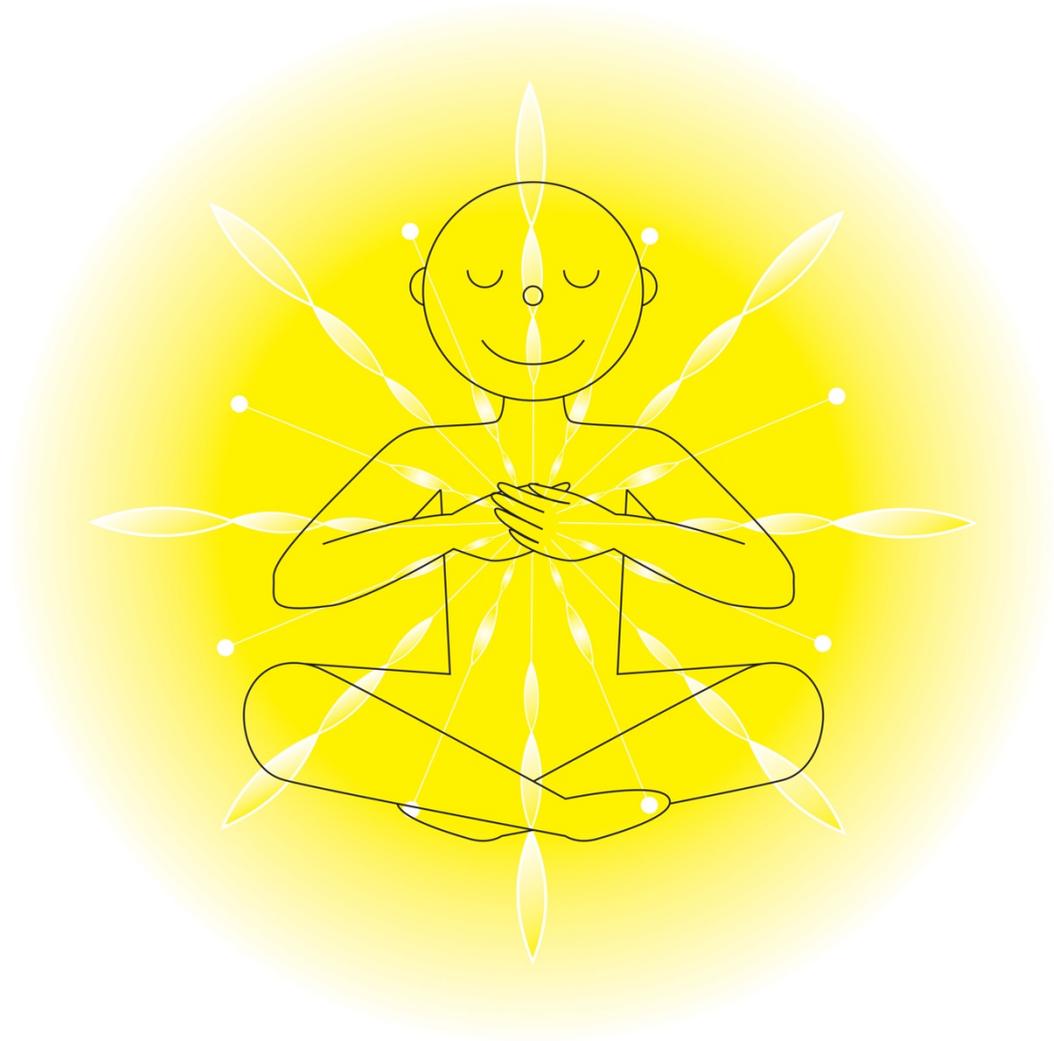


# FORMAÇÃO

FACILITADORES DE MEDITAÇÃO PARA CRIANÇAS

NA LINHA DO CORAÇÃO *o yoga que eleva a tua vibração*  
com Rita Goldrajch



# BEM VINDA/O AO YOGA NA LINHA DO CORAÇÃO

## o yoga que eleva a tua vibração

*Ao serviço do Amor Maior pelo Bem Supremo de Todos os Seres.*

Esta formação irá preparar-te para seres facilitadora/o de meditação na linha do coração de crianças. Todas as meditações foram aplicadas dentro e fora da sala de aula a crianças a partir dos 5 anos com resultados excelentes.

Levarás as crianças de volta ao seu coração.  
Farás magia com as tuas palavras e com o teu silêncio.  
O teu amor irá espalhar-se e as tuas crianças irão sentir.  
Este é o poder da meditação na linha do coração.

As crianças seguem os adultos. Aprendem por imitação.  
A primeira regra é: ENSINA DANDO O EXEMPLO.  
A energia está para além das palavras.  
NÃO EXISTE NADA DE MAIS IMPORTANTE QUE O CORAÇÃO DE UMA CRIANÇA.

### A QUEM SE DIRIGE ESTE WORKSHOP?

Principalmente para professores que queiram fazer meditação em sala de aula.  
Queiram contribuir para o desenvolvimento das crianças em harmonia e equilíbrio.  
Queiram ajudar as crianças a tornarem-se seres humanos cada vez melhores.  
Queiram valorizar e expandir os dons, talentos e potenciais das crianças.  
Queiram ajudar a criança a ser mais concentrada, conectada e feliz.  
Queiram contribuir para a evolução da humanidade.  
Queiram partilhar o seu amor.

Recebes o manual de meditação na linha do coração para crianças com mais de 100 meditações, técnicas de respiração e relaxamento, devidamente comprovadas e testadas com crianças a partir do 1 ciclo, dentro e fora da sala de aula.

Recebes o certificado de facilitadora devidamente carimbado com o selo branco da Escola de Meditação e Yoga na Linha do Coração reconhecido no mundo inteiro.

DATA: a confirmar

VALOR: 155€

Se tiveres problemas financeiros pode pagar em 2x3x4x faz a tua proposta de pagamento.

Inscrição 33€

Se por alguma razão não poderes comparecer o valor da inscrição será remetido para o próximo curso.

\*

*Sente com o teu coração e abre-te à verdadeira Abundância.  
Quando investes em ti com Amor o Universo retribui-te a duplicar!*

# PROGRAMA 9H

- 9h.9m. Acolhimento e apresentação
- 10h.10m. História da meditação  
Compreender a meditação nas Crianças  
Leis Básicas da Meditação  
Benefícios da Meditação com as crianças em sala de aula  
Aula prática de meditação na linha do coração para crianças
- 13h.13m. Almoço
- 14h.14m. Compreender as meditações do coração com aula prática
- 16h.16m. Break
- 16h.33m. Meditações com técnicas de Respiração  
Meditações com palavras  
Meditações em movimento  
Criação de uma meditação
- 18h.18m. Iniciações de ascensão pelo coração e entrega de diplomas
- 19h.19m. Fim

TPC - Trabalho Para o Coração: Enviar 4 vídeos:

- 1 sessão de meditação na linha do coração.
- 1 sessão de meditação com técnica de respiração
- 1 sessão de meditação com palavras
- 1 sessão de meditação em movimento
- 1 sessão de meditação na linha do coração criada por ti

O TPC conta para as horas da formação.

\* Faz parte da formação a cedência de pdf bibliográfico, músicas e vídeos sem nenhum custo adicional.

DIREITOS RESERVADOS

\*\*\*\*\*

## PEDE A TUA FICHA DE INSCRIÇÃO

LIMITE DE PARTICIPANTES  
Para uma qualidade de ensino!

[yoganalinhadocoracao@gmail.com](mailto:yoganalinhadocoracao@gmail.com)

[goldrajch.rita@gmail.com](mailto:goldrajch.rita@gmail.com)

\*\*\*\*\*

## IMAGENS E VÍDEOS

<http://yoganalinhadocoracao.blogspot.com/>

\*\*\*\*\*

\*

*Pergunta ao teu coração. Sente e segue-o!  
Começa já a praticar.*

\*

# NÍVEIS DE FORMAÇÃO

YOGA NA LINHA DO CORAÇÃO - o yoga que eleva a tua vibração.

## FACILITADOR

Facilitador de yoga na linha do coração é alguém com ou sem experiência de yoga que ajuda, faculta ou possibilita o yoga na linha do coração a si mesmo e às outras pessoas. A sua prática e disciplina pessoal sem o acompanhamento intensivo do Mestre serão a base do seu desenvolvimento físico, mental, espiritual e vibratório mediante os ensinamentos adquiridos no workshop/formação de yoga na linha do coração. Um facilitador está apto para conciliar a prática de yoga na linha do coração com outra atividade profissional mas não para dar aulas a um nível profissional.

Recebe os ensinamentos básicos em manual pdf / formação on-line ou manual impresso / formação presencial.

## PROFESSOR

Professor de yoga na linha do coração é alguém que sob a orientação intensiva do Mestre adquiriu a capacidade de ensinar e transmitir às outras pessoas mediante a sua própria experiência de desenvolvimentos físico, mental, espiritual e vibratório.

Um professor é preparado para se dedicar a dar aulas de yoga na linha do coração a um nível profissional.

Um professor de yoga na linha do coração pode vir a tirar o grau de Mestre para iniciar discípulos.

Recebe os ensinamentos completos em manual pdf / formação on-line ou manual impresso / formação presencial.

## MESTRE

Mestre de yoga na linha do coração atingiu um alto nível vibratório. É um professor de grande saber e experiência que através do seu exemplo tem a capacidade de iniciar os seus discípulos.

Com o desconto de 10%, podes completar a tua formação no curso intensivo de professores 2022

9 meses | 9 módulos | 9 o caminho da ascensão

## QUE É RITA GOLDRAJCH?

Sou a criadora do método yoga na linha do coração, o yoga que eleva a tua vibração. Um yoga que ajuda as pessoas a viverem com mais amor, mais alegria, saúde, paz, harmonia, abundância, alinhadas com o seu propósito de vida e com o seu coração. Um yoga com uma linguagem universal, pois a linguagem do coração chega a pessoas de todas as idades, de todas as classes sociais, de todas as religiões, de todas as culturas, de todas as linhas de yoga.

Sou filha de pai judeu e mãe alentejana de família católica. A minha infância e juventude foi passada em Setúbal, na Serra da Arrábida, nas praias banhadas pelo Rio Sado e pelo Oceano Atlântico. Desde muito cedo tive a clara percepção que através do movimento do meu corpo e da interacção com a natureza e da arte, o meu Ser transcendia em bem-estar físico, mental e espiritual. Tirei o curso de design gráfico no Alto Minho, mas foi no Alto Alentejo, em Mora, que me tornei professora de yoga. Comecei a criar o yoga na linha do coração, de uma forma intuitiva, como se tivesse a ser orientada por uma força invisível. Mais tarde compreendi que Mora tem as letras de Amor e que todos os sinais estão à nossa volta para vivermos a nossa vida plenamente, só temos que estar conectados com o nosso coração e atentos à energia que dele emana. Comecei a dar aulas de yoga em Mora na Casa da Cultura, em Brotas nas Casas de Romaria e em Arraiolos na Casa do Plátano e a levar todos os praticantes de volta a casa, de volta ao seu coração, de volta à Luz. Aprendi que viver com amor é viver plenamente o que de melhor existe na vida. \*

*Tenho a missão de te levar de volta a casa, ao teu coração.  
E de ensinar a maravilhosa ligação à tua alma, ilimitada, multidimensional,  
multifacetada, eterna.*



# CURRICULUM

- \* Licenciada em design gráfico pela Escola Superior Gallaecia em Vila Nova de Cerveira | 1999
  - \* Designer Gráfica na Empresa Arquiviva em Setúbal | 2000
  - \* Designer Gráfica na Empresa DesignArtUs em Lisboa | 2001
  - \* Designer Gráfica Independente | 2002...
  - \* Artesã criadora das bonecas pintadas à mão Puppas - Todas Diferentes Todas Iguais | 2008
  - \* Curso de Reiki Essencial com Dra. Ana Pinheiro | 2009
  - \* Curso de Yoga pela Escola Yoga Om agora Yoga Family Portugal | 2010
  - \* Lições da Self-Realization Fellowship com os ensinamentos de Paramahansa Yogananda | 2010
  - \* Professora de Yoga na Linha do Coração de adultos em Mora, Brotas, Cabeção, Arraiolos | 2011
  - \* Professora de Yoga na Linha do Coração de crianças em Mora e Brotas, | 2012
  - \* Curso de Yoga do Riso com Joanne Gribler e Jorg Helms | 2014
  - \* Curso de Cura Prânica com Carlos Poço | 2015
  - \* Curso de Meditação Mindfulness com Ana Taboada | 2015
  - \* Ilustradora do Livro Anuro - O sapo sapinho o sapo sapão, do escritor Carlos Canhoto | 2015
  - \* Curso de Magnified Healing com Leonor França | 2016
  - \* Curso de Registo Akáshicos com Leonor França | 2016
  - \* Autora e ilustradora do livro Os Espíritos da Natureza | 2016
  - \* Orientadora do workshop yoga com os Espíritos da Natureza | 2016/2018
  - \* Professora de YLC em Mora, Montargil, Ponte de Sôr, Avis, Servivo-Palmela | 2016
  - \* Workshop de Kundalini Yoga com Merabai Ceiba | 2016
  - \* Curso de Linguagem de Luz com Ren Mahlev | 2017
  - \* Curso de Light Healing com Leonor França | 2018
  - \* Curso de Pêndulo Hebreu com Leonor França | 2018
  - \* Curso de Atma Krya Yoga da Bhakti Marga | 2018
  - \* Curso de Meditação Trascendental com António Pedro da Cooperativa Cultural Maharishi | 2018
  - \* Orientadora do workshop Yoga na Linha do Coração | 2018/2020
  - \* Autora e ilustradora do livro Yoga na Linha do Coração | 2019
  - \* Curso de Om Chanting da Bakti Marga | 2019
  - \* Professora de Yoga convidada pelo Agrupamento de Escolas de Mora | 2019/2020
  - \* Professora de Meditação convidada pelo ITAD – Instituto de Apoio e Desenvolvimento | 2019
  - \* Colaboradora em várias escolas: Escola Yoga Family Portugal, Escola de Meditação Aqui&Agora, Federação Portuguesa de yoga | 2016/2020
  - \* Curso Registos Akáshicos Contrato Cósmico | 2020
  - \* Aulas de yoga na Linha do Coração On-Lline devido à pandemia do vírus covid19 | 2020
  - \* Membro Fundador da Fundação do Bem | 2020
  - \* Iniciação ao Dome Rosa frequência de alta vibração de amor universal com Merita Bat Shonan | 2020
- 10 ANOS COMO PROFESSORA DE YOGA NA LINHA DO CORAÇÃO
- \* Criação da Escola de Meditação e Yoga na Linha do Coração
  - Cursos de Formação de Professores: Bebés e Mamãs, Crianças, Jovens, Adultos, Idosos | 2021



YOGA NA LINHA DO CORAÇÃO  
*o yoga que eleva a tua vibração*



+351 914209033

\*

[goldrajch.rita@gmail.com](mailto:goldrajch.rita@gmail.com)

\*

[yoganalinhadocoracao@gmail.com](mailto:yoganalinhadocoracao@gmail.com)

\*

<http://yoganalinhadocoracao.blogspot.com/>

\*

<https://www.facebook.com/yoganalinhadocoracao/>

\*

<https://www.facebook.com/rita.goldrajch>

\*

<https://www.facebook.com/osespiritosdanatureza>

\*