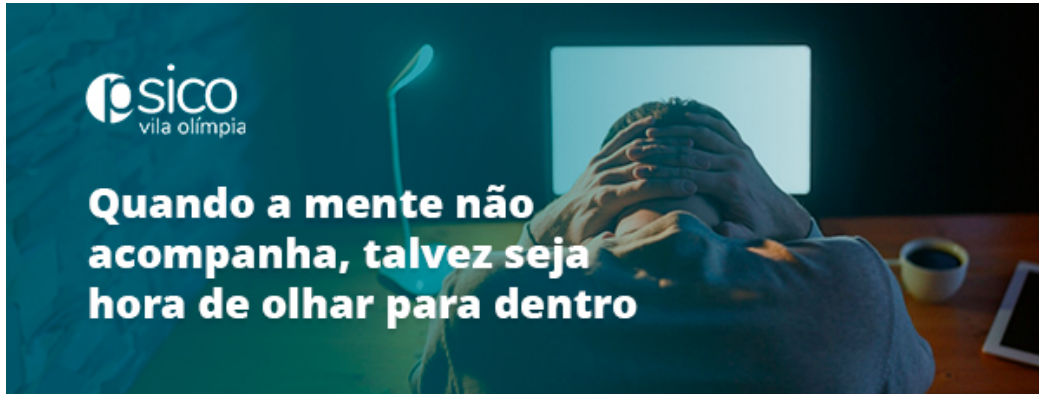


[Visualizar este e-mail como página web](#)

Olá, *|NOME|*. Tudo bem?

Você está iniciando uma tarefa simples e, repentinamente, **começa a pensar em outra coisa?**

Acaba esquecendo compromissos simples, sente dificuldade para manter o foco, mesmo em atividades importantes?

Se isso é rotineiro, vale um olhar mais atento: nem sempre é falta de atenção, pode ser o emocional tentando se expressar.

Ansiedade, estresse, sobrecarga e até conflitos internos silenciosos impactam diretamente a forma como o cérebro processa informações. A mente fica ocupada demais tentando lidar com emoções não resolvidas, e o foco acaba sendo comprometido.

Com o tempo, essa condição pode gerar:

- ⚠️ Queda de produtividade
- ⚠️ Sensação constante de cansaço mental
- ⚠️ Frustração por não conseguir manter o desempenho
- ⚠️ Dificuldade em organizar pensamentos e prioridades

Mas existe uma forma de vencer

Na Psico Vila Olímpia, a avaliação psicológica ajuda a compreender o que está por trás dessas dificuldades.

Mais do que tratar os sintomas, o processo terapêutico busca identificar as causas emocionais e desenvolver estratégias para recuperar o equilíbrio e a clareza mental.

- ✓ Um espaço para organizar pensamentos
- ✓ Um processo para aliviar a sobrecarga emocional
- ✓ Um cuidado que devolve foco, presença e bem-estar ❤️

Organize sua rotina. Fortaleça sua mente.

Sua mente não está falhando, apenas está sobrecarregada

E a Psico Vila Olímpia te auxilia a cuidar disso para que você possa viver com mais leveza e clareza.

Organize sua rotina. Fortaleça sua mente.

AGENDE SUA SESSÃO!

Com carinho e empatia,

Equipe Psico Vila Olímpia



Enviado por Psico Vila Olímpia
Rua Helena, 285 - 10º andar, Vila Olímpia, São Paulo, SP
Caso não queira mais receber estes e-mails, [cancele sua inscrição](#).