- Formularea unui mesaj care să vândă;
- Crearea de conexiuni autentice;
- Gestionarea emoțiilor în situații stresante;
- Construirea încrederii în sine și a unui brand personal puternic.

Tematicile abordate vor include:

- Frica de a vorbi în public: mit sau realitate?
- Ingredientul secret al unui mesaj cu impact;
- Cum controlăm emoțiile?
- Comunicarea cu intenție;
- Structura unei prezentări: succesul vine din pregătire;
- Stiluri de vorbire și adaptarea la audiență;
- Credibilitate prin vulnerabilitate;
- Dicția – eleganța unui discurs;
- Secrete din culisele public speaking-ului;
- Trenduri de comunicare în social media 2025.



GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

**DEZVOLTARE SPIRITUALĂ**



# Numerologie

descoperă

- conceptele fundamentale ale numerologiei,
- importanța și vibrația datelor,
- cifra destinului fiecăruia,
- modul în care interacționați în relații... și multe altele.



**Ilona MAJORANT**

Numerolog

## *Ilona Majorant*

Am o pasiune profundă pentru numerologie, deoarece această disciplină te ajută să te cunoști mai bine, să înțelegi persoanele cu care relaționezi și, cel mai important, să evoluezi.

Am susținut diverse cursuri și seminarii de numerologie, care s-au încheiat cu împlinire sufletească, atât pentru mine, cât și pentru cursanții mei.

*În cadrul acestui curs mi-ar plăcea să explorăm împreună conceptele fundamentale ale numerologiei, să creăm un mediu interactiv și colaborativ, unde fiecare dintre voi să contribuie cu idei și întrebări.*

Veți putea descoperi lucruri fascinante despre:

- Data nașterii și importanța acestei vibrații,
- Cifra destinului fiecăruia,
- Modul în care interacționați în relații, ... și multe altele.

Telefon: +393290699945





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIȚĂ DIFERIT  
CĂȘTIȚĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

# Dansuri Energetice

descoperă

- tehnici pentru a obține succesul atât în programele de vindecare cât și în cele de dezvoltare umană (abundență, relații, creativitate, misiune, sănătate, comunicare, programe de viață, conexiune cu divinitatea)



**Elena DUMITRU**

Dans Energetic, Meditație  
Creativă și Alimentație sănătoasă

## *Elena Dumitru*

Am o experiență de 22 ani în meditație și 5 ani în terapiile menționate mai sus. Am avut oportunitatea de a lucra atât live cât și online cu realizări notabile în vindecări miraculoase, vitalizare în cele trei entități: trup, suflet, spirit și abundență în toate formele ei în terapiile prezentate. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru aceste terapii deoarece a adus în viața mea realizări miraculoase de autovindecare prin descoperirea puterii interioare și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia Succesului.

*In cadrul acestui proiect sesiuni de dans energetic, meditație creativă, voi preda și cursuri de Dans energetic, de Meditație creativă și de Alimentație sănătoasă.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să învețe tehnici care aduce succes atât în programele de vindecare, cât și în cele de dezvoltare umană deschizând drumul spre o nouă filozofie de viață - mai frumoasă și mai implinitoare. Putem deveni mai inventivi, mai intuitivi, mai elastici, mai înțelepți și mai strălucitori. Ne descătușăm de mintea rigidă înregimentată în șabloane dând libertate sufletului să se manifeste cu mai mare impact în profunzimea universului. Stimulând sufletul să se expandeze.

# Terapii energetice și spirituale

descoperă

- creșterea încrederii în sine, atingerea echilibrului interior și depășirea blocajelor care te împiedică să trăiești viața pe care ți-o dorești.
- lucrurile din lumea fizică mai puțin "văzute" care, de fapt, ne influențează major viața, alegerile, acțiunile și ceea ce manifestăm și trăim.



**Ofelia Ileana CUCU**

Terapii energetice și spirituale

## Ofelia Ileana Cucu

Am o experiență de mai bine de 5 ani în lucrul cu oamenii. Am susținut în dezvoltarea lor, mii de oameni, atât prin sesiuni 1 la 1 dar și în întâlniri de grup. Colaborez și cu companii, atât din România cât și din străinătate. Pasiunea mea este de a susține cât mai mulți oameni în procesul de expansiune a conștiinței și de creștere interioară.

*În cadrul acestui proiect voi preda despre lucrurile mai puțin "văzute" în lumea fizică dar care, de fapt, ne influențează major viața, alegerile, acțiunile și ceea ce manifestăm și trăim.*

Vom porni de la mintea conștientă și subconștientă, undele cerebrale, corpurile noastre subtile, centrul energetic, emoții & sentimente, convingeri, manifestări în plan fizic, forme de terapii holistice și abia dacă am zgărit suprafața. Scopul tuturor acestor teme este să aducă la suprafață lucruri neștiute, nebanuite din subconștient care te împiedică să manifesti viața pe care ți-o dorești și care îți este menită.

În plus, mă voi concentra pe a te susține în creșterea încrederii în sine, atingerea echilibrului interior și depășirea blocajelor care te împiedică să trăiești viața pe care ți-o dorești.

Website: [www.ofeliaileana.com](http://www.ofeliaileana.com)

Telefon: +436644748356



# Fast Healing Therapy

descoperă

- cum să accesezi starea de bine,
- cum să te eliberezi de frici ca să îți crești starea de bine,
- cum să integrezi iubirea de sine și ce este iubirea de sine,
- despre rănilor emoționale,
- despre centri energetici



**Despina UNGUREANU**

Fast Healing Therapy

## Despina Ungureanu

Am o experiență de aproape 5 ani în domeniul de terapeut și am avut ocazia să lucrez unu la unu cu peste 1000 de persoane care au avut rezultate minunate, au dobândit o înțelegere mult mai complexă despre ceea ce ei sunt și potențialul lor.

Oamenii își redobândesc puterea de a crea devenind conștienți de puterea lor interioară.

Și au posibilitatea de a își construi viața și de a își îmbunătăți destinul.

De-a lungul carierei mele am dezvoltat o pasiune profundă pentru terapia de vindecare emoțională și de curățare energetică și cred cu tărie că învățarea continuă și practicarea constantă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi face sesiuni de curățare energetică, de identificare a emoțiilor negative captive, identificarea convingerilor limitative și a programelor mentale limitative și eliberarea lor.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a îndruma și ghida membrii comunității către ei, către interiorul lor să se cunoască pe ei, Să își echilibreze și să își îmbunătățească relația cu ei însăși pentru a avea transformări în toate aspectele vieții lor.

Va accesa energia iubirii de sine, a stimei de sine înaltă ieșind din critică și din judecată, din furie și ură, etc.

Voi aborda subiecte precum:

- cum să accesezi starea de bine,
- cum să te eliberezi de frici ca să îți crești starea de bine,
- cum să integrezi iubirea de sine și ce este iubirea de sine,
- despre rănilor emoționale,
- despre centri energetici

Telefon: +3281463371



# Trezirea Conștiinței OM și activarea forțelor interioare

descoperă

- Cine sunt?
- De unde vin?
- De ce am venit?
- Care sunt darurile (talantii)?
- Cum pot să-mi manifest geniul?
- Cum pot să transform slăbiciunile în virtuți?
- Cum pot să transform o traumă în iubire?



**Elena BUCUR**

Terapeut Spiritual

## *Elena Bucur*

Am o experiență de 15 ani în terapii energetice și am lucrat în cadrul cabinetului „Iubirea Mamei,” fie individual, fie alături de alți terapeuți, în funcție de terapia oferită. Sunt profund recunoscătoare ființelor de lumină (încarnate sau nu) pentru învățăturile primite, dar și tuturor pacienților mei – am crescut împreună.

De-a lungul timpului, am utilizat tehnici precum:

- Constelații Spirituale
- Access Bars
- Theta Healing
- Lucrul cu Copilul Interior
- Transformarea Traumelor în Iubire

*Împreună vom explora răspunsurile la întrebări fundamentale:*

- Cine sunt?
- De unde vin?
- De ce am venit?
- Care sunt darurile mele (talantii)?
- Cum îmi pot manifesta geniul?
- Cum pot transforma slăbiciunile în virtuți?
- Cum pot transforma o traumă în iubire?



# Constelații Familiale Sistemice

descoperă

- Conectarea cu rădăcinile strămoșești și ruperea legăturilor inconștiente și eliberarea loialităților familiale.
- Respectarea Legilor Iubirii în familie.
- Eliberarea tiparelor transgeneraționale cu ajutorul constelațiilor familiale.
- Eliberarea de programe moștenite și a credințelor limitative.



**Olga PLAMADEALA**

Consilier psihologic sistemic &  
facilitator de Constelații

## Olga Plamadeala

De-a lungul celor peste 3 ani de activitate în ședințele individuale și de grup, am avut privilegiul de a ghida oameni în călătoria lor spre vindecare, eliberare și reconectare cu sinele autentic.

Experiența mea se bazează pe metode precum:

- Constelațiile Familiale Sistemice,
- Psihosomatica,
- Citire și curățare energetică,
- NLP,
- Lucrul cu Copilul interior,
- Exerciții pentru lucrul cu Trauma și alte tehnici de lucru sistemic.

*În cadrul acestui proiect vom aborda subiecte precum:*

- Conectarea cu rădăcinile strămoșești.
- Ruperea legăturilor inconștiente și eliberarea loialităților familiale.
- Respectarea Legilor Iubirii în familie.
- Eliberarea tiparelor transgeneraționale cu ajutorul constelațiilor familiale.
- Regăsirea echilibrului interior în relații și viața de zi cu zi.
- Eliberarea de programe moștenite și a credințelor limitative.
- Onorarea strămoșilor: darul recunoștinței.

Telefon: +37378452864





GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PĂCIV. TRĂIEȘTE ACTIV

## ARTA DE A RESPIRA CONȘTIENT pentru a-ți Transforma miraculos Viața în tot ceea ce-ți dorești (Sănătate, Plan Profesional, Plan Spiritual)

descoperă

- Dezvoltarea abilităților de a aborda viața dintr-o perspectivă nouă și înțeleaptă.
- Cum să menții deschise optim chakrele și cum să folosești puterea lor.
- Cum să ridici vibrația pentru a urca pe treptele superioare ale gândirii, conform piramidei lui David Hawkins.
- Acțiuni ușoare și la îndemână care conduc la
- Creșterea Eficienței și Siguranței în Viață.



**Maia Florica  
TRANDAFIRESCU**

Antrenor de Respirație Terapeutică

## Maia Florica Trandafirescu

Activez ca: Energo-psiho-terapeut, Mentor Coach, Formator, Consilier pentru dezvoltare personală, Antrenor în respirația conștientă, Terapeut holistic. Am o experiență de peste 25 de ani în domeniul dezvoltării personale. Pe parcursul acestei călătorii, am avut parte de provocări și de momente de învățare profundă, care m-au ghidat cu succes prin practici religioase și spirituale, arătându-mi calea spre vocația mea. Sunt absolventă a: Academiei Psy Development, Școlii de Respirație Conștientă, Școlii de Extrasenzori. Am urmat și alte cursuri care îmbogățesc profesia mea holistică. De asemenea, sunt licențiată în drept și masterandă în „Medierea conflictelor juridice”. În activitatea mea, m-am concentrat pe înțelegerea conflictelor la toate nivelurile – interior, exterior și spiritual – și pe găsirea de soluții care să aducă armonie și pace.

*În cadrul acestui proiect voi preda dezvoltarea iubirii de sine ca bază pentru depășirea anxietății și a atacurilor de panică.*

Cursurile mele pentru comunitate se axează pe:

- Tehnici de respirație pentru depășirea fricilor și blocajelor emoționale,
- Dezvoltarea curajului și a rațiunii în situații dificile,
- Obținerea păcii interioare și a bucuriei,
- Transformarea vibrației luptei în vibrația bucuriei,
- Studiul dialogului interior ca bază pentru manifestarea înțelepciunii.

Beneficii pentru membrii comunității Gândește & Câștigă Diferit:

- Descoperirea valorii de sine prin autocunoaștere și adaptare.
- Evoluția conștiinței, conform hărții nivelurilor de conștiință ale lui David Hawkins.
- Dezvoltarea abilităților de a aborda viața dintr-o perspectivă nouă și înțeleaptă.
- Creșterea eficienței și siguranței în acțiuni.

# Spiritualitate și dezvoltare personală

## descoperă

- ce este ființa umană și de unde vine
- cum poate avea loc vindecarea corpului fizic
- cum se construiește realitatea în mod conștient
- cum se cultivă relații sănătoase și înțelegerea importanței acestora



**Silvia GENES**

Spiritualitate și dezvoltare personală

## Silvia Genes

Am o experiență de peste 10 ani în zona spiritualității și dezvoltării personale. Aventura mea în explorarea acestor domenii a început prin prisma unor provocări în zona sănătății, iar căutările permanente de a înțelege cauza problemelor cu care mă confruntam și de a găsi soluții m-au ajutat să am o înțelegere mai profundă și mai largă asupra situațiilor pe care le experimentam. Am reușit să-mi creez un sistem propriu de vindecare care integrează toate aspectele vieții. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru reîntoarcerea la simplu și firesc, folosind cunoașterea străveche și descoperirile actuale ale științei. Cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

### În cadrul acestui proiect voi preda despre:

- Matrixul și ieșirea din el
- Legile spirituale care guvernează planul Pământului
- Corpul fizic și corpurile subtile asociate acestuia
- Sufletul, Sinele Superior și familiile de Suflete
- Încrederea în propria persoană și impactul acesteia în construirea propriei realități
- Cum să devii un creator conștient
- Vindecarea pe linia timpului
- Hermetismul și legătura dintre Suflet și Corp prin prisma elementelor

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să înțeleagă mai profund ce este ființa umană și de unde vine, să exploreze cum poate avea loc vindecarea corpului fizic, să construiască realitatea în mod conștient, să cultive relații sănătoase și să înțeleagă importanța acestora

Website: [www.caleacatresine.ro](http://www.caleacatresine.ro)

Telefon: +0766297867



# Vindecare prin Hipnoză Cuantică

descoperă

- subiecte despre încredere, acceptare, detașare și concentrare.
- subiecte precum problema minții, mentalitățile limitative, acceptare versus respingere, detașarea pentru a percepe oportunitățile care ni se oferă pentru a crea abundența.



**Camilia SCHWIMMER**

Quantum Healing Hypnosis  
Technique

## Camilia Schwimmer

Am o experiență de 5 ani în hipnoza regresivă și am avut privilegiul de a lucra cu sute de persoane care au beneficiat de această tehnică transformatoare. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru explorarea și cunoașterea de sine, iar credința mea este că această tehnică poate ajuta oricine să își conștientizeze și să dizolve obstacolele din calea abundenței.

În cadrul acestui proiect, voi preda cursuri despre:

- Încredere
- Acceptare
- Detașare
- Concentrare

### *Obiectivul sesiunilor:*

Să ajut membrii comunității să înțeleagă și să depășească limitele și obstacolele de orice fel, creând un spațiu pentru manifestarea abundenței în viața lor.

Subiecte abordate:

- Problema minții: Cum să gestionăm blocajele mentale.
- Mentalitățile limitative: Identificarea și transformarea lor.
- Acceptare vs. respingere: Cheia armoniei interioare.
- Detașare: Cum să ne deschidem către oportunități și să percepem posibilitățile care ne înconjoară.



GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIȚĂ DIFERIT  
CĂȘTIȚĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

# Feminitate, copilul interior, regresii și hipnoză

descoperă

- vindecarea pântecului – o reconectare profundă cu energia creativă și feminină.
- Magia Feminității – explorarea arhetipurilor feminine, vindecarea rănilor emoționale și descoperirea puterii interioare.
- reconectarea cu energia feminină rănită – cum să transformăm vulnerabilitatea în putere și autenticitate.



**IOANA MARIȘ**

Terapeut

## Ioana Mariș

De peste 3 ani, pasiunea mea pentru feminitate, copilul interior, regresii și hipnoză s-a transformat într-o misiune: să ajut oamenii să se conecteze cu adevărata lor esență. În acest timp, am avut privilegiul de a ghida sute de femei prin întâlniri individuale, cursuri transformative și retreaturi dedicate feminității.

*Prin acest proiect voi susține cursuri și sesiuni dedicate subiectelor esențiale precum:*

- Vindecarea pântecului – o profundă reconectare cu energia creativă și feminină.
- Magia Feminității – explorarea arhetipurilor feminine, vindecarea rănilor emoționale și descoperirea puterii interioare.
- Reconectarea cu energia feminină rănită  
Cum să transformăm vulnerabilitatea în putere și autenticitate.

Website: [www.ioanamaris.com](http://www.ioanamaris.com)

Telefon: +330634423405



# Sesiuni despre Astrologie și Transformare Interioară

descoperă

- Sinele tău autentic, din prisma zodiei natale;
- Influența ascendentului și modul în care îți modelează personalitatea;
- Rolul și puterea planetelor personale asupra vieții tale;
- Darurile divine, talentele și calitățile unice pe care le ai;
- Provocările și slăbiciunile, ca oportunități de creștere personală;
- Aspectele karmice care îți conturează lecțiile vieții;
- Menirea și misiunea sufletului din această existență.



**Tünde Márton**

Astrolog  
Astrologia Europeană și Japoneză

## Tunde Marton

Astrolog specializat în Astrologia Europeană și Japoneză, iar astăzi sunt onorată să mă alătur acestei comunități extraordinare pentru a împărtăși cu voi înțelepciunea și cunoștințele mele în arta astrologiei și în puterea transformării spirituale.

De-a lungul carierei, am avut privilegiul de a ajuta sute de suflete să-și descopere calea personală și să-și alinieze energiile cu ritmurile Universului. Prin interpretarea hărților natale am ghidat oamenii să își descopere sensul profund al existenței lor, să își cunoască și să își înțeleagă Menirea sufletului, să își descopere resursele interioare și potențialul pentru a-și construi o viață plină de semnificație, împlinire și echilibru, trăind în armonie cu sinele lor autentic și Divin.

*În cadrul acestui proiect fascinant, te invit într-o călătorie unică și deosebită în lumea magică a Astrologiei, unde vei avea ocazia să te descoperi, să înțelegi mai profund relația cu tine dar și cu cei din jur.*

Temele pe care le voi aborda:

- Sinele tău autentic, din prisma zodiei natale;
- Influența ascendentului și modul în care îți modelează personalitatea;
- Rolul și puterea planetelor personale asupra vieții tale;
- Darurile divine, talentele și calitățile unice pe care le ai;
- Provocările și slăbiciunile, ca oportunități de creștere personală;
- Aspectele karmice care îți conturează lecțiile vieții;
- Menirea și misiunea sufletului din această existență.

Te invit alături de mine să descifrezi harta astrală a sufletului tău și să pătrunzi în profunzimea universului tău interior.

Telefon: +0728394205





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

## Călătorie în Akasha Descoperă Înțelepciunea Universală

### descoperă

- conceptul de Akasha: vor descoperi ce reprezintă Cronică Akasha și cum poate fi folosită pentru ghidare spirituală.
- conexiunea interioară: vor învăța să-și asculte intuiția și să se conecteze mai profund cu energia universală.
- abilități practice: vor învăța metode sigure și eficiente pentru a accesa acest câmp energetic, inclusiv tehnici de meditație și setare a intențiilor.



### Delia KRESPELKA

Practician certificat în Cronicile Akasha

## Delia Krespelka

Sunt extrem de încântată și onorată să mă alătur acestei comunități remarcabile pentru a împărtăși cunoștințele și experiența mea în dezvoltarea spirituală și personală.

Certificări și experiență:

- Practician certificat în Cronicile Akasha
- Coach acreditat
- Practician certificat în NLP, Time Line Therapy (TLT) și Hipnoză
- Master/Teacher Usui Reiki

În ultimii ani, am avut onoarea de a ghida sute de suflete pe drumul lor de transformare spirituală și personală, atât prin sesiuni individuale, cât și prin sesiuni de grup.

Cred cu tărie că fiecare dintre noi vine în această existență cu daruri divine unice, iar scopul meu este să susțin oamenii să le descopere și să le acceseze, pentru a își alinia existența cu Divinitatea interioară și cu fluxul natural al vieții.

*În cadrul acestui proiect vom explora înțelepciunea universală păstrată în Cronică Akashică, un spațiu energetic ce conține informații despre suflet, trecut, prezent și potențial viitor.*

Prin meditație, introspecție și tehnici practice, participanții vor învăța să acceseze această sursă de cunoaștere pentru claritate și evoluție spirituală și, implicit, personală.

Ce vor învăța participanții:

- Înțelegerea conceptului de Akasha: Cronică Akasha
- Cultivarea conexiunii interioare: intuiția și conectarea profundă cu energia universală.
- Dezvoltarea abilităților practice: tehnici de meditație și setare a intențiilor
- Obținerea clarității personale: misiunea vieții, relații, blocaje și potențial unic.
- Lucrul cu sistemul chakral: alinierea și echilibrarea celor șapte chakre
- Practica channeling-ului: accejsarea și comunicarea cu ghizii spirituali

Telefon: +4915129023780



# Terapii emoționale și dezvoltare personală

descoperă

- Cum să interpretezi mesajele corpului și să identifici blocajele emoționale.
- Importanța eliberării tensiunilor somatizate pentru sănătatea fizică și emoțională.
- Tehnici practice de respirație, meditație și reconectare cu natura.
- Rolul afirmațiilor pozitive și al recunoștinței în procesul de vindecare.
- Crearea unui spațiu interior de liniște și claritate.



**Ana Maria PEIU**

Terapeut emoțional  
Trainer spiritual

## Ana Maria Peiu

Sunt Terapeut emoțional și Trainer spiritual.

De-a lungul activității mele profesionale, am lucrat cu multe persoane care:

- Au nevoie să-și regăsească echilibrul interior
- Să elibereze blocajele emoționale
- Să creeze o viață plină de armonie și autenticitate

Am dezvoltat programe de wellness holistic, care includ: Yoga, Respirația conștientă, Meditația, Utilizarea mudrelor și simbolismului chakrelor, Reconectarea cu natura.

Pe lângă pasiunea pentru vindecarea emoțională, am urmat cursuri de Mindfulness, Coaching transformațional, Lucrul cu energia corpului.

Cred cu tărie că fiecare dintre noi are puterea de a-și crea o viață mai plină de sens, iar scopul meu este să ghidez oamenii spre acest drum.

*În cadrul acestui proiect voi preda două clase online:*

Aceste sesiuni sunt concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- Înțeleagă mai bine legătura dintre emoții și corp
- Descopere unelte practice pentru a-și regăsi echilibrul

Voi aborda subiecte precum:

- Cum să interpretezi mesajele corpului și să identifici blocajele emoționale.
- Importanța eliberării tensiunilor somatizate pentru sănătatea fizică și emoțională.
- Tehnici practice de respirație, meditație și reconectare cu natura.
- Rolul afirmațiilor pozitive și al recunoștinței în procesul de vindecare.
- Crearea unui spațiu interior de liniște și claritate

**Website:** <https://anamariapeiu.ro/>

**Telefon:** +40761327266



# Vindecare Reconectivă Explorarea Cheilor Genelor

descoperă

- Eliberarea blocajelor energetice și atingerea echilibrului interior.
- Descoperirea și activarea darurilor personale și a potențialului latent.
- Transformarea provocărilor în oportunități de creștere personală.



**Livia JORA**

Practician Vindecare Reconectivă  
și Reconnectare

## Livia Jora

Sunt entuziasmată să împărtășesc cu voi experiența mea în Vindecare Reconectivă, Cheile Genelor și alte metode de armonizare personală.

Experiența mea profesională:

- Peste 10 ani de activitate în utilizarea tehnicilor de relaxare, armonizare și transformare personală.
- Practician în:
  - Vindecare Reconectivă
  - Masaje terapeutice (somatic, reflexogen, limfatic)
  - Cheile Genelor – un sistem profund de autocunoaștere și dezvoltare personală care m-a transformat atât pe mine, cât și pe cei cu care lucrez.

Această călătorie profesională mi-a oferit ocazia de a explora metode inovative care sprijină oamenii în depășirea provocărilor și în activarea potențialului lor latent.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni de:*

- Vindecare Reconectivă – reconectarea cu frecvențele universale de energie.
- Explorarea Cheilor Genelor și analiza profilului hologenetic.
- Tehnici de armonizare corporală prin masaj terapeutic și utilizarea plasturilor foto-terapeutici pentru regenerare celulară și bunăstare.

Subiecte abordate:

- Reconectarea cu frecvențele universale pentru vindecare.
- Înțelegerea profilului hologenetic și aplicarea sa în viața de zi cu zi.
- Armonizarea prin masaj somatic, reflexogen și limfatic.
- Utilizarea plasturilor foto-terapeutici pentru regenerare și bunăstare.

**Telefon: +40722268637**

# Ateliere dedicate alinierii dintre minte, corp și suflet

descoperă

- Cum să găsești armonia între minte, corp și suflet în mijlocul haosului zilnic.
- Cum să te conectezi cu corpul și să-i ascuți mesajele.
- Cum să ajuți copilul interior să crească adult.
- Cum să ieși din cercurile vicioase care te țin blocat, pentru a te simți împlinit și a-ți manifesta potențialul.



**Ramona LETA**

Coach sistemic și facilitator de  
constelații familiale

## Ramona Leta

Sunt coach sistemic și facilitator de constelații familiale, iar în abordarea mea, atât în programele individuale, cât și în cele de grup, integrez:

- Coaching, NLP și metoda Demartini: pentru a ghida și sprijini oamenii în atingerea obiectivelor, identificarea și depășirea barierelor personale și profesionale. Aceste instrumente practice ajută la schimbarea gândurilor și comportamentelor care duc la epuizare, copleșeală sau chiar burnout.
- Constelații sistemice interioare: lucrăm cu părțile interioare protectoare și rănite, precum și cu emoțiile pe care adesea le reprimăm, dar care reapar mai amplificate.
- Constelații cu intenție și familiale: pentru a descoperi adevărurile pe care sufletul nostru le știe deja, dar pe care mintea le sabotează pentru a ne proteja.

*În cadrul acestui proiect voi contribui cu ateliere dedicate alinierii dintre minte, corp și suflet, sprijinindu-vă să renunțați la sacrificiul de sine și frustrare pentru a trăi o viață în echilibru și armonie, atât cu voi înșivă, cât și cu cei din jur.*

Voi aborda subiecte precum:

- Cum să găsești armonia între minte, corp și suflet în mijlocul haosului zilnic.
- Cum să te conectezi cu corpul și să-i ascuți mesajele.
- Cum să ajuți copilul interior să crească adult.
- Cum să ieși din cercurile vicioase care te țin blocat, pentru a te simți împlinit și a-ți manifesta potențialul.

După ani de studiu, practică și lucru cu clienții, am ajuns la concluzia că cea mai bună decizie pe care o poți lua este să ieși din rolul de victimă a trecutului. Astfel, îți poți accesa puterea personală, te poți bucura de prezent și îți poți crea viitorul pe care îl dorești.

Telefon: +40722878730



# Ce este hipnoza și cum ne poate ajuta

descoperă

- cum să lucrezi cu propriile frici și traume, să explorezi iertarea, să gestionezi anxietatea, durerile și să îți îmbunătățești sănătatea;
- Copilul interior;
- Iertarea și iubirea;
- Flacăra violet;
- Karma.



**Marioara LAZĂR**

Health Coach, Terapeut Theta  
Healing, Hipnoterapeut și  
Practician B&H3.

## Marioara Lazăr

Am o experiență de peste 5 ani în lucrul cu oamenii în diverse domenii și 2 ani dedicați comunicării și vorbitului în public. În prezent, îmi continui pregătirea și mă antrenez alături de membrii Maxwell Leadership Certified Team România.

De-a lungul timpului, am avut ocazia să facilitez mastermind-uri și workshop-uri axate pe:

- Dezvoltare personală și profesională
- Gestionarea timpului;
- Stabilirea de planuri și obiective strategice;
- Comunicare, public speaking, relații și self-leadership.

Pasiunea mea pentru comunicare Comunicarea eficientă și autentică este o pasiune profundă, născută din dorința de a depăși propriile temeri legate de eșec și judecata celor din jur.

*În cadrul acestui proiect voi preda ce este hipnoza și cum ne poate ajuta, precum și meditații de relaxare.*

Sesiunile vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să lucreze cu propriile frici și traume, să exploreze iertarea, să gestioneze anxietatea, durerile și să-și îmbunătățească sănătatea.

Subiectele abordate vor include:

- Hipnoza și autohipnoza;
- Regresia în viața curentă;
- Armonizarea părților de suflet;
- Integrarea copilului interior;
- Regresia în viețile anterioare;
- Regresia în viața dintre vieți;
- Conexiunea cu flacăra violet – Maestrul Saint Germain.

Cărți publicate și tehnici utilizate

- Agenda despre Sănătate – Ghidul tău pentru un sezon fără stres: echilibrul sănătății și gestionării emoțiilor;
- Jurnal – Călătoria spre sănătate și echilibru.

Website: [facebook](#)

Telefon: +447741279146





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV.

# Sesiuni Reiki combinate cu Meditații ghidate

descoperă

- Echilibru emoțional și conectare interioară;
- Sănătate fizică și emoțională;
- Echilibrarea chakrelor;
- Eliberarea de programe limitatoare;
- Armonie în relații;
- Prosperitate în carieră, afaceri și abundență financiară.



**Dorina Mihaela GERWIG**  
Terapeut Reiki și Ghid Holistic

## *Dorina Mihaela Gerwig*

De-a lungul activității mele, am avut onoarea de a sprijini numeroase persoane în călătoria lor către vindecare și echilibru. Cred cu tărie că meditațiile ghidate și energia Reiki sunt instrumente puternice pentru vindecarea fizică, mentală, emoțională, energetică și spirituală. Acestea ne pot ajuta să atingem o stare de bine profundă și să ne realizăm intențiile, fie că sunt legate de carieră, relații, sănătate sau prosperitate.

Sunt certificată ca:

- Terapeut Reiki și Maestru Kundalini;
- Trainer Autogenes;
- Trainer de Yoga și Yin Yoga;
- Terapeut Energetic Munai Ki;
- Ghid pentru lucrul cu Ansăle - radiestezie;
- Terapeut Medicina Sufletului;
- Coach Spiritual.

*În cadrul acestui proiect voi susține sesiuni  
dedicate terapiilor holistice, incluzând:*

- Meditații ghidate combinate cu sesiuni Reiki, pentru:
  - Echilibru emoțional și conectare interioară;
  - Sănătate fizică și emoțională;
  - Echilibrarea chakrelor;
  - Eliberarea de programe limitatoare;
  - Armonie în relații;
  - Prosperitate în carieră, afaceri și abundență financiară.
- Introducere în Reiki, o tehnică puternică de vindecare și transformare energetică.

Aceste sesiuni sunt concepute pentru a vă sprijini în:

- Atingerea obiectivelor voastre personale;
- Eliberarea de blocaje;
- Crearea unei conexiuni mai profunde cu Sinele vostru Divin.



GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

**DEZVOLTARE PROFESIONALĂ**



# Tehnici de coaching

descoperă

- cum să îți transformi timpul limitat în cel mai valoros aliat.
- tehnici avansate pentru a deveni mai eficient fără a te epuiza.
- strategii pentru a trece de la statutul de specialist/soloprenor la antreprenor, fără să renunți la stabilitatea emoțională și financiară.



**Mia IOANIȘESCU**

Consilier în Orientare Profesională  
și Executive Coach

## Mia Ionitescu

Pasiunea mea? Să descopăr potențialul ascuns al oamenilor și să le dezvălui "mecanismul unic" al succesului personal și profesional, acel set de chei esențiale care lipsește adesea din educația tradițională. Le arăt cum să elimine blocajele mentale, credințele limitative și incertitudinile care îi țin captivi, transformându-le provocările zilnice în oportunități. Și, mai important, le arăt cum să se apropie de obiectivele lor cu claritate și încredere, fără să fie copleșiți.

Am construit această expertiză:

- Cu o experiență profundă în comunicare și profilare cognitivă, ajutând oamenii să-și identifice atât factorii care îi motivează, cât și pe cei care le pot submina progresul, oferindu-le instrumentele necesare pentru a-și schimba perspectiva și a găsi soluții inovatoare.

- Prin certificări naționale și internaționale în Programare Neuro Lingvistică (recunoscute de ITANLP și John Grinder, PhD).
- Prin munca directă cu profesioniști și antreprenori care și-au rescris destinul cu încredere și rezultate concrete.

***În cadrul acestui proiect vă voi ghida prin tehnici de coaching și instrumente practice pentru a:***

- Găsi soluții creative la probleme complexe.
- Renunța la gândirea convențională care vă limitează.
- Construi o mentalitate de succes care susține creșterea pe termen lung.

Voi aborda subiecte precum:

- Cum să îți transformi timpul limitat în cel mai valoros aliat.
- Tehnici avansate pentru a deveni mai eficient fără a te epuiza.
- Strategii pentru a trece de la statutul de specialist/soloprenor la antreprenor, fără să renunți la stabilitatea emoțională și financiară.

Website: [www.mindcode.ro](http://www.mindcode.ro)

Telefon: +0722363969



# Învățã limba Arabã

descoperã

- vei învăța într-un mod simplu și eficient să descifrezi alfabetul și să scrii corect în limba arabă.
- vei beneficia de expertiza unei persoane cu peste 20 de ani de experiență în predarea limbii arabe, acumulată în contexte educaționale și diplomatice.



**Teodora KABBARA**

Instructor  
Limbã Arabã

## *Teodora Kabbara*

Împreună cu mine vom descifra acest cod lingvistic, tainele scrierii și citirii în limba arabă. Așa că te aștept la curs în cele ce urmează. Activez de peste 20 de ani în domeniu.

Am lucrat în cadre instituționalizate din domeniul educației și al diplomației. M-am ocupat și de traduceri, însă partea de predarea limbii arabe este cea care mă motivează și îmi creează o bucurie enormă și o satisfacție în fiecare zi din viața mea.

Și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului nostru, dar și cheia sănătății noastre.

### *Ce voi preda în cadrul acestui proiect?*

Vom învăța împreună să scriem și să citim în limba arabă. Dacă până acum ai fost atins de mitul că scrierea arabă este imposibil de învățat, îți voi demonstra că într-o perioadă foarte scurtă vei putea să scrii și să citești în limba arabă.

Telefon: +0722621358



# Notiuni de limba engleză

descoperă

- învață și înțelege limba engleză
- subiecte din gramatica, vocabularul și formulările specifice limbii engleze



**Mona RAUS**  
Trainer de limba engleză

## *Mona Raus*

Am o experiență de peste 20 ani în traducere și interpretariat (engleză & franceză) și peste 7 ani în predarea limbii engleze.

În calitate de traducător certificat am avut oportunitatea de a lucra cu instituții publice relevante la traducerea acquis-ului comunitar pentru aderarea României la UE (traducător IER), la diverse conferințe, evenimente, lucrări importante (Ministerul Justiției, CCR etc.).

De-a lungul carierei mele de trainer de limba engleză cu certificare CELTA (Mona Pentru Engleza Ta) am dezvoltat o pasiune profundă pentru a ajuta românii de pretutindeni să învețe limba engleză pentru a putea comunica cu ușurință și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi preda noțiuni de limba engleză. Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să învețe și să înțeleagă limba engleză.*

Voi aborda subiecte din gramatica, vocabularul și formulările specifice limbii engleze și sunt nerăbdătoare să vă ghidez în această călătorie de învățare.

Website: [www.monaraus.com](http://www.monaraus.com)

Telefon: +0722508975



# Aplicații și Sisteme

descoperă

- cum să folosești aplicații de inteligență artificială,
- cum să creezi și automatizezi sisteme complexe de gestionare a clienților și a funnelurilor de vânzări



**Gabi BĂLĂNESCU**  
IT "Doer"

## Gabi Bălănescu

Am o experiență de peste 20 ani în IT și am avut oportunitatea de a lucra la corporații de renume, cum ar fi Microsoft sau Grupul de tehnologie al Allianz Global ocupand diverse pozitii de la cea mai de jos, pana la a conduce echipe de sute de oameni la nivel global.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru tot ce inseamna tehnologie inasa tangential am ajuns sa ma indragostesc de vanzari si comunicare, și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului în absolut orice domeniu.

*În cadrul acestui proiect voi susține clase despre cum să ne folosim de aplicatii de inteligenta artificiala, sisteme complexe de gestionare a clientilor și a funnelurilor de vanzari.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să invete lucruri noi in in domeniul acesta al vanzarilor, al brandingului. Sesiunile pe care le voi sustine vor oferi ghidare persoanelor care sunt la inceput in aceasta arie cat si celor experimentati care isi doresc sa fie mai vizibili in Social Media.

Voi aborda subiecte precum:

- cum sa crezi un link in Bio si la ce foloseste;
- cum sa iti creezi un site de la zero;
- cum sa creezi produse digitale si sa le vinzi;
- cum folosim aplicatii simple de editat,
- si multe multe alte subiecte legate de acest domeniu.

Website: [www.productivitate.online](http://www.productivitate.online)

Telefon: +0722820455





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV, TRĂIEȘTE ACTIV

# Cursuri și ateliere pentru dezvoltarea abilităților în NM

descoperă

- cum să construiești și să gestionezi echipe eficiente;
- cum să dezvolti strategii de marketing adaptate pieței actuale;
- să îmbunătățești abilitățile de comunicare și negociere;
- să aplici tehnici de follow-up eficiente;
- să crești vânzările prin email marketing.



**Ioana BĂLĂNESCU**

Network Marketing

## Ioana Bălănescu

Am o experiență de peste 10 ani în network marketing și am avut oportunitatea de a lucra cu diverse echipe și organizații, contribuind la creșterea și dezvoltarea acestora. De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru formarea și motivarea echipelor, precum și pentru dezvoltarea strategiilor eficiente de marketing. Cred cu tărie că educația continuă și adaptabilitatea sunt cheia succesului în acest domeniu.

*În cadrul acestui proiect, voi preda cursuri și ateliere axate pe dezvoltarea abilităților în network marketing.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- Construiască și să gestioneze echipe eficiente;
- Dezvolte strategii de marketing adaptate pieței actuale;
- Îmbunătățească abilitățile de comunicare și negociere;
- Aplice tehnici de follow-up eficiente;
- Crească vânzările prin email marketing.

Voi aborda subiecte precum:

- Cei 5 pași pentru a construi un imperiu în network marketing;
- Importanța follow-up-ului prin email;
- Strategii de creștere a vânzărilor prin email marketing;
- Formarea și menținerea unei echipe motivate.

**Website:** [www.traiestefaralimite.com](http://www.traiestefaralimite.com)

**Telefon:** +0735535860



# Imagini și culori

## descoperă

- cum să crezi imagini de impact aliniate cu stilul tău personal.
- detalii și trucuri pentru a obține un aspect de impact în imaginile pe care le crezi.
- detalii și trucuri care îți vor simplifica procesul de creare imagini.
- culori și forme văzute prin prisma identității tale.



**Elena CURT**  
Grafică și Design

## Elena Curt

Am un bagaj de 15 ani în grafică și design. A început totul ca și o simplă curiozitate ca apoi să devină o pasiune și răspunsul la întrebarea Cu ce te ocupi. În toți acești ani am colaborat (on-line și off-line) atât cu diverse companii și agenții de succes, cât și cu antreprenori, soloprenori, mici activități locale.

Văd grafica și designul ca un mod simplu de a descrie pe scurt lumea mea: branding, design digital, grafica pentru tipografie sau grafică pentru social media, culori, forme, mesaje. Este un mozaic complex pe care în ultimi ani am avut minunata oportunitate de a-l descoperi și din prisma unor "alt fel" de abordări decât cele clasice.

*În cadrul acestui proiect vom vedea împreună ce presupune a crea o imagine profesională și în același timp fidelă ție.*

Voi aborda două categorii:

- o parte tehnică: despre culoare, font, compoziție, reguli, "trucuri", etc.
- o parte creativă: despre tine și mesajul tău

Voi folosi Canva ca și instrument principal și ne vom concentra pe două priorități:

- imaginea creată să fie o reflecție a ta, să comunice mesajul tău.
- imaginea creată să fie de impact, profesională și personală.

Website: [www.salvaconnome.com](http://www.salvaconnome.com)



# Promovarea Organică cu TikTok

descoperă

- Setarea unui cont care atrage vizibilitate și o comunitate specifică.
- Cum putem atragem sute de mii de vizualizări datorită Hook-ului potrivit
- Algoritmul TikTok în favoarea noastră
- Cum scurtăm timpul petrecut în TikTok fără să mai ajungi la frustrare.



**Mihaela BADEA**

Marketing Online și Promovare eficientă, organică în TikTok.

## *Mihaela Badea*

Am o experiență de 3 ani în Promovarea Organică cu TikTok și am avut oportunitatea de a lucra prin Marketing Digital cu sute de oameni pe care i-am dus la rezultate remarcabile prin promovare și au atins cifre financiare alături de mine.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru „Cum devenim profesioniști / Vizibili și Bogați pe TikTok,, și cred cu tărie că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi preda **Secretele Succesului înTikTok.***

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să își împărtășească pasiunea / afacerea sau să creeze un blog personal în TIKTOK cu reels de puternic impact.

Voi aborda subiecte precum:

- Setarea unui cont care atrage vizibilitate și o comunitate specifică.
- Cum putem atragem sute de mii de vizualizări datorită Hook-ului potrivit
- AlgoritmulTikTok în favoarea noastră
- Cum scurtăm timpul petrecut în TikTok fără să mai ajungi la frustrare.

Telefon: +0762283110





GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT  
CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

# Strategii de business, marketing și dezvoltare a comunității de fani în jurul brandului personal

descoperă

- Cum să creai claritate în strategia voastră de business.
- Strategii de marketing adaptate pentru soloprenori.
- Cum creezi un produs și oferta de nerefuzat folosind AI.
- Funnel de generare de leaduri, de vânzare.
- Cum să vă aliniați afacerea cu valorile personale pentru a avea succes autentic.
- Cum să identifici și să dezactivezi autosabotorii care te împiedică să îți crești afacerea.



**Adriana RADU**  
Digital & AI Business Mentor

## Adriana Radu

Am o experiență de 15 ani ca director de resurse umane în companii multinaționale, cum ar fi Coca-Cola, Henkel, Leoni și Ixia, și am avut oportunitatea de a coordona echipe mari și de a dezvolta strategii organizaționale complexe. De 11 ani am devenit antreprenor fiind consultant, career management coach iar de 4 ani digital business coach. În ultimii ani, m-am concentrat pe mentoring-ul antreprenorilor și al soloprenorilor care doresc să construiască afaceri aliniate cu cine sunt cu adevărat.

Fiind pasionată de tehnologie și procese anul trecut am lansat propria aplicație AI, AiRA, prima aplicație de business și marketing dedicată coachilor, terapeuților și consultantilor. Este uimitor cât de multe activități putem optimiza folosind inteligența artificială.

*În cadrul acestui proiect voi preda strategii de business, marketing și dezvoltare a comunității de fani în jurul brandului personal pentru soloprenori care își doresc să transforme pasiunile lor în afaceri sustenabile și autentice.*

Sesiunile noastre vor fi concepute pentru a vă ajuta:

- Să identificați nișa și avatarul potrivit pentru afacerea voastră.
- Să construiți o comunitate puternică și implicată, care să genereze clienți loiali.
- Să creați produsele cerute de comunitatea voastră
- Să atrageți audiența potrivită care își dorește produsele voastre
- Să creați oferte atractive pentru produsele din portofoliul vostru
- Să descoperiți abilitățile și mindsetul necesar pentru a crește odată cu business-ul vostru.

Website: [www.adrianaradu.ro](http://www.adrianaradu.ro)

Telefon: +0745398408



# Echilibrul emoțional și succesul lansărilor online de servicii și/sau produs

descoperă

- Evoluția emoțiilor în timpul campaniilor de lansare.
- Cele 4 Etape ale Prosperității raportate la lansările online.
- Cum să te alini energetic cu succesul financiar al lansărilor tale.
- Crearea unui câmp energetic armonios pentru a atrage clienți potriviți.
- Resetarea energiei financiare după lansări dificile.



**Adina OLTEAN**

Fondatoare The Consciousness  
and Guidance Centre

## Adina Oltean

Misiunea mea este de a ghida oamenii să utilizeze și să se antreneze în tehnici de vindecare simple, eficiente și puternice, care pot schimba cu adevărat viețile și afacerile din întreaga lume.

Viziunea mea este de a activa codurile energetice ale prosperității, interioare și exterioare, în milioane de persoane.

De-a lungul a 14 ani, am acumulat o experiență impresionantă ca:

- Terapeut consilier
- Supervizor clinic
- Coach în business
- Strategist și mentor
- Maestru Reiki
- Practician Quantum Flow și HeartHealing

Am creat propria mea tehnică de vindecare integrativă evolutivă, Conscious Release Therapy, acreditată cu Diplomă de Nivel 3 de către ACCPH și IPHM.

*În sesiunile mele voi preda modalități și perspective referitoare la liniștea și echilibrul emoțional, care susțin succesul lansărilor online de servicii și/sau produse.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității:

- Să se simtă mai siguri pe valoarea lor personală și profesională, eliberându-se de îndoiala că nu sunt suficient de buni.
- Să creeze și să lanseze produse sau servicii care reflectă cu adevărat cine sunt, fără teama de a fi judecați sau respinși.
- Să își asume unicitatea și să o folosească ca pe un avantaj.
- Să transmită mesaje sincere și autentice, ceea ce crește loialitatea și implicarea.
- Să se simtă confortabili să ceară și să primească bani pentru serviciile lor, fără vinovăție sau ezitare.
- Să fie aliniați cu misiunea și valorile lor, trăind o viață în acord cu ceea ce este cu adevărat important.



GÂNDEȘTE &  
CĂȘTIGĂ DIFERIT

CĂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

## „Roata Vieții”- Ateliere pentru autocunoaștere, relații autentice și performanță maximă.

descoperă

- Cum să-ți identifice blocajele și convingerile limitative.
- Cum să-ți echilibrezi viața pe toate planurile ei.
- Cum să transformi provocările în oportunități.
- Cum să te valorizezi și să-ți crești încrederea în potențialul tău.



**Georgiana CEAȘILĂ**

Master trainer, lifecoach,  
consilier pentru dezvoltare  
personală și profesională

## Georgiana Ceașilă

Numele meu este Georgiana Ceașilă, iar misiunea mea este să ajut oamenii să își transforme viața prin autocunoaștere, dezvoltare personală și activarea potențialului propriu.

Cu o experiență de peste 25 de ani ca master trainer, life coach și consilier pentru dezvoltare personală și profesională, am ghidat peste 5000 de persoane în workshop-uri, ședințe individuale și grupuri de coaching. Sunt pasionată de oameni și cred cu tărie că fiecare schimbare pozitivă dintr-o viață are un impact mai mare asupra comunității din jur.

„Dorința mea de a aduce o schimbare benefică în viața mea cât și în viețile celor care iubesc schimbarea sunt factorii motivaționali care mă determină să continui cu drag și speranță că pot aduce plus valoare în viața semenilor mei.

Activitatea mea se focusează pe OM, pe nevoile, dorințele, aspirațiile și visele fiecăruia în parte.”

*În sesiunile mele, prin programul meu, „Roata Vieții”, voi susține o serie de clase online captivante, folosind tehnici de autocunoaștere și coaching pentru a ajuta participanții să-și găsească echilibrul personal, social și profesional.*

Vom aborda provocări precum:

- Lipsa de încredere în sine;
- Lipsa de direcție sau sens în viață;
- Dificultăți în relațiile personale;
- Dificultate în gestionarea emoțiilor;
- Blocajele în carieră;
- Găsirea echilibrului între muncă și viață personală;
- Cum să spunem ”nu”;
- Frica de a face schimbări;
- Faptul că nu ne simțim apreciați;
- Gestionarea conflictelor.



GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

## DEZVOLTARE FINANCIARĂ



# Mindsetul banilor

descoperă

- metoda mea de dezvoltare durabilă a relației cu banii pentru a materializa prosperitatea personală & profesională dorită sub forma unui program ce se va desfășura pe tot parcursul anului.



**Ionela BEJINARIU**

Business & Money Mindset Coach

## Ionela Bejinariu

Am o experiență de 5 ani ca Business Coach și am avut oportunitatea de a crea și materializa visele antreprenoarelor care m-au ales ca mentor. Împreună am definit și crescut business-uri, dintre care 2 cofetării care astăzi au porțile deschise și îndulcesc cu drag și pasiune clienții în urma colaborării mele cu creatoarele lor, am dezvoltat un proiect ONG care astăzi prosperă și crește pe zi ce trece, am dezvoltat business-uri de coaching online împreună cu cliențele mele coach, am fost speaker inspirațional invitat la evenimentele organizate de Microsoft, ORACLE, și la evenimente cu circuit închis.

*Aceste sesiuni pe care le vom avea live sunt concepute pentru a ajuta membrii comunității CGD să obțină o extindere sănătoasă a conștiinței banilor care îi va sprijini să atragă și să genereze oportunitățile de transformare a relației cu banii prin acțiuni clare, destinate dezvoltării financiare personale & profesionale.*

Voi aborda subiecte precum:

- Identificarea plafonului invizibil al veniturilor tale, care te blochează în a accesa următorul tău nivel financiar
- Te voi ghida să descoperi secretele arhetipului tău sacru al banilor, cu blocajele & punctele forte specifice
- Înveți să gestionezi cu succes banii încât să îți depășești limitele & așteptările
- Descoperi propriile Prețuri Premium pe care clienții le plătesc cu plăcere
- Înveți cum să fructifici noile tale oportunități,

Telefon: +40745953399



# Atrage abundența în viața ta

descoperă

- Ce este "Termostatul Financiar" și cum îl setezi pentru prosperitate
- În ce fel ansamblul minte-corp te sabotează fără să știi în atingerea obiectivelor
- Cum îți crezi realitatea pe care o experimentezi, la propriu, prin intermediul gândurilor, vorbelor și acțiunilor tale



**Florin PĂSAT**  
Life&Business Coach

## Florin Păsat

Sunt creatorul proiectului "Atrage Abundența În Viața Ta", proiect pe care l-am început în ianuarie 2012. De-a lungul timpului am vorbit în fața a mai mult de 50.000 de persoane, inspirându-le și motivându-le să-și transforme viața. Am acumulat experiență în peste 15.000 de sesiuni 1-la-1 în care am ajutat persoanele cu care am lucrat să identifice blocajele care le țineau pe loc și să-și atingă obiectivele financiare, oricât de ambițioase au fost ele, în paralel cu obținerea unui echilibru cu obiectivele din viața personală (familie, sănătate, spiritualitate).

De asemenea, sunt autorul cărții "WOW! Noul Ghid Ca Să Trăiești Acum O Viață Abundentă Și Împlinită", cartea a cărei variantă în limba engleză a fost Amazon Best-Seller în primele 2 săptămâni de la apariția pe amazon la categoria "Humanistic Psychology".

*În cadrul acestui proiect voi vorbi despre modul în care funcționează ansamblul minte-corp, despre modul în care ne creăm realitatea pe care o experimentăm și despre cum să transformăm mintea subconștientă din inamic în aliat.*

- Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să înțeleagă de ce sunt blocați și nu reușesc să-și atingă obiectivele (indiferent că e vorba de bani, relații, sănătate sau alte domenii ale vieții) și ce trebuie să facă pentru a crea și experimenta realitatea pe care și-o doresc.
- Voi aborda subiecte precum
- Ce este "Termostatul Financiar" și cum îl setezi pentru prosperitate
- În ce fel ansamblul minte-corp te sabotează fără să știi în atingerea obiectivelor.
- Cum gestionezi din punct de vedere al emoțiilor negative momente în care ai provocări

Website: [www.florinpasat.com](http://www.florinpasat.com)

Telefon: +40744900522





GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

DEZVOLTARE RELAȚIONALĂ



# Relații armonioase

descoperă

- îmbunătățirea comunicării în cuplu;
- gestionarea conflictelor și transformarea lor în oportunități de creștere;
- dezvoltarea inteligenței emoționale;
- construirea încrederii și intimității;
- strategii pentru menținerea relațiilor sănătoase



**Danubian MODORAN**

Relationship Coach

## *Danubian Modoran*

Am o experiență de peste 5 ani ca Relationship Coach și am avut oportunitatea de a lucra cu numeroase persoane și cupluri, sprijinindu-le să-și îmbunătățească relațiile și să depășească provocările din viața personală.

De-a lungul carierei mele, am dezvoltat o pasiune profundă pentru înțelegerea mecanismelor relaționale, comunicarea eficientă și dezvoltarea inteligenței emoționale.

Cred cu tărie că relațiile armonioase sunt fundamentul unei vieți echilibrate, iar învățarea continuă este cheia succesului în acest domeniu.

*În cadrul acestui proiect voi aborda subiecte precum:*

- Îmbunătățirea comunicării în cuplu;
- Gestionarea conflictelor și transformarea lor în oportunități de creștere;
- Dezvoltarea inteligenței emoționale;
- Construirea încrederii și intimității;
- Strategii pentru menținerea relațiilor sănătoase.

Sesiunile vor include tehnici practice și metode accesibile, astfel încât fiecare participant să poată aplica noile cunoștințe în viața de zi cu zi. Sunt nerăbdător să vă ghidez în această călătorie de învățare și să împărtășesc din experiența mea.

**Telefon:** +40741123043



# Parenting: educație cu blândețe

descoperă

- armonizarea vieții de mamă
- provocările părinților în funcție de vârstă
- adaptarea copiilor în colectivitate
- activități creative și recreative
- arta citirii creative
- caligrafie
- drumul de la plictiseală la curiozitate.



**Sanda DROB POPOVICI**

Educator și Consilier de dezvoltare personală

## Sanda Drob Popovici

Sunt foarte încântată să mă alătur comunității voastre pentru a împărtăși cunoștințele și experiența mea în Parenting, educație cu blândețe și activități cu copii.

Am o experiență de 8 ani în activitățile cu copii și am avut oportunitatea de a crea propriul Centru educațional în care dezvoltăm arta de a crește Oameni. De-a lungul carierei mele m-am specializat ca și profesor învățământ primar și preșcolar, formator, consilier de dezvoltare personală, cursuri de parenting, psihosomatica.

Toate acestea, dar și conferințele de educație la care am participat, m-au ajutat să dezvolt o pasiune profundă de a îndruma copiii cu blândețe spre a deveni creatorii propriilor vieți. În această călătorie, parteneri de suflet ne sunt părinții, dornici de a-și crește copiii.

*În cadrul acestui proiect voi îndruma părinții și copiii să găsească, cu calm, soluții provocărilor întâmpinate zi de zi, să petreacă timp de calitate, să aleagă din diversitatea de activități recreative.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității să:

- dobândească propriul echilibru emoțional pentru a crește copiii conștient.
- crească copiii independenți
- creeze relații părinte-copil armonioase
- găsească activități creative pentru copii lor.

Voi aborda subiecte precum:

- armonizarea vieții de mamă
- provocările părinților în funcție de vârstă
- adaptarea copiilor în colectivitate
- activități creative și recreative
- arta citirii creative
- caligrafie
- drumul de la plictiseală la curiozitate.



# Ateliere de lucru pentru femei și mame

descoperă

- cum să te înțelegi mai bine pe tine însăși,
- cum să gestionezi emoțiile de vibrație joasă,
- cum să-ți găsești liniștea sufletească,
- cum să fii mai prezentă și conștientă în viața de zi cu zi,
- cum să îmbunătățești relațiile cu cei din jur,
- cum să găsești echilibrul între viața personală și cea profesională.



**Flavia GOZNER**

Coach acreditat  
în lucrul cu mamele

## Flavia Gozner

Am o experiență de 4 ani în lucrul cu mamele în calitate de coach acreditat și am avut oportunitatea de a lucra atât în grupe de lucru, cât și în sesiuni 1 la 1. De-a lungul celor 19 ani de experiență ca și cadru didactic, am fost pasionată de înțelegerea relației dintre copil și cadru didactic, iar mai apoi de relația dintre mamă și copil. Am descoperit cum bunăstarea mamei influențează atmosfera din casă și din familie. Odată cu asumarea rolului de mamă, în urmă cu 11 ani, am continuat să mă dezvolt pentru a deveni o versiune mai bună a mea în fiecare zi, iar acum sunt convinsă că învățarea continuă este cheia succesului.

*În cadrul acestui proiect voi preda ateliere de lucru dedicate femeilor, în special mamelor.*

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta femeile din comunitate:

- să se înțeleagă mai bine pe ele însele,
- să gestioneze emoțiile de vibrație joasă,
- să-și găsească liniștea sufletească,
- să fie mai prezente și conștiente în viața de zi cu zi,
- să îmbunătățească relațiile cu cei din jur,

### Subiectele pe care le voi aborda includ:

- Cum să-mi recapăt liniștea sufletească ca mamă?
- Gestionarea emoțiilor de vibrație joasă: vinovăție, frică, rușine etc.
- Cum să am timp pentru toate?
- Valorile personale și cum mă ghidează ele în viața de zi cu zi.
- Relația cu copilul și cu partenerul.
- Tipare preluate de la mamă.
- Copilul meu: povară sau binecuvântare?
- Exerciții simple pentru mai multă energie.
- Descoperirea și schimbarea credințelor limitative.
- Iubirea de sine.

Website: [www.flaviagozner.com/resursa](http://www.flaviagozner.com/resursa)

Telefon: +0750472422



# O viață de familie împlinită cu copii fericiți

descoperă

- Cum să transformi furia din inamic în aliat
- Cum să dizolvi vinovăția în relația cu tine și cei dragi ție
- Cum să echilibrezi viața de familie cu cea profesională
- Cum să reduci țipetele cu copilul tău
- Cum să îmbunătățești relația de cuplu după copii prin 3 instrumente practice



**Andreea ENACHE**

Consilier dezvoltare personală  
și parenting

## *Andreea Enache*

Coach de mame Extraordinare, Consilier dezvoltare personală, sunt pasionată să fac lumea un loc mai bun pentru copiii noștri, câte o mamă pe rând. Misiunea mea este să ajut mamele să treacă de la sentimentul de copleșire, depășire și lipsă de timp pentru ele însele, la a avea o viață de familie împlinită în care copiii lor să crească independenți, fericiți și care cred în ei.

Am o experiență de peste 4 ani în domeniu și am avut oportunitatea de a lucra cu companii precum Carrefour, prin Programul de reintegrare a mamelor la serviciu după CIC. Sunt creatoarea podcastului Mamă în misiune și a multor programe și ghiduri disponibile pentru voi la cerere.

De-a lungul carierei mele, am urmat multe cursuri cu experți internaționali în Positive Parenting, Conscious Parenting și Peaceful Parenting, am explorat și alte domenii importante, cum ar fi vocație, feminitate, NLP, public speaking și dezvoltare personală.

Această diversitate de experiențe și cunoștințe mă ajută să abordez problemele mamelor într-un mod specific și eficient, oferind suport acolo unde este nevoie.

### *În cadrul acestui proiect voi preda:*

- Cum să transformi furia din inamic în aliat.
- Cum să dizolvi vinovăția în relația cu tine și cei dragi ție.
- Cum să echilibrezi viața de familie cu cea profesională.
- Cum să reduci țipetele cu copilul tău.
- Cum să îmbunătățești relația de cuplu după copii prin 3 instrumente practice.

Aceste sesiuni vor fi concepute pentru a ajuta membrii comunității în special femeile să treacă de la sentimentul de copleșire, depășire și lipsă de timp pentru ele însele, la a avea o viață de familie împlinită în care copiii lor să crească independenți, fericiți și care cred în ei.

Voi aborda subiecte precum gestionarea furiei, vinovăției, rușinii, cum să recuperezi echilibrul în familie, îmbunătățirea relațiilor cu cei dragi ție.



GÂNDEȘTE &  
CÂȘTIGĂ DIFERIT

CÂȘTIGĂ PASIV. TRĂIEȘTE ACTIV

Vrei să ai acces la clasele online ale acestor Traineri?  
Întoarce-te la persoana care ți-a oferit acest catalog  
și cere-i linkul tău de înregistrare.

## AFILIERE

