

The logo for S-POWER club features the word "club" in a small, white, sans-serif font at the top. Below it, the word "S-POWER" is written in a large, bold, yellow, sans-serif font. The letters "S" and "P" are significantly larger than the other letters, and the "O" is a solid yellow circle. The word "POWER" is in a smaller size than "S-POWER". The entire logo is set against a dark, gradient background that transitions from black at the top to a dark grey at the bottom.

O S-POWER club é um clube de Alto Desempenho, reservado às pessoas dispostas a receber da Vida tudo o que ela tem para oferecer.

Para nós, o Alto Desempenho existe em vários níveis: **Amor, Família, Saúde, Amigos, Profissão e Espiritualidade.**

Seja qual for a sua prioridade, os valores por que rege a sua vida ou que realmente valoriza e o faz feliz, o S-POWER club vai ajudá-lo a desenvolver essa área *muito além* do ponto em que se encontra!

A ideia é muito simples:

Com o S-POWER club pretendemos uma fonte de inspiração e a possibilidade de conhecer as pessoas certas pelos motivos certos (networking pessoal, profissional e social). O que formos e tivermos **daqui a 5 anos** é o resultado das pessoas com que convivemos, o que ouvimos, o que lemos e o que fazemos hoje.

* * * **Tema: Para ONDE Quero IR?** * * *

Neste workshop, pretendemos fazer um evento interactivo, fornecendo reais ferramentas, de aplicação prática no dia-a-dia, levando todos os participantes a reflectir um pouco acerca do seu estado actual de vida, abordando uma poderosa técnica de auto-análise e *autocoaching* - a **Roda da Vida** - e qual área ou ponto da sua vida poderá usar para catapultar os resultados das restantes áreas.

Depois de identificado o ponto actual de satisfação de vida, partiremos para as **características essenciais dos objectivos** de modo a os definirmos de uma forma eficaz.

Terminaremos a noite com uma proposta de **Sonho**, na metáfora das nossas metas e objectivos de longo prazo, e que realmente nos fazem mover e apaixonar no nosso dia-a-dia, com a palestra da oradora motivacional **Susana Areal**, que encerrará este evento.



Rui Sol:

“A mente que se abre a uma nova ideia jamais voltará ao seu tamanho original!”

Nascido em Angola, fez todo o percurso escolar e académico em Vila Real e vive actualmente em Viseu, onde desempenha o cargo de Engenheiro Zootécnico.

“Considero-me uma pessoa dinâmica, extrovertida e amigo do seu amigo. Gosto de passear e para mim a família está acima de tudo. Valorizo imenso as relações entre as pessoas.

O meu **Sonho** é ser sempre feliz e para isso, tento tornar-me melhor a cada dia que passa.”

Actualmente, está em processo de reconhecimento como Coach, pelo **ICC - International Coaching Community**. Em 2009 aceitou o desafio de ser Club Leader do projecto S-POWER club, como uma nova forma de encarar a vida, visando a excelência como objectivo mínimo.



Nuno Mateiro:

“A distância entre a loucura e a genialidade só se mede pelo grau de Sucesso!”

Ainda enquanto estudante, começou a sua actividade profissional a organizar eventos de lançamento para o sector automóvel e desfiles de moda. Interrompeu os estudos para abrir uma empresa dedicada ao eco-turismo, tendo realizado vários projectos em parceria com a autarquia local.

Foi *Responsável de Marketing* numa concessão automóvel tendo sido posteriormente Responsável de pós-venda e mais tarde Director Geral.

Actualmente está a concluir a Licenciatura em Design e é *Gestor* de duas empresas no sector da Restauração e Moda. Paralelamente tem dedicado recursos à área da formação e desenvolvimento pessoal, estando em curso a sua Certificação de Coaching pelo **ICC - International Coaching Community** e a iniciar a sua formação em Practitioner PNL - Programação NeuroLinguística, pela **NLP University**, com a supervisão de **Robert Dilts**.

Abrçou o projecto S-POWER club, por convite, depois de ter tido contacto com as metodologias e dinâmicas da equipa SWAT, pela qual tinha sido treinado.



Susana Areal:

“Porque o melhor é possível!”

Licenciada em Gestão, começou a carreira como Directora Comercial, gerindo uma equipa de 10 pessoas. Foi promovida a Administradora, assumindo a responsabilidade das áreas *Comercial* e de *Produção*, e liderando, então, uma equipa de 160 pessoas.

Em 2005 cria a SWAT e, dois anos após, passa a dedicar-se exclusivamente ao seu sonho: **ajudar as pessoas a utilizarem o seu máximo potencial e a serem cada vez melhores.**

Foi preparada por consagrados! Estudou com **Richard Bandler**, **Paul Mckenna**, **John La Valle**, **Michael Neill**, **Joseph O'Connor** e **Anthony Robbins**. Pelo co-criador da PNL (Programação Neurolinguística) **Richard Bandler**, está Certificada como **Master Practitioner em PNL** e **Practitioner em Hipnose** e, pela ICC (*International Coaching Community*), obteve a **Certificação Internacional em Coaching**.

Programa do evento S-POWER club | Viseu:

21H00 Boas Vindas e *Check-in*

21H30 A Roda da Vida e Ponto de Alavancagem
Rui Sol - Club Leader S-POWER club | Viseu

22H00 Como definir Metas: as 5 Características Essenciais dos Objectivos
Nuno Mateiro - Club Leader S-POWER club | Viseu

22H30 Coffee-break

22H45 O que é o Sonho?
Palestra *Susana Areal*

00H00 Boa noite

* * * *Reservas e Contactos* * * *

Workshop S-POWER club | Viseu

26 de Fevereiro de 2010, 21h

Local a definir

Inscrições/Informações: www.swat.pt/calendario/
ou por email nunomateiro.cl@swat.pt
ruisol.cl@swat.pt
s-powerclub@swat.pt

Lugares limitados! Por questões de logística,
recomendamos a reserva do seu lugar
até 24 Fevereiro 2010