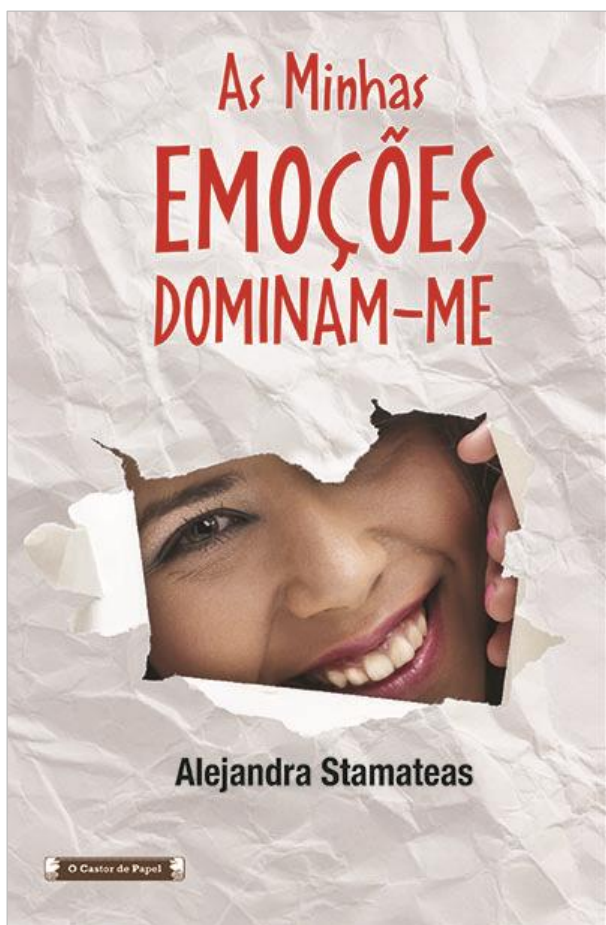


As minhas emoções dominam-me



Sinopse 1

Tristeza, angústia, decepção, ira, medo... Ensinou-se às mulheres durante anos que «é melhor não expressar emoções negativas». Pior só mesmo falar dessas emoções! Assim, há muitas mulheres que passam pela vida reprimindo o que sentem, calando e entregando aos outros «a sua voz» e o seu direito a serem felizes.

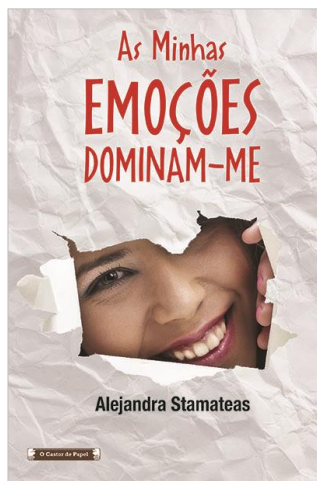
As minhas emoções dominam-me é um desafio para o público feminino: para que se erga e se liberte dos mitos, ordens e crenças erradas de modo a viver de acordo com a sua própria identidade.

Nestas páginas, encontrará as ferramentas necessárias para aprender a expressar as suas emoções sem que estas a dominem, motivando-a e, sobretudo, ensinando-a a ter fé em si mesma e no Criador.

Sinopse 2

Alejandra Stamateas convida-a a empreender uma viagem pelas profundidades do seu mundo interior para descobrir potencialidades, talvez adormecidas até agora, e alcançar o pico da vida plena, estável e feliz. O convite está lançado....

ALEJANDRA STAMATEAS é professora primária e voluntária do Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados e dá conferências e seminários sobre temas relacionados com a mulher, a motivação, a autoestima e o potencial que contam com a presença de milhares de mulheres. Colabora também com diferentes meios de comunicação, na imprensa, rádio e televisão da América Latina.



TÍTULO: AS MINHAS EMOÇÕES DOMINAM-ME

APRESENTAÇÃO: Brochura

AUTOR: Alejandra Stamateas

FORMATO: 15 x 23 cm

1.ª EDIÇÃO: maio 2015

PÁGINAS: 136

ISBN: 978-989-96565-6-7

PESO: 200 g

PREÇO s/ IVA: 12,00 €

PREÇO c/ IVA: 12,72 €

