



VISIONARY-WORLD.ORG

# VISIONARY NEWSLETTER

---

**JULHO FOI INCRÍVEL  
AGOSTO COM  
+ SURPRESAS**

---

**APRESENTAÇÃO  
JALIL MALLUK**

**NOVO COACH NA EQUIPA  
LIFE COACH, PT E NUTRICIONISTA**



**AGOSTO  
2023**

ÍNDICE

# ESTE MÊS



**02**

JULHO INCRÍVEL

**04**

#MACTALKS  
DE VOLTA AO IG

**05**

AUTOCUIDADO  
POR ANA GUERRA

**07**

THE INSPIRATION BOX  
POR MAC SILVA

**08**

APRESENTAÇÃO  
JALIL MALLUK

**09**

SERSIMPLES  
NUTRISIMPLES  
TREINASIMPLES

**10**

#MACTALKS  
NO YOUTUBE

**12**

MENTORIA  
VISIONARY CAREER

**13**

CATÁLOGO



# JULHO INCRÍVEL

POR MAC SILVA

# UM MÊS EM CHEIO

POR **MAC SILVA**



## UM MÊS DE RESULTADOS EXTRAORDINÁRIOS

**1**

### Balanço

O mês de Julho trouxe mais desafios para a equipa Visionary!

Preparar o primeiro Webinar Cresce as tuas redes sociais;

Programar e publicar as páginas e todo o conteúdo do Webinar;

E preparar a entrada de um novo Coach!

**3**

### Expectativa vs Resultados

A expectativa foi claramente superada pelo resultado do Webinar Cresce as tuas redes sociais! Com 21 dias de tráfego orgânico dedicado, gerou-se largas dezenas de inscritos com uma visualização superior a 65%. Absolutamente fantástico!

**2**

### Tráfego na plataforma em valores record

Este mês o número de visitas na plataforma online disparou!

**+475%** novas entradas

**+300%** através do Google

**+282%** através do IG

**+71%** através do Facebook

TEMAS QUE VAIS ENCONTRAR AQUI:

- Criar a visão da minha vida
- Auto-cuidado e Amor próprio
- Bem estar e meditação
- Atividade física e exercício
- Coaching e PNL

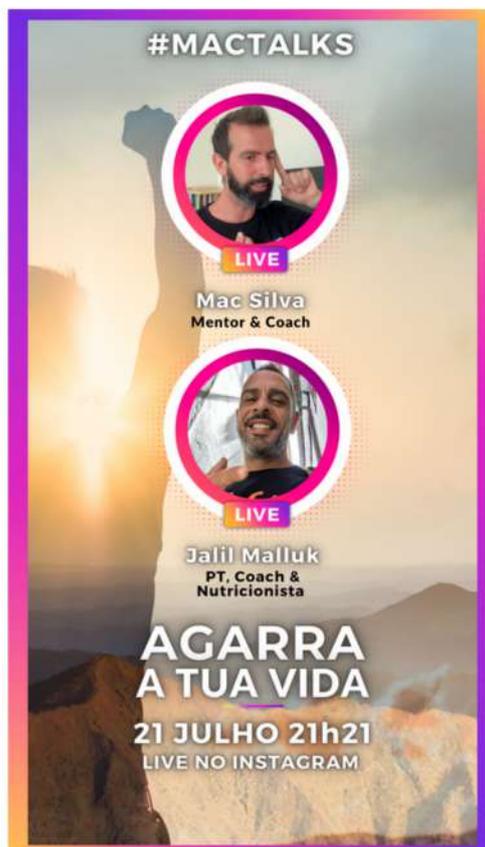
POR **MAC SILVA**

# #MACTALKS DE VOLTA AO INSTAGRAM

Mais de 500 visualizações são o testemunho que esta live foi épica! O tema AGARRA A TUA VIDA com o convidado especial JALIL MALLUK agarrou literalmente ao ecrã quem viu em direto no Instagram.

As lives #MACTALKS distinguem-se por não terem guião e também porque também damos a possibilidade de algumas pessoas entrarem na LIVE para questionar, partilhar ou simplesmente mostrar o seu apreço pelo convidado e pela LIVE.

Se ainda não viste, então dá um salto ao Instagram e vê, pois vais encontrar 3 dicas poderosas para melhorar o teu bem estar de forma simples, eficaz e rápida!



**TODOS OS MESES  
UMA LIVE COM  
UM CONVIDADO  
ESPECIAL**

# AUTOCUIDADO

## A TOMADA DE CONSCIÊNCIA É O PRIMEIRO PASSO PARA A AÇÃO

Olá caro leitor(a)

Antes de mais, quero deixar a minha enorme gratidão pela oportunidade de escrever este artigo. Espero que a mensagem que vos venho deixar, seja impactante e transformadora nas vossas vidas

O Meu nome é Ana Guerra, sou terapeuta de Reabilitação física e Medicinas complementares, formada em cuidados humanos, com experiência em PNL, inteligência Emocional e Coaching. Sou mãe de duas meninas, uma delas portadora de deficiência. Trabalho há mais de 20 anos com utentes, maioridade idosos.

Hoje escrevo-vos, não como mãe ou profissional mas sim como ser individual, que se ama e prioriza. A vida ensinou-me de diversas formas que é preciso amar-me em primeiro lugar, sou a minha prioridade e só desta forma terei ferramentas para amar e cuidar do próximo...



Então vamos falar de Autocuidado? O autocuidado é essencial para mantermos uma boa saúde física e mental, é imprescindível tomar consciência da importância do autocuidado e da forma como olhamos para nós mesmos. Como o leitor olha para si? Com amor? cuidado? respeito? Cuida bem de você mesmo? Perguntas poderosas, não é ?

Vidas muito exigentes , novas informações, está tudo a mudar constantemente, temos de tomar decisões ao mínimo, os pensamentos acelerados e focamos a nossa atenção em tudo isto, e desfocamos a atenção de nós mesmos!

Por isso é tão importante entender qual a importância do autocuidado... PORQUE A TOMADA DE CONSCIÊNCIA É O PRIMEIRO PASSO PARA A AÇÃO!

# AUTOCUIDADO

## A TOMADA DE CONSCIÊNCIA É O PRIMEIRO PASSO PARA A AÇÃO

Mas Ana, o que é autocuidado?

Autocuidado é o que nós fazemos por nós mesmos, para manter a nossa saúde e bem estar físico, mental, emocional e espiritual. Como a própria palavra explica, de forma bem simples, significa cuidar de si! Não pode delegar em ninguém, é responsabilidade sua e será reflexo da sua qualidade de vida... Nós cuidamos de quem amamos não é verdade? Então, porque não cuidamos de nós com esse mesmo amor e empenho?

### AUTOCUIDADO=AMOR PRÓPRIO

Vamos falar da Estratégia dos 3 autos, Calma! Não é uma multa A título de brincadeira com os meus utentes, desenvolvi uma estratégia dos Autos para praticar o melhor autocuidado de sempre!



### Auto-estima

Cuidar da sua estima, amor e consideração que tem por si mesmo e não permitir que nada nem ninguém a abale.

### Auto-respeito

Respeitar-se acima de tudo, respeitar o seu corpo, o seu tempo e o seu sentir, usar palavras de apreço e gratidão e comunicar consigo de forma positiva e gentil. E por fim mantém limites de respeito para com os outros.

(Continua no próximo mês)

# INSPIRATION BOX



## 100 cartas

com citações inspiradoras com um design cuidado que vão ajudar a começar cada dia com o mindset certo para uma vida mais feliz.



## A Box

De madeira envernizada com gravação a laser é um objeto que vai inspirar beleza na secretária ou hall de cada casa.

26,99+iva



**A MELHOR  
MANEIRA DE  
COMEÇARES  
O TEU DIA  
É COM A  
INSPIRATION  
BOX**



## Versão pocket

Para aqueles que viajam mais e preferem algo mais fácil, cómodo e prático de transportar na bagagem a versão pocket é ideal.

17,99+iva

POR **MAC SILVA**

# JALIL MALLUK



## LIFE COACH, PT E NUTRICIONISTA

O Jalil apresenta-se como alguém com o compromisso de ajudar pessoas a alcançar o seu potencial máximo. A sua experiências e conhecimentos permitem-lhe oferecer a orientação e o suporte personalizado para ajudar os clientes a atingir os seus objetivos.

Eu conheci o Jalil no RESTART e desde esse evento até aos treinos personalizados na praia de Matosinhos foi um instante!

Hoje tenho o prazer de apresentar o Jalil como o mais recente membro da equipa Visionary-World.org! Sejas bem-vindo e que a tua visão te traga o sucesso que mereces!

O Jalil traz consigo 3 programas que merecem a tua atenção:

**SERSIMPLES, NUTRISIMPLES e TREINASIMPLES**

Conhece todos em detalhe na tua plataforma de desenvolvimento humano!



"Acredito que cada indivíduo é único e merece acompanhamento personalizado para alcançar os seus objetivos." - Jalil Malluk

POR JALIL MALLUK

# SIMPLES

OS 3 PILARES DO BEM ESTAR

**01** **SERSIMPLES**

Descobre a paz interior e o potencial ilimitado

**02** **NUTRISIMPLES**

Nutrição descomplicada para uma vida saudável e plena

**03** **TREINASIMPLES**

Alcança resultados poderosos através de treinos simples

**COMIGO É SIMPLES!  
OS MEUS PROGRAMAS SÃO A RESPOSTA PARA OS TEUS DESAFIOS!**

**AGENDA HOJE O TEU PROGRAMA  
DE ACOMPANHAMENTO EM**

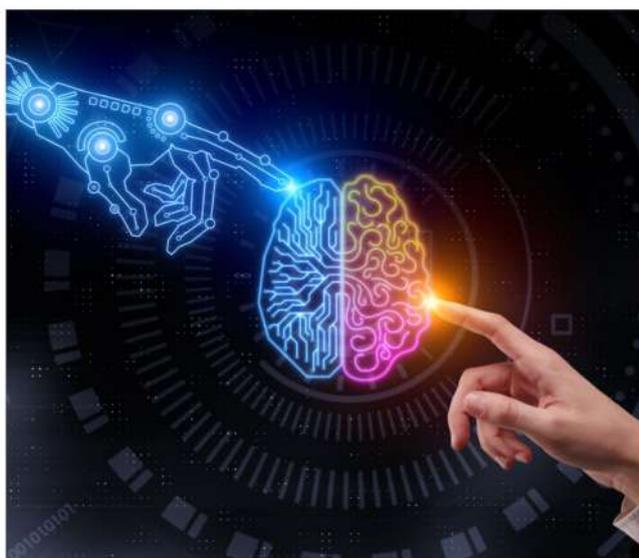
**WWW.VISIONARY-WORLD.ORG**

POR **MAC SILVA**

# WEBINÁRIO CRESCER AS TUAS REDES SOCIAIS



**100% ONLINE 100% GRATUITO**



## JÁ ESTÁ DISPONÍVEL

Sei que nem sempre é fácil estar presente no que é importante e por vezes escolhas têm de ser feitas. Por isso, a gravação do Webinário já se encontra disponível na plataforma. Sabias que para além de aprender a usar o algoritmo a teu favor, vais aprender como usar a Inteligência Artificial para criar conteúdo impressionante para o teu nicho?

**ASSISTE HOJE EM [WWW.VISIONARY-WORLD.ORG](http://WWW.VISIONARY-WORLD.ORG)**

# CONTEÚDO

—  
**JÁ DISPONÍVEL  
GRATUITAMENTE**



**01** **Vencer o algoritmo** O Webinar é o teu primeiro passo, mas não será o último! Aprende as estratégias base para usares o algoritmo a teu favor! E o melhor? É de forma gratuita!

---

**02** **Mais seguidores** A repetição é a mãe de todas as competências e também nas tuas redes essa vai ser a tua regra. Com este webinar aprendes a transformares os teus seguidores em fãs que querem mais de ti!

---

**03** **O que resulta** O desafio é utilizares o Webinar e criares conteúdo para 1 ano em apenas 1 hora! Tens dúvidas? Então aprende como se faz neste Webinar!



POR **MAC SILVA**

# MENTORIA VISIONARY COACH

## Ser Visionário

Ser visionário é mais do que um conceito teórico, é uma forma de estar na vida.

Ser visionário é ser mestre na Arte da visualização, é ser um mago da co-criação.

A mentoria VISIONARY COACH é um serviço premium para Coaches que procuram dar u salto na sua carreira e passar a vender os seus serviços, produtos e infoprodutos numa das plataformas online mais reputadas no Desenvolvimento Humano.

Se sentes que é para ti, então agenda uma sessão de crescimento com um membro da nossa equipa e percebe como te podemos ajudar.

**UMA VISÃO  
SEM UMA  
AÇÃO NÃO  
PASSA DE UM  
SONHO**



# CATÁLOGO

## VISIONARY-WORLD.ORG



## SESSÕES 1 ON 1

Os nossos serviços de desenvolvimento pessoal e profissional estão pensados para te desafiar e levar-te para o teu próximo nível.

online & presencial



## PRODUTOS

Uma gama de produtos criados a pensar no teu desenvolvimento pessoal e profissional.

Estamos constantemente a acrescentar novos produtos desenhados para potenciar o teu crescimento.



**PARA TI QUE  
PROCURAS  
PARA DAR O  
SALTO NA  
TUA VIDA  
ESTÁ AQUI!**



## INFOPRODUTOS

Para aqueles que procuram saber mais, crescer mais, fazer mais e SER mais! Os cursos Visionary World estão disponíveis em português e inglês.



# CONTACTOS

Muito obrigado por fazeres parte da Visionary Family e por leres a Visionary Newsletter. A Visionary Newsletter é uma publicação distribuída gratuitamente e tem como objetivo a divulgação de conteúdo de desenvolvimento pessoal, serviços e produtos exclusivos da plataforma online [www.visionary-world.org](http://www.visionary-world.org)

Como o Mac costuma dizer:

– Uma visão sem uma ação não passa de um sonho, uma ação sem uma visão não passa de um passatempo, mas, uma visão com uma ação pode mudar o mundo!

Queres fazer parte da equipa?

Ou enviar o teu feedback sobre a newsletter?

Entra em contacto connosco por e-mail.



[@macsilva13](https://www.instagram.com/macsilva13)



[info@visionary-world.org](mailto:info@visionary-world.org)



[www.visionary-world.org](http://www.visionary-world.org)



**VISIONARY  
NEWSLETTER**