

ADELGAZA CON EL TAPPING



El tema del peso es algo que preocupa a muchísima gente, a muchos de nosotros... Estamos acostumbrados a vivirlo desde el esfuerzo y desde la restricción. Cuando queremos volver a nuestro peso, digamos, “equilibrado”, nos “matamos” a comer sano, nos esforzamos, eliminamos de nuestra dieta ciertos alimentos, y todo, para perder unos quilos que luego, generalmente, volvemos a recuperar.

Para poder llegar al peso que deseamos y quedarnos definitivamente ahí, es necesario un trabajo profundo con todos aquellos motivos por los cuales no adelgazas, así como un trabajo con todas las emociones que todo ello implica.

El Eft o Tapping es un sistema de trabajo con las creencias que nos permite barrer cualquier resistencia que tengamos para lograr nuestros objetivos.

El Eft trabaja a tres niveles: a nivel mental (con el uso de las afirmaciones y el cambio de creencias), a nivel emocional (se trabaja con la repercusión que tienen estas creencias en el sistema emocional) y a nivel físico (porque utilizamos la medicina china como vehículo de trabajo)

Así pues, tener esta herramienta para el día a día hará que adelgazar sea fácil!!!!

TESTIMONIOS

“Me ha sido útil para poder saber cómo trabajarme todas mis emociones ya que he notado que se han liberado.”

“Me ha ayudado mucho porque he podido afrontar problemas que tenía guardados”

“Me ha ayudado a encontrar uno de mis boicots”

CONTENIDO DEL TALLER

¿Qué es el tapping?
¿Por qué esta herramienta es tan eficaz?
¿Por qué no conseguimos adelgazar?
Indagación de creencias limitadoras en relación a nuestro objetivo
Explicación de la técnica - el protocolo básico
Demostración
Prácticas
Preguntas + compartir
Entrega de material didáctico

VER VÍDEO

<http://www.youtube.com/watch?v=d8eVEQp5XZg>

BENEFICIOS DEL TALLER

¡¡Tener una herramienta para utilizar en el día a día!!
Descubrir las creencias limitadoras que tienes por las cuales no estás en el peso que
quieres
Aprender a gestionar tus emociones
Aprender a cambiar tus emociones por otras más poderosas
Aprender y observar cómo funciona la mente

FACILITADORA- ELMA

Terapeuta Manual
Terapeuta de Flores de Bach
Terapeuta de Eneagrama
Terapeuta de EFT
Coach Personal- Life Coach
Hay Teacher- facilitadora de autoestima

CONTACTO E INSCRIPCIONES

Para información e inscripciones puedes enviar

un mensajito o llamar al **645 42 85 83**

O enviar un mail a **info@desarrolla-te.com**

Para más información vista **http://www.desarrolla-te.com**