

- 2025 -

## O ANO DA TRANSFORMAÇÃO HUMANA



Lair Ribeiro

### CRIANDO METAS EQUILIBRADAS

A capacidade de decidir em relação à sua vida é um passo essencial. Quem assume para si uma meta que não é sua, está assumindo a própria infelicidade.

Pág. 09

### LEI DA ATRAÇÃO E A COLHEITA

Temos sim o poder de ajudar, de vibrar luz e gratidão por tudo e todos que um dia foram agentes transformadores em nossas vidas.

Pág. 06

### TERAPIA NATURAL REBALANCE

Sendo uma terapia natural, praticamente sem dor, com técnicas trazidas do Japão. É uma terapia indolor, indicada para todas as idades.

Pág. 05



### A IMPORTÂNCIA DA HOMEOPATIA NO TRATAMENTO INTEGRATIVO E COMPLEMENTAR

A Homeopatia desempenha um papel essencial no cuidado global do paciente, promovendo o equilíbrio entre corpo, mente e emoções.

Pág. 07



### LIDERANÇA ESTRATÉGICA:

Líderes estratégicos são inovadores e humanizados, promovendo um ambiente onde criatividade e aprendizado são valorizados.

Pág. 08



Rogger Florêncio

### ACUPUNTURA: A MEDICINA MILENAR QUE TRANSFORMA VIDAS

Imagine um tratamento capaz de aliviar dores crônicas, melhorar o equilíbrio emocional e promover bem-estar sem o uso de medicamentos.

Pág. 10



Sandra Giordani

### BARRA DE ACCESS™

Quando as Barras de Access são ativadas, permitem a abertura para viver a vida de forma mais fácil, e divertida como sempre desejamos.

Pág. 11

## Editorial

Prezado leitor

### 2025: O Ano da Transformação Humana

À medida que 2025 avança, o mundo presencia uma revolução sem precedentes na ciência, tecnologia e bem-estar. Da inteligência artificial que redefine o trabalho às novas fronteiras da medicina regenerativa, este ano promete ser um marco na evolução humana.

Mas, além dos avanços, também enfrentamos desafios: mudanças climáticas, questões éticas da era digital e a necessidade urgente de equilíbrio entre inovação e qualidade de vida.

O que 2025 nos reserva? Seremos protagonistas ou meros espectadores dessa transformação?

Acompanhe nossa cobertura nas próximas edições e descubra como este ano pode mudar o futuro da humanidade.

Estamos sempre à disposição para levar conteúdo e muita informação. Leia atentamente as matérias e tire suas próprias conclusões.

Para anunciar na próxima edição do jornal, entre em contato conosco pelo whatsapp 11 99976-3884.

Leia esta edição em pdf no site [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br)

Boa leitura!

### Equipe do Jornal Saúde & Harmonia

[saudeeharmonia@idepes.com.br](mailto:saudeeharmonia@idepes.com.br)  
WhatsApp: 11 98272-2121

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

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

## EXPEDIENTE

### DIRETORES:

Sônia M. M. Dick  
Alvaro Augusto Dozzo Dick

### COLUNISTAS CONVIDADOS

Ala Szerman  
Antônio de Souza Neto  
Carlos Alberto Tonello

### ADMINISTRAÇÃO

#### Redação e Correspondência:

Denis Fernando  
João Pinheiro de Barros Neto  
Lair Ribeiro

#### Editora Chefe

Sônia M. M. Dick MTB nº 61193

Regina Machado

#### Jornalista Responsável:

Alvaro Augusto D. Dick MTB nº 61195

Rogger Florencio

Sandra Giordani

### REDAÇÃO

Rua Prof. Filinto Guerra, 60 - Jd. Aeroporto  
São Paulo - SP - CEP: 04356-040  
WhatsApp: 11 99976-3884  
[saudeeharmonia@idepes.com.br](mailto:saudeeharmonia@idepes.com.br)

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

- Matérias assinadas são de inteira responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião deste jornal.
- As matérias de saúde publicadas em Saúde & Harmonia têm caráter preventivo e educativo e sob hipótese alguma devem substituir o procedimento de profissionais de saúde habilitados.
- Os anúncios publicados nesta edição são fornecidos por nossos clientes, únicos responsáveis pela autenticidade e qualidade dos produtos que anunciam.

**ANUNCIE AQUI:**  **11 99976-3884**

## ATENÇÃO! ISTO INTERESSA A VOCÊ:

O IDEPES - possui cursos de pós-graduação nas áreas de Terapias Integrativas, Ortomolecular, Teoria Psicanalítica, Liderança Estratégica, Instituições de Longa Permanência para idosos - ILPI's e Fitoterapia e Suplementação Funcional, com registro na Biblioteca Nacional e reconhecidos pelo MEC.

Oferece também Certificação Internacional para os seus ex-alunos de pós-graduação (solicitação à parte).

Faça já a sua inscrição pelo site [www.idepes.com.br](http://www.idepes.com.br).

Aproveite e tire todas as suas dúvidas pelo nosso WhatsApp: 11 99976-3884.



**PÓS-GRADUAÇÃO EM ORTOMOLECULAR**

**COMECE SEU 2025 DE FORMA DIFERENTE E ENRIQUECEDORA**

FAÇA SUA PÓS-GRADUAÇÃO EM ORTOMOLECULAR E SOFISTIQUE SEU ATENDIMENTO

Coordenação:  
prof. Denis Fernando



**WhatsApp: 11 99976-3884**

**Quem pode se inscrever?**  
Exclusivo para Médicos, Dentistas, Nutricionistas, Enfermeiros, Fisioterapeutas, Biomédicos, Obstetizes e Farmacêuticos.



# VIDA LONGA E SEUS SEGREDOS

Por Antonio de Souza Neto

**A** busca em prolongar a vida com saúde e bem-estar exige do ser humano o ponto de equilíbrio entre o corpo e a mente!

“*Mens sana in corpore sano*”, citação do poeta romano Juvenal, que a escreveu na sua Sátira X no século II.

Ter uma mente sã significa estar em harmonia emocional e psicológica, em paz consigo mesmo e com o mundo. É um estado mental que permite lidar com os desafios da vida de forma saudável.



As práticas esportivas, boa alimentação, promovem a flexibilidade corporal, à saúde para os ossos e músculos, o auxílio na prevenção e retardamento de doenças cardiovasculares, diabetes e câncer.

A precaução em manter a qualidade de vida toma conta de toda sociedade contemporânea, com academias modernas e equipamentos sofisticados, busca por nutricionistas esportivas, médicos integra-tivos para as prevenções de uma vida saudável.

Sem sombras de dúvidas vivemos na era da informação! As pesquisas estão às nossas mãos nos sites de busca, tecnologia, da Inteligência Artificial, mas de nada adianta se formos atrás dessas fontes de informações e não as usar com Sabedoria! As principais qualidades dessa Virtude são: “Gosto pela Aprendizagem, Criatividade, Postura crítica, Perspectiva (ver longe) e Curiosidade”. Se o indivíduo usar a tal sabedoria com perspicácia e determinação e se apoderar dessas informações voltadas para sua saúde e bem-estar, estará pronto para viver “em Plenitude” onde todo ser humano merece estar!

Douto desses conhecimentos o indivíduo irá prolongar a vida com saúde e bem-estar desde que se envolva à adoção de hábitos saudáveis para sua vida, tais como:

- Alimentação Balanceada, com dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos Integrais.

- Atividades Físicas, com exercícios físicos regulares, como caminhadas, corridas ou musculação, são essenciais para a saúde cardiovascular, controle de peso e bem-estar mental. Atividades físicas ajudam a reduzir o risco de doenças crônicas e melhoram a qualidade de vida.

- Sono de Qualidade e dormir bem é crucial para a recuperação do corpo e manutenção da saúde mental. Uma boa noite de sono libera hormônios relacionados ao bem-estar e possibilita a sensação de disposição ao acordar.



- Gerenciar o estresse com práticas de meditação, yoga ou mindfulness ajudam a reduzir o estresse e promovem o equilíbrio emocional. Cultivar hobbies e manter uma organização financeira também contribuem para o bem-estar geral.

- Manutenção dos relacionamentos sociais e pessoais numa vida ativa fortalece a comunidade e o bem-estar emocional, contribuindo para uma vida mais longa e saudável.

- Evitar hábitos nocivos, deixar de fumar, moderar o consumo de álcool são medidas essenciais para prevenir doenças e promover a longevidade. O cigarro é prejudicial ao organismo e aumenta as chances de desenvolvimento de câncer de pulmão e boca.

- Engajar-se em atividades sociais e significativas, ser voluntário em alguma



entidade, participar de clube de amigos, viajar, buscar senso de propósito na vida pessoal e coletiva.

- Realizar consultas Médicas Regulares com check-ups periódicos, permite a detecção precoce de possíveis problemas de saúde, aumentando as chances de tratamento eficaz e manutenção da qualidade de vida.

- Manter as vitaminas e minerais, com doses maiores como a Vitamina D.

Com esses cuidados e doses de virtudes e sabedoria, o ser humanos pode prolongar mais a vida, com saúde e bem-estar vivendo em Plenitude por mais longos anos.

**Antonio de Souza Neto**

MTB - 15106 - CRP - 105744  
 Cel.: 11 99983-4062 / 11 3337-6277  
 Psicologia Positiva - Felicidade  
 Compromisso - Relacionamento  
 Propósito - Realizações.  
 Coaching de vida e empresarial.  
 Naturopatia e Terapia Ortomolecular Integrativa.

**Pós-Graduação em SAÚDE E BEM-ESTAR**

Os melhores cursos à distância

- Ortomolecular
- Psicanálise Contemporânea
- Terapias Integrativas e Complementares

SE VOCÊ É GRADUADO NA ÁREA DA SAÚDE, FALE CONOSCO!

WhatsApp: 11 99976-3884

**IDEPES**

PÓS-GRADUAÇÃO EM **TEORIA PSICANALÍTICA**

MATRÍCULAS ABERTAS

WhatsApp: 11 99976-3884

**IDEPES**



# A VANTAGEM COMPETITIVA E FINANCEIRA DE UMA PÓS-GRADUAÇÃO PARA O PROFISSIONAL

Por Sônia Dick

Investir em uma pós-graduação de qualidade, pode ser um dos passos mais estratégicos na carreira de um profissional. Em um mercado de trabalho cada vez mais competitivo e dinâmico, ter uma especialização pode significar não apenas um diferencial no currículo, mas também um aumento significativo na renda e melhores oportunidades de crescimento.

## Diferencial competitivo no mercado de trabalho

Em um cenário onde a graduação já se tornou um requisito básico para muitas profissões, a pós-graduação representa um nível de qualificação que coloca o profissional à frente de seus concorrentes. As empresas valorizam especialistas que demonstram um compromisso com o aprendizado contínuo e a busca por aperfeiçoamento em suas áreas de atuação.

Além disso, a pós-graduação oferece um aprofundamento em conhecimentos específicos, tornando o profissional mais preparado para enfrentar desafios complexos e assumir cargos de maior responsabilidade dentro das organizações.

## Maior empregabilidade e ascensão na carreira

Profissionais com pós-graduação tendem a ter mais chances de conquistar promoções e posições estratégicas. Muitas empresas enxergam a especialização como um fator essencial para cargos de liderança e gestão. Isso porque um curso desse nível aprimora não apenas as competências técnicas, mas também as habilidades analíticas, estratégicas e de tomada de decisão.

Outro ponto importante é a rede de contatos. Durante uma pós-graduação, o profissional tem a oportunidade de interagir com professores renomados e colegas que podem se tornar parceiros de negócios, facilitando novas oportunidades de emprego e crescimento profissional.

## Aumento salarial e retorno financeiro do investimento

Além da valorização no mercado de trabalho, os profissionais com pós-graduação tendem a ter uma remuneração superior em comparação aos que possuem apenas a graduação. Estudos apontam que

a diferença salarial entre um profissional pós-graduado e outro sem essa formação pode chegar a até 50%, dependendo do setor e da especialização escolhida.

Essa valorização ocorre porque as empresas reconhecem o impacto que um profissional mais qualificado pode ter nos resultados do negócio. Com mais conhecimento e habilidades, esses profissionais são capazes de gerar maior eficiência, inovação e competitividade, o que justifica um salário mais alto e melhores condições de trabalho.

## Empreendedorismo e novas oportunidades

Para aqueles que desejam empreender, uma pós-graduação pode ser um divisor de águas. O curso pode proporcionar conhecimentos estratégicos para a criação e gestão de negócios, permitindo que o profissional compreenda melhor o mercado, a concorrência e as oportunidades de inovação. Além disso, muitos cursos oferecem disciplinas voltadas para a liderança, gestão financeira e marketing, essenciais para o sucesso de qualquer empresa.

## Conclusão

O investimento em uma pós-graduação vai além do conhecimento adquirido: ele se reflete diretamente na empregabilidade, na ascensão profissional e na remuneração. Em um mercado em constante transformação, aqueles que buscam se especializar ganham uma vantagem competitiva significativa, aumentando suas chances de sucesso e estabilidade financeira.

Seja para crescer dentro da empresa atual, mudar de área ou empreender, a pós-graduação se consolida como um caminho seguro e rentável para o futuro profissional.

Originário de uma visão pioneira, o IDEPES foi concebido há 18 anos, com a missão de capacitar terapeutas através de uma formação robusta e diversificada em técnicas terapêuticas, visando não apenas elevar a credibilidade dos profissionais no olhar dos clientes, mas também atender a uma lacuna expressiva no mercado de saúde e bem-estar.

Sônia Maria Martins Adoglio Dick

Psicóloga Organizacional e Jornalista. Mestre em Administração e Liderança Organizacional. Mestrado profissionalizante em MBA em Liderança Estratégica Organizacional. Coordenadora de cursos de Pós-graduação. Diretora no Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior (IDEPES) e na Sociedade Brasileira de Termalismo (SBT).

**IDEPES** **TCL**

## MBA EM GESTÃO DE INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS (ILPI'S)

**Transforme sua Carreira no cuidado com Idosos e torne-se um Especialista em ILPI's!**

Se você deseja se destacar nesse mercado em expansão e garantir um diferencial competitivo, **nosso MBA é ideal para você!**

**Coordenação: Profa. Dra. Teresinha Covas Lisboa**  
Parceria: TCL Consultoria e Assessoria e IDEPES

WhatsApp: 11 99976-3884

**AUTORIZADO MEC**

**IDEPES** **TCL**

## MBA EM LIDERANÇA ESTRATÉGICA

**Saia do comodismo profissional e dê um passo para um futuro promissor liderando pessoas de forma inteligente.**

MBA em Liderança Estratégica irá te tornar o profissional mais procurado e bem remunerado no ramo corporativo!

WhatsApp: 11 99976-3884

**Coordenação: Profa. Dra. Teresinha Covas Lisboa**  
Parceria: TCL Consultoria e Assessoria e IDEPES

**AUTORIZADO MEC**

## O PROF. TAKASHI MIYASE UTILIZA NOS ATENDIMENTOS O TRATAMENTO COM TÉCNICAS TRAZIDAS DO JAPÃO

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



### TERAPIA SHIZENDO

### 自然形体療法



#### Em que consiste a terapia Natural Rebalance?

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

#### É somente na coluna que é feita a técnica?

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

#### O corpo então vai recuperando seu equilíbrio de maneira harmoniosa?

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



### PROBLEMAS

**Dor na Coluna**  
**Ombro**  
**Joelho**  
**Tornozelo**  
**Equilíbrio**  
**Nervo Ciático**  
**Reumatismo**  
**Enxaqueca**  
**Desequilíbrio de Sistemas**  
**entre outros**

#### SÃO PAULO

Rua Domingos de Morais, 348 Loja 30 - Vila Mariana - SP  
Atend.: Terça / Sexta / Sábado  
Cel.: (11) 95628-8885

#### SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Rua Nelson Cesar de Oliveira, 40 - Jd. das Indústrias  
Atend.: Segunda / Quarta / Quinta  
Cel.: (12) 99680-1555

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



## NUMEROLOGIA PITAGÓRICA

Ministrado pelo prof. dr. José Luis Pires Camacho em EAD

Numerologia é a ciência que estuda a essência das coisas através dos valores e significados dos números. Os números são a base de tudo em todas as áreas do conhecimento humano. Eles quantificam e qualificam tudo o que se possa imaginar, e revelam nossos mais íntimos segredos. Por meio dos números é possível se conhecer um ser humano em sua personalidade, dons, talentos e aptidões.

#### Programa:

##### I) Introdução.

##### II) As letras.

1. Significado das letras do alfabeto.
2. Anatomia de uma palavra.
3. A interpretação do gramascópio.

##### III) As transcrições numéricas.

1. A associação pitagórica.
2. A associação hebraica.
3. Adição, redução, e extração da raiz teosófica.

##### IV) A numerologia pitagórica.

##### A) A interpretação dos números: vibrações e qualidades humanas.

##### B) Elaboração do mapa numerológico natal.

1. Motivação.
2. Eu íntimo.
3. Expressão.
4. Intensificação.
5. Lições cármicas.
6. Reação emocional (você emocionalmente).
7. Mapas das nuances das letras; mental, físico, emocional, intuitivo, inspirado, dual, equilibrado.
8. Desafio do impulso da alma.
9. Paixão dominante.
10. Pedra angular.
11. Chave.
12. Letra – chave: segunda chave.
13. Número do equilíbrio.
14. Primeira vogal.
15. Última pedra.
16. Pedra chave.
17. Característica do nome.
18. Número derealidade.

##### C) A data de nascimento

1. Caminho do destino.
2. Ciclos da vida.
3. Desafios – pináculos.
4. Realizações.
5. A quintessência.
6. Compatibilidade.
7. Ano pessoal.
8. Ano universal.
9. Calendários das vibrações.
10. Momentos decisivos anuais, mensais, diários.
11. Ciclo formativo, produtivo, da colheita.
12. Ano, mês, dia, hora universais.
13. Ápices e desafios pessoais (ano, mês, dia, hora)
14. Excentricidade.
15. Conquista.
16. Mapa de eventos.
17. Introversão / extroversão.
18. O um, os muitos, o todo.

##### V) Técnicas de interpretação.

1. Pirâmide interpretativa.
2. Uso das ausências.
3. Duplicidade e superiores.
4. Planos vibracionais: reação, sentimento
5. Similaridades.

6. Adequação de linguagem.
7. Vibração da expressão.
8. Interpretação do passado.
9. Danos e praticantes.
10. Conjunção: caminho do destino X motivação /motivação X caminho do destino.
11. Potenciais humanos.
12. Vícios.
13. Pureza da vibração.
14. Realização dos sonhos.
15. Conquistas espontâneas.
16. Renascimento.
17. Momentos decisivos.
18. Vampirismo vibracional.
19. Ausência de vibração positiva.
20. Oposições vibracionais.
21. Oposição.
22. Bloqueio vibracional.
23. Afetividade/casamento.
24. Dificuldade de pratica afetiva.
25. Fertilidade/filhos.
26. Sexualidade.

WhatsApp: 11 99976-3884



## LEI DA ATRAÇÃO E A COLHEITA!

Por Carlos Tonello

**“Não importa se são momentos bons ou ruins, a diferença entre eles é que uns marcam, outros ensinam.”**

Guto Akasaki

Por mais difícil que seja o momento da vida,

Por mais dolorosas que sejam as amarras do passado em família, relações, trabalho,

Seja grato(a) e abençoe as pessoas, que naquele momento pensavam e agiam diferente de você.

Volte no tempo, represe somente o que foi bom e dissolva todo o conteúdo amargo e sombrio que ficou encravado até então em seu coração, no subconsciente e na alma.

Deixe de acumular raiva, ódio, mágoa, angústia, pois você é o(a) co-criador(a) de tudo o que vibra e manifesta em sua tela mental, sendo transformada em realidade planeta Terra. Essa energia é que adoce o seu físico, mente e alma.

Tudo o que manifestamos de energia para criar nossos pensamentos, desejos e ações são profetizadores do BEM e do MAL, presentes em nossa consciência plena e verdadeira.

Temos sim o poder de ajudar, de vibrar luz e gratidão por tudo e todos que um dia foram agentes transformadores em nossas vidas, por pior que tenha sido a experiência e o resultado.

Caso em um momento de raiva e sofrimento, você vibre na frequência do mal ao outro, e continue somatizando, essa energia estará sendo impregnada principalmente em você.

Por um instante, você até conseguirá prejudicar o outro através do seu livre arbítrio. Aguarde o momento exato, pois a hora da colheita é justa e sagrada, seja chuva de bênçãos ou de pedras!

Não podemos esquecer que cada um é único e que não haverá ninguém igual a você.

Podemos também exercitar amor e perdão através da técnica do ho'oponopono, independente da ação e do resultado que obtivemos no passado.

**CARLOS TONELLO**

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

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

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

**Consultório: Centro Empresarial Pinheiros**

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

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

E-mail: catonello@uol.com.br

www.carlostonelloterapeuta.com.br

facebook.com/carlostonelloterapeuta

Quanto mais projetarmos o bem, a verdade e o amor por tudo, maior será a leveza em nossa alma e a materialização dos sonhos verdadeiros. Tudo de acordo com o merecimento e o momento exato.

Cuide de seu pensamento, pois será a sua realidade!

Carlos Tonello, Consultor e Terapeuta Holístico



## TERAPIA DAS PEDRAS QUENTES

by Ala Szerman

**C**linicamente é a aplicação da termoterapia, usando-se pedras aquecidas de efeito penetrante e alternando com pedras extremamente frias. Usando-se temperaturas diferentes, quentes ou frias sobre o corpo, consegue-se produzir reações fisiológicas e orgânicas de mais alto benefício para ser humano.

A temperatura é adaptada individualmente a cada caso e as pedras caminhando sobre os músculos transmitem energia que religa a força interior.

É um método contemporâneo de técnicas multifacetadas, baseado na termoterapia de temperaturas quentes e frias para beneficiar o organismo. A terapia beneficia-se dessas práticas tradicionais com um método atual.

Pedras de basalto e de mármore são o meio e as temperaturas quente e fria são a mensagem. Essa ginástica vascular do sistema circulatório ajuda o corpo a curar-se. As pedras produzem alternadamente respostas sedativas e re-energizadoras ao corpo. Os clientes adoram a recarga potente que recebem no tratamento. À medida que caminham em direção da sagrada corrente da vida, os clientes, unanimemente expressam as mesmas palavras quando deixam a mesa de tratamento: “Sinto-me abençoado, equilibrado e acalentado”.

Sorriem e seguem confiantemente para o amanhã.

Terapeutas descobrem que o estresse e a tensão em suas mãos, pulsos e braços são eliminados utilizando nossa técnica. As pedras e a variação térmica fazem todo o serviço pesado para eles. Conseguem trabalhar mais eficientemente por períodos mais longos.



Todos os envolvidos nesse treinamento desenvolvem mais respeito pelo trabalho diário e pelos rituais, porque respeito e valorização crescem naturalmente desta experiência de aprendizado fértil.

O aluno aprenderá no curso o método by Ala Szerman, pioneiro nessa técnica.

As aulas são ministradas pela própria Ala Szerman, gravadas em alta qualidade, com teoria e a prática.

O curso é apostilado, e o aluno pode baixar e imprimir a apostila.

Certificado emitido pelo Idepes e por Ala Szerman.

Informações: WhatsApp: 11 99976-3884

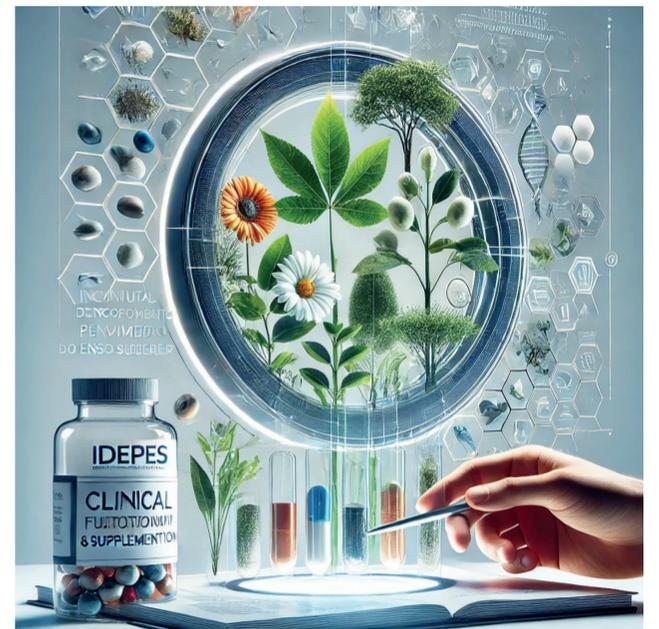
Visite o site: www.idepes.com.br

=====



## EXTRATO DE AMORA: UM ALIADO NATURAL PARA A SAÚDE DA MULHER NA MENOPAUSA

Por Denis Fernando



**A** menopausa é uma fase natural da vida da mulher, mas nem por isso precisa ser um período difícil! Ondas de calor, insônia, mudanças de humor e até ganho de peso são alguns dos sintomas que podem aparecer. Mas a boa notícia é que a natureza oferece soluções incríveis, e uma delas é o extrato de amora!

Por que a Amora é tão Poderosa?

A amora é rica em fitoestrógenos, substâncias naturais que agem de forma semelhante ao estrogênio – hormônio que começa a diminuir na menopausa. Isso ajuda a amenizar muitos dos sintomas que acompanham essa fase.

Além disso, a fruta é um verdadeiro combo de saúde, cheia de vitaminas e antioxidantes que fazem bem para o corpo e a mente!

Benefícios do Extrato de Amora na Menopausa

- 🔥 Menos ondas de calor – Os fitoestrógenos ajudam a equilibrar os hormônios, reduzindo os famosos “calorões”.
- 😊 Mais equilíbrio emocional – Ameniza oscilações de humor e irritabilidade.
- 🛌 Sono tranquilo – Pode ajudar a melhorar a qualidade do sono, combatendo a insônia.
- 🦴 Ossos mais fortes – Contribui para a saúde óssea, prevenindo a osteoporose.
- 👉 Menos inchaço e retenção de líquidos – Seu efeito diurético ajuda a eliminar toxinas e aliviar o inchaço.

Como Consumir?

O extrato de amora pode ser encontrado em cápsulas ou na versão líquida, mas a fruta fresca também é uma excelente opção! Chás feitos com suas folhas também são conhecidos por seus efeitos benéficos.

Se você está passando pela menopausa e quer um suporte natural para aliviar os sintomas, o extrato de amora pode ser um grande aliado! Sempre consulte um profissional de saúde antes de iniciar qualquer suplementação para garantir o melhor para o seu corpo.

Seu bem-estar não precisa ter pausa!

**Prof. Denis Fernando**

Especialista em Saúde Integrativa  
Coordenador dos cursos de pós-graduação em Ortomolecular e Fitoterapia e Suplementação Funcional

## A IMPORTÂNCIA DA HOMEOPATIA NO TRATAMENTO INTEGRATIVO E COMPLEMENTAR

Por Regina Machado

**A** Homeopatia, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma das principais Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), destaca-se pela sua abordagem holística e personalizada. Criada pelo médico alemão Samuel Hahnemann no século XVIII, fundamenta-se no princípio de que “o semelhante cura o semelhante”, utilizando substâncias naturais altamente diluídas para estimular a capacidade de autocura do organismo.

A Homeopatia desempenha um papel essencial no cuidado global do paciente, promovendo o equilíbrio entre corpo, mente e emoções. Ao tratar doenças agudas, como gripes, resfriados e alergias, atua no alívio rápido dos sintomas e no fortalecimento do sistema imunológico. Sua composição natural e ausência de efeitos colaterais significativos tornam-na segura para todas as idades.

Em condições crônicas, como asma, enxaqueca, artrite e distúrbios emocionais (ansiedade, insônia), a homeopatia oferece uma abordagem contínua e preventiva,

buscando tratar as causas profundas da doença e melhorar a qualidade de vida do paciente.

Além disso, sua eficácia estende-se à recuperação de traumas físicos, como entorses, hematomas e fraturas, acelerando o processo de



cicatrização e reduzindo dores e inflamações. Em traumas emocionais, como luto ou estresse pós-traumático, auxilia no reequilíbrio psicológico e na superação de dificuldades emocionais.

Por ser uma terapia segura e livre de toxicidade, a homeopatia pode ser utilizada de forma complementar a tratamentos convencionais, promovendo uma visão integral da saúde e focando no bem-estar global do paciente.

**Regina Machado** / Biomédica  
Práticas Integrativas e Complementares  
dra.reginamachado8@gmail.com  
Whatsapp: 11.973029558  
Instagram: draregina\_praticasintegrativas





## LIDERANÇA ESTRATÉGICA: O CAMINHO PARA ORGANIZAÇÕES SUSTENTÁVEIS E DE ALTO DESEMPENHO

Por João Pinheiro de Barros Neto

**E**m um mundo cada vez mais dinâmico e competitivo, a liderança estratégica se torna um diferencial essencial para organizações que buscam não apenas sobreviver, mas crescer e inovar. Diferente da liderança operacional, que se concentra no dia a dia, a liderança estratégica exige visão de longo prazo, tomada de decisão baseada em dados e capacidade de adaptação às constantes mudanças do mercado.

Mas o que torna um líder estratégico? Tais líderes vão além da gestão tradicional e são responsáveis por criar uma cultura organizacional forte, desenvolver talentos e alinhar a equipe aos objetivos do negócio, eles e elas possuem algumas características muito marcantes e significativas.

Líderes estratégicos são arquitetos do futuro organizacional, guiando suas equipes com uma visão clara e inspiradora, capaz de transformar desafios em oportunidades e não apenas definem metas de longo prazo, mas também comunicam sua estratégia de forma envolvente, garantindo que todos compreendam e compartilhem o propósito da empresa. Para isso, combinam

um pensamento analítico aguçado, utilizando dados e tendências para embasar suas decisões, com um forte senso de planejamento e organização, estruturando planos detalhados que garantam a execução eficiente da estratégia. No entanto, sabem que o mundo dos negócios é dinâmico e, por isso, cultivam a adaptabilidade, ajustando seus rumos sempre que necessário, sem perder de vista seus objetivos centrais.

Mais do que estrategistas, líderes estratégicos são inovadores e humanizados, promovendo um ambiente onde criatividade e aprendizado são valorizados e possuem uma tomada de decisão eficaz, equilibrando riscos e oportunidades com clareza e coragem, ao mesmo tempo que se comunicam de maneira eficiente e empática, assegurando que suas ideias sejam compreendidas em todos os níveis da organização. A ética e a integridade orientam suas ações, garantindo que suas decisões sejam justas e sustentáveis, enquanto seu foco em desenvolvimento de talentos fortalece a equipe, preparando futuros líderes. Em tempos de crise ou incerteza, a resiliência se torna seu diferencial, permitindo que enfrentem adversidades com serenidade e mantenham a equipe motivada rumo ao sucesso.

Líderes estratégicos reconhecem que colaboradores satisfeitos produzem mais, inovam e contribuem para o sucesso da empresa e entendem que uma organização sustentável e de alto desempenho não se constrói apenas com metas financeiras, mas também com ambiente de trabalho saudável, motivação e engajamento.

De fato, a saúde organizacional envolve fatores como clima corporativo positivo, comunicação transparente e equilíbrio entre vida pessoal e profissional, para isso, o líder estratégico deve estimular empatia e inteligência emocional no trato com as equipes, processos claros e objetivos comuns, evitando desalinhamentos e cultura de aprendizado contínuo, promovendo treinamentos e capacitações.

Por isso, empresas que possuem uma liderança estratégica não pensam apenas em lucro imediato, mas na sustentabilidade do negócio em longo prazo, o que significa investir em práticas ESG (*Environmental, Social and Governance* – Ambientais, Sociais e de Governança), diversidade e inovação a fim de promoverem transformação e impactos positivos não só no ambiente corporativo, mas também na sociedade.

Enfim, a liderança estratégica não é apenas uma competência gerencial, mas uma mentalidade que transforma organizações e pessoas e, em um cenário cada vez mais incerto, líderes que adotam essa abordagem conseguem não apenas se destacar no mercado, mas também criar um legado de inovação, crescimento e harmonia organizacional.

João Pinheiro de Barros Neto

É referência em Administração, Liderança e Gestão de Pessoas, com sólida trajetória acadêmica e profissional. Administrador com Pós-doutorado, Doutorado em Ciências Sociais e Mestrado em Administração.

## COENZIMA Q10: O SEGREDO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL



Por Denis Fernando

**V**ocê já ouviu falar da Coenzima Q10? Esse nome pode parecer complicado, mas seu papel no nosso corpo é simples: energia e proteção! Com o passar dos anos, nossa produção natural dessa substância diminui, e isso pode impactar diretamente a nossa saúde e vitalidade.

Por que a CoQ10 é tão importante?

Pense na Coenzima Q10 como o "carregador de bateria" do nosso corpo. Ela ajuda nossas células a produzirem energia e ainda age como um escudo protetor contra os temidos radicais livres — moléculas que aceleram o envelhecimento e aumentam o risco de doenças.

A falta dessa coenzima pode levar à sensação de cansaço, envelhecimento precoce e até problemas cardíacos. Por isso, manter bons níveis de CoQ10 é fundamental para viver com disposição e bem-estar!

Benefícios da CoQ10 para a Saúde

- ♥ Coração mais forte – A CoQ10 melhora a circulação sanguínea e protege o coração.
- ⚡ Mais energia e menos fadiga – Ajuda a reduzir o cansaço, dando mais disposição no dia a dia.

🧠 Cérebro protegido – Contribui para a saúde mental e pode até ajudar na prevenção de doenças neurodegenerativas.

🛡️ Pele jovem – Seu efeito antioxidante protege a pele contra rugas e sinais do tempo.

Onde Encontrar?

Nosso corpo produz CoQ10 naturalmente, mas essa produção cai com o tempo. Podemos obtê-la por meio da alimentação, em alimentos como carnes, peixes, nozes e vegetais verdes. Em alguns casos, a suplementação pode ser recomendada para garantir níveis ideais.

Conclusão

Se você deseja envelhecer com saúde, energia e vitalidade, a Coenzima Q10 pode ser uma grande aliada! Fique atento à sua alimentação e consulte um profissional de saúde para avaliar a necessidade de suplementação. Seu corpo agradece!

Prof. Denis Fernando

Especialista em Saúde Integrativa

Coordenador da pós-graduação em Ortomolecular

# CRIANDO METAS EQUILIBRADAS

Por Dr. Lair Ribeiro



**É** preciso identificar as diferentes áreas da vida e, em cada uma, criar uma meta equilibrada, seja ela cultural, física, financeira, familiar, profissional ou espiritual. E a meta deve ser sua, e não de outra pessoa.

Certas pessoas dizem que escolheram fazer isso ou aquilo na vida porque esse era o desejo de seus pais. Um pai pode desejar que seu filho estude medicina, mas nunca pode impor isso a ele! Acredite: A sua capacidade de decidir sobre a sua vida é um passo essencial para a realização dos seus ideais. Quem assume para si uma meta que não é sua, está assumindo a própria infelicidade.

Meta deve ser pessoal. Você tem de estar comprometido com ela.

Estar comprometido é muito mais do que estar envolvido. Quem se envolve se liga, participa. Quem se compromete deixa de ter medo, vestindo e suando a camisa.

## O tamanho da meta

A meta deve ser grande. Grande mesmo. Tão grande que, se você contar para um amigo, ele não acreditar que você é capaz de realizá-la.

Quando fui estudar na Universidade de Harvard, em 1976, eu disse a um colega que em três anos eu estaria ensinando cardiologia nos Estados Unidos. Ele ironizou, pois eu nem sabia falar inglês muito bem. Passados exatos oito meses depois dessa conversa, eu estava fazendo minha primeira palestra para quatrocentos médicos cardiologistas em Washington, D.C. Quando o meu amigo duvidou, eu sabia que estava no caminho certo!

## A forma da meta

A meta tem de ser específica. Você quer dinheiro? Então, especifique quanto dinheiro você quer. Dinheiro, você já tem no bolso; então, isso não é uma meta.

— Eu quero ter 50 mil dólares na minha conta bancária.

Agora sim a sua mente entende, pois o pedido é específico. A mente só entende a mensagem quando você fala exatamente o que quer. Aí, o seu subconsciente processa o seu pedido e providencia a realização.

**Dr. Lair Ribeiro** — Palestrante internacional, autor de vários livros que se tornaram *best-sellers* no Brasil e em países da América Latina e da Europa. Médico cardiologista, realizou treinamentos e pesquisas na Harvard University, Baylor College of Medicine e Thomas Jefferson University.

Webpage: [www.lairribeiro.com.br](http://www.lairribeiro.com.br)

e-mail: [Irsintonia@terra.com.br](mailto:Irsintonia@terra.com.br)

## PARA ONDE ESTÁ SE ENCAMINHANDO A HUMANIDADE?

Por Sônia Dick

**A** humanidade se encontra em um ponto crucial de sua trajetória. Entre avanços tecnológicos, crises ambientais, desafios sociais e descobertas científicas revolucionárias, o futuro da nossa espécie é moldado por escolhas que fazemos hoje. Mas para onde estamos indo? O que nos aguarda nas próximas décadas?

### O avanço tecnológico e a era da inteligência artificial

A tecnologia nunca evoluiu tão rápido. A inteligência artificial está transformando a maneira como trabalhamos, nos comunicamos e até mesmo tomamos decisões. Se, por um lado, a automação promete otimizar processos e ampliar a produtividade, por outro, levanta questões éticas sobre desemprego em massa, privacidade e até mesmo o controle que os humanos terão sobre suas próprias criações.

O desenvolvimento da biotecnologia também aponta para um futuro em que doenças genéticas poderão ser eliminadas, a longevidade aumentada e a própria natureza da vida humana alterada. No entanto, o acesso desigual a esses avanços pode aprofundar ainda mais a divisão entre classes sociais.



### Crise climática: um ponto de inflexão

O aquecimento global é uma das maiores ameaças ao nosso futuro. Eventos climáticos extremos, aumento do nível do mar e perda da biodiversidade já estão impactando a vida em diversas regiões do planeta. O desafio de reduzir as emissões de carbono e adotar fontes de energia sustentáveis determinará se a Terra será um lugar habitável para as próximas gerações ou um ambiente hostil e instável.

### Mudanças sociais e a busca por equilíbrio

As sociedades estão se tornando mais conectadas e, ao mesmo tempo, mais polarizadas. As redes sociais revolucionaram a comunicação, mas também intensificaram conflitos ideológicos e a disseminação de desinformação. Ao mesmo tempo, movimentos de direitos humanos e inclusão vêm promovendo avanços significativos em questões de equidade racial, de gênero e social. O futuro dependerá de como equilibraremos liberdade de expressão, ética digital e convivência harmônica.

### A exploração espacial e o futuro além da Terra

Com missões rumo a Marte e a possibilidade de colonização lunar, a humanidade pode estar à beira de se tornar uma espécie interplanetária. Empresas privadas e governos investem cada vez mais em tecnologias que possam viabilizar a exploração e a habitação do espaço. Essa expansão pode significar uma nova era de descobertas e recursos, mas também traz desafios éticos e geopolíticos sobre a posse e o uso desses novos territórios.



### O que nos espera?

O destino da humanidade não está escrito. O equilíbrio entre progresso e sustentabilidade, inovação e ética, tecnologia e humanidade será determinante para o que virá. Podemos estar caminhando para uma era dourada de conhecimento e bem-estar ou para um futuro distópico de desigualdade e colapso ambiental. No fim, nossas escolhas coletivas definirão o rumo da nossa jornada.

E você, como imagina o futuro da humanidade?

### Sônia Maria Martins Adoglio Dick

Psicóloga Organizacional e Jornalista. Mestre em Administração e Liderança Organizacional. Mestrado profissionalizante em MBA em Liderança Estratégica Organizacional. Coordenadora de cursos de Pós-graduação. Diretora no Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior (IDEPES) e na Sociedade Brasileira de Termalismo (SBT).

# ACUPUNTURA: A MEDICINA MILENAR QUE TRANSFORMA VIDAS

Por Rogger Florencio

**V**ocê já imaginou um tratamento capaz de aliviar dores crônicas, melhorar o equilíbrio emocional e promover bem-estar sem o uso de medicamentos?

A acupuntura, uma das principais técnicas da Medicina Tradicional Chinesa, tem desempenhado esse papel há milênios. Com eficácia reconhecida pela Organização



Rogger com dr. Bactéria

Mundial da Saúde (OMS), essa prática vem conquistando cada vez mais espaço na medicina moderna, proporcionando alívio e qualidade de vida para milhões de pessoas ao redor do mundo.

## Minha Jornada na Acupuntura

Minha trajetória na acupuntura começou há mais de 25 anos, quando me formei pela Escola Paulista de Medicina Tradicional Chinesa, em 1998. Desde então, venho me dedicando ao estudo e à prática dessa arte milenar, buscando sempre aprimorar meus conhecimentos. Tive a honra de ser reconhecido por diversas universidades internacionais, passando por instituições renomadas em Singapura, China, África e Londres.

Além da acupuntura, me especializei em homeopatia infantil pelas Faculdades Albert Einstein, em 2004. Essa formação me permitiu aprofundar minha compreensão sobre o tratamento de dores e desequilíbrios emocionais em crianças, oferecendo uma abordagem mais completa e humanizada.

Atualmente, sou diretor da Universidade Logos na Flórida, EUA, e trabalho diariamente em meus consultórios com o compromisso de transformar vidas por meio da acupuntura e da homeopatia.

## Como Funciona a Acupuntura?

A acupuntura é baseada no conceito de que o corpo humano possui uma rede de canais de energia chamados meridianos. Quando há um bloqueio ou desequilíbrio nesse fluxo, surgem doenças, dores e distúrbios emocionais.

Por exemplo, um paciente que sofre de enxaqueca pode se beneficiar da estimulação de pontos localizados na cabeça, nas mãos e nos pés, enquanto alguém com ansiedade pode ser tratado por meio de pontos que regulam o sistema nervoso e promovem relaxamento.



Rogger com Regina Volpato

## A Relação Entre Acupuntura e Emoções

A Medicina Tradicional Chinesa ensina que o corpo e a mente estão intimamente conectados.

Quando uma emoção se torna excessiva ou prolongada, pode desequilibrar a energia vital (Qi) e afetar diretamente a saúde física. A acupuntura atua restaurando esse equilíbrio, promovendo não apenas alívio da dor, mas também um profundo bem-estar emocional.

Nos meus anos de prática, já tratei inúmeros pacientes com dores crônicas, enxaquecas, ansiedade, insônia, depressão e até mesmo problemas hormonais, sempre com resultados surpreendentes. A acupuntura permite que o corpo ative seus próprios mecanismos de cura, proporcionando uma melhora real e duradoura.



Rogger com Ronnie Von

## Casos de Sucesso e Experiências na Mídia

Minha missão sempre foi levar o conhecimento sobre a acupuntura ao maior número possível de pessoas. Por isso, ao longo dos anos, tive a oportunidade de participar de diversos programas de televisão, como o Mulheres, da TV Gazeta, onde conversei com a apresentadora Pamela sobre como a acupuntura e a cromoterapia podem aliviar dores e promover equilíbrio energético.

Além disso, já tratei pacientes que chegaram aos meus consultórios após anos de sofrimento, sem esperanças de melhora. Com a acupuntura, muitos deles experimentaram uma transformação significativa em suas vidas, recuperando a saúde e o bem-estar. É gratificante ver como essa técnica pode mudar histórias e proporcionar um novo começo para tantas pessoas.



Rogger com Claudia Tenório

## O Futuro da Acupuntura e Minha Missão

Acredito que a medicina deve ser acessível, humanizada e integrativa. Meu compromisso é continuar difundindo o conhecimento sobre a acupuntura e seus benefícios, seja por meio de atendimentos, palestras ou da minha obra **O Poder da Mente: Liberte-se do Medo e Alcance o Impossível**. Neste livro, abordo a importância do pensamento positivo e da conexão entre corpo e mente para alcançar a cura e o equilíbrio.

Hoje, além de atender em meus consultórios, também invisto na educação e na divulgação da Medicina Tradicional Chinesa, pois acredito que quanto mais pessoas conhecerem essa técnica, mais vidas poderão ser transformadas.



Rogger com Ronnie Von

**Entre em contato:** se você deseja saber mais sobre acupuntura ou agendar uma consulta, ficarei feliz em ajudá-lo! Meu atendimento é sempre focado no ser humano como um todo, considerando corpo, mente e espírito.

Consultórios:

- Rua Restinga, 113, conjunto 1702 – Tatuapé
- Av. Sapopemba, 3419 – Vila Diva
- Av. Zéline, 590 – Vila Zelina
- Rua Manuel Coelho, 303 – São Caetano

WhatsApp: (11) 96630-7103

Siga meu trabalho nas redes sociais e acompanhe mais conteúdos sobre saúde e bem-estar. Juntos, podemos fazer da acupuntura uma aliada na busca por uma vida mais equilibrada e saudável!

## CURSOS DE PÓS-GRADUAÇÃO

O IDEPES - Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior, com 18 anos de existência formando profissionais, está com matrículas abertas para os cursos de pós-graduação em diversas áreas.

Todos os cursos de pós-graduação são reconhecidos pelo MEC, com registro na Biblioteca Nacional e parceria com a ABCN – Academia Brasileira de Ciências Naturais.

Faça já a sua inscrição pelo site [idepes.com.br](http://idepes.com.br).

Aproveite e tire as dúvidas pelo

WhatsApp: 11 99976-3884



# VOCÊ JÁ EXPERIMENTOU UMA SESSÃO DE BARRAS DE ACCESS™ ?

Por Marcelo Jeronymo e Sandra Giordani Jeronymo

## O que são as Barras de Access?

**A**s Barras de Access™ são 32 pontos na sua cabeça que, quando levemente tocados com as pontas dos dedos, são ativados e liberam qualquer bloqueio que esteja impedindo você de receber o que precisa com mais facilidade em sua vida.

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

Quando as Barras de Access são ativadas, através do toque com as mãos, é como se fosse apertada a tecla "delete"



apagando esses condicionamentos limitantes que não servem mais, permitindo a abertura para viver a vida de forma mais fácil, leve, divertida e saudável, como sempre desejamos.

## Qual o efeito das Barras de Access na sua vida?

Ao tocar as Barras de Access se dissipa a carga eletromagnética que mantém os seus pensamentos, sensações, e emoções limitados e negativos, permitindo que você perceba mais clareza e possibilidades de criar sua vida, saúde, trabalho e relacionamentos com mais leveza e facilidade.

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

As pessoas que recebem a terapia de Barras de Access™ relatam que suas

vidas ficam mais fáceis, mais dinâmicas e que tudo passa a fluir com mais alegria e leveza, sem a tristeza e o peso das experiências vividas anteriormente.

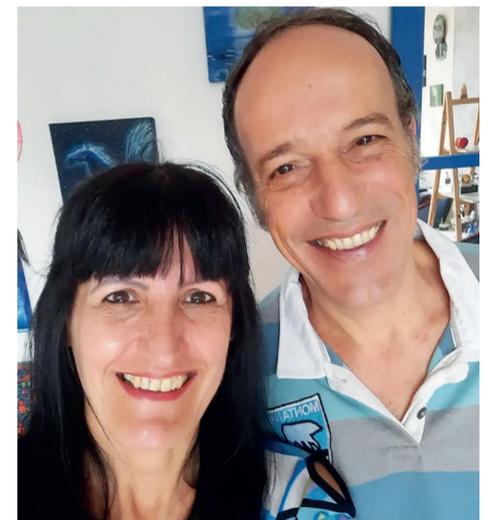
É muito simples e eficaz!

## Quem pode receber as Barras de Access?

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

As Barras de Access™ são indicadas também para tratamento de traumas e bloqueios emocionais, insônia, depressão, ansiedade, síndrome do pânico, síndrome de burnout, frustrações, déficit de atenção, hiperatividade, transtorno obsessivo compulsivo, entre outras disfunções.

Não há restrições e nem contra-indicações.



## Informações para Atendimentos :

**Marcelo Jeronymo** – Terapeuta holístico, Reprogramador Biológico, Reikiano, Constelador Familiar, terapeuta de Barras de Access e Técnicas de Processos Corporais de Access Consciousness

WhatsApp: 11 95168-1856

**Sandra Giordani Jeronymo** – Psicóloga clínica junguiana, Consteladora Familiar e Terapeuta de Barras de Access e Processos Corporais de Access Consciousness

WhatsApp: 11 95951-1831



## RESPONSABILIDADE SOCIAL

### Qual seu papel nisso tudo?

Por Alvaro Augusto Dozzo Dick

**A**ntes de tudo, precisamos entender o que seja Responsabilidade Social. Ela pode ser **Corporativa**, com empresas adotando e mantendo comportamentos éticos relacionados ao desenvolvimento sustentável da sociedade, investindo em práticas sustentáveis, beneficiando também as partes interessadas, aumentando seu campo de atuação, e **Ambiental**, abrangendo e comunicando, de maneira clara e específica, de quais formas a empresa está beneficiando a sociedade e o meio ambiente.

São colocadas em prática ações que visam a preservação e o equilíbrio do meio

ambiente, tais como reciclagem, redução de resíduos e uso de produtos naturais e biodegradáveis, sendo um exemplo, o corte do uso de materiais poluentes como o plástico e isopor, substituídos por opções biodegradáveis.

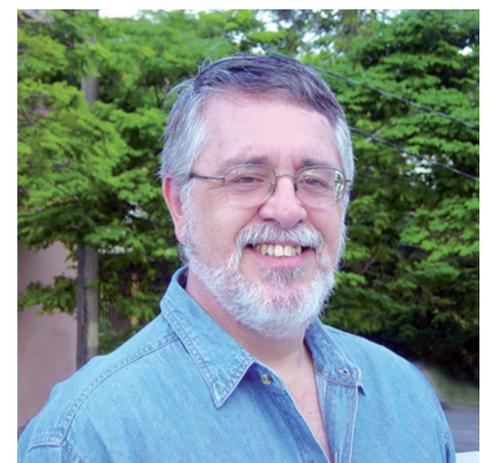
Temos hoje diversos exemplos de grandes corporações preocupadas com material humano que integra a organização, proporcionando melhores condições de trabalho, horários flexíveis, componentes testados ergonomicamente, mas, e quanto ao pequeno negócio, à pequena empresa, na qual muitas vezes familiares compõem o quadro de funcionários?

Como um pequeno bar, ou uma oficina de costura, podem contribuir com a

Responsabilidade Social Corporativa, uma denominação talvez com muito peso, para pequenos empreendedores?

Na verdade, muitos já exercem essa responsabilidade, às vezes sem ter a total noção, cada vez que preservam uma árvore plantada na frente do estabelecimento, ou quando promovem uma integração maior entre os funcionários, ou ainda quando não trabalham com equipamentos prejudiciais ao meio ambiente, e que, por consequência, prejudiciais ao homem – nós mesmos.

Da próxima vez que for jogar um cigarro na rua, ou descartar um móvel em um local inapropriado, ou ainda não conservar uma calçada em frente sua casa,

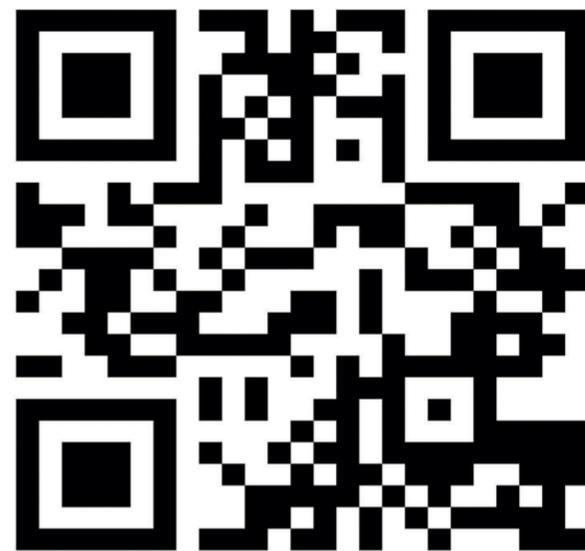


lembre-se que a Responsabilidade Social começa com a atitude de cada um de nós.

## Alvaro Augusto Dozzo Dick

Advogado, Jornalista, Pós Graduado em Administração de Empresas, Mestre em Gestão e Planejamento da Hospitalidade, ex Diretor Geral em faculdade da Capital, professor e examinador em bancas de graduação e pós graduação. Diretor do Instituto de Desenvolvimento Pessoal de Ensino Superior.

  
**COMECE  
A ESTUDAR  
AGORA**



**ACESSE PELO  
QR CODE**

# **PÓS GRADUAÇÃO**

## **COM CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL**



### **CURSOS PÓS-GRADUAÇÃO**

- TEALOGIA
- ORTOMOLECULAR
- LIDERANÇA ESTRATÉGICA
- TEORIA PSICANALÍTICA
- PRÁTICAS INTEGRATIVAS
- FITOTERAPIA E  
SUPLEMENTAÇÃO FUNCIONAL
- INST. LONGA PERMANÊNCIA  
PARA IDOSOS - ILPI's



 **(11) 99976-3884**

