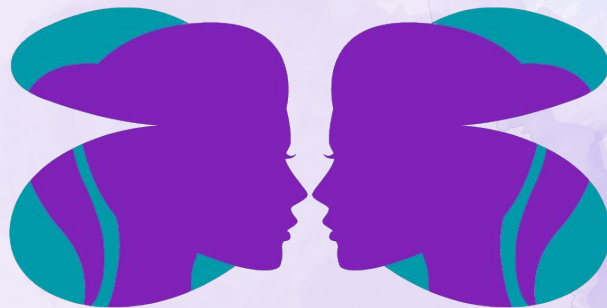


CURSO ONLINE



TRAVESSIA 

mãe de gêmeos

SOS-SONO E ROTINA



O QUE É O TRAVESSIA?

CURSO SOS - SONO E ROTINA

Aprender a sermos mães de gêmeos e múltiplos e a tornar nossa **jornada materna** mais leve e prazerosa.

Assim nasceu o **Travessia** com um olhar para dois temas fundamentais:

Sono & Rotina

Tendo esses dois pontos organizados, temos certeza que terás **+ tempo** para:

- >> uma maternidade mais leve
- >> momentos de casal
- >> momentos seus

Vamos juntas nessa travessia?



O CONVITE

CURSO SOS - SONO E ROTINA

O curso **SOS Mãe de Gêmeos - SONO & ROTINA** será uma verdadeira



TRAVESSIA

 na sua vida.

A cada encontro um conteúdo inédito para **ENTENDER e SIMPLIFICAR sua rotina com gêmeos**, além de **dinâmicas, trocas entre mães de gêmeos, ferramentas práticas e desafios** que ao longo de algumas semanas vão te capacitar para aliviar a rotina da família, além de abrir seus olhos para **as necessidades de cada membro da família**. E ao final, **uma mentoria coletiva on-line** para tirar dúvidas e trocar, com todo acolhimento que é tão importante aqui na Me Two.

O CONVITE

CURSO SOS - SONO E ROTINA

Você terá uma **troca única** com um **GRUPO EXCLUSIVO** de mães de gêmeos e **ACESSO DIRETO** com quem já passou por isso: as Idealizadoras da Me Two.



Afinal, aqui você não está sozinha



O QUE VOCÊ VAI APRENDER?

CURSO SOS - SONO E ROTINA

Você vai desaprender para reaprender, pois com gêmeos, é diferente!

- >> Entender & simplificar sua rotina com gêmeos
- >> Entender por onde começar esse processo de simplificação + Planner de Rotina exclusivo
- >> Os 5 pontos que atrapalham a rotina
- >> Mergulhar no universo do Sono, compreender as sonecas e como fazer seus gêmeos descansarem
- >> Criar rituais saudáveis (rotina, sono) para os gêmeos e a família
- >> Os 3 rituais sagrados para quem tem gêmeos até 2 anos
- >> Entender que não há fórmulas mágicas, mas um processo de conscientização, de conhecimento, de mudança de olhar e comportamentos rumo a leveza.
- >> Compreender e aceitar a pluralidade do universo dos gêmeos e múltiplos;
- >> Entender as forças e perfis de cada membro da família para melhor organizar a rotina e sono
- >> Entender as principais necessidades de cada membro da família e como a parentalidade consciente pode ajudar
- >> Definir, compreender e aceitar a mãe de gêmeos que você é
- >> Aprender que você não está sozinha e que existem muitas pessoas e métodos que vão te ajudar
- >> Compartilhar suas dores para que elas possam começar a ser curadas



O QUE É O TRAVESSIA?

CURSO SOS - SONO E ROTINA

- >> **5 encontros online & síncronas (ao vivo) de 2hs cada**, sendo o encontro final uma mentoria coletiva.
- >> **Quartas-feiras das 20-22hs**
- >> **Aulas dias:** 24 e 31 de Agosto, 14, 21 e 28 de setembro
- >> Curso facilitado pelas **idealizadoras da Me Two:** ElisA Scheibe, Thaís Reali & Vanessa Rocha
- >> **Aplicativo Zoom** - plataforma preparada para muita interação entre as mães participantes
- >> **Padlet com os conteúdos do Curso** (slides, ferramentas, planilhas, planner, entre outros)
- >> **Certificado Me Two**
- >> **Turma reduzida:** até 40 mães
- >> **Gravação das aulas estará disponível por até 1 ano** na plataforma da Me Two
- >> **Garantia de receber o seu dinheiro de volta** * até 7 dias antes do início do curso

**descontando taxas da plataforma de vendas*



24
Agosto

**Rotina com
gêmeos: a base
de tudo**

Por onde começar

O passo a passo

31
Agosto

Entendendo o
sono dos
gêmeos

Fases do Sono

Tempos &
Comparações

O poder das
sonecas

14
Setembro

O ritual noturno, o sono
da noite e a
parentalidade consciente

Tempos de qualidade

As necessidades
inegociáveis

21
Setembro

Métodos e
ferramentas de
ouro para ensinar os
gêmeos a
dormirem

Conhecendo os
Métodos

Regras de ouro

Resolvendo desafios

28
Setembro

**MENTORIA
COLETIVA**

LEVEZA NA
MATERNIDADE
GEMELAR: **que
mãe eu sou e que
mãe eu serei!**

Você de bem com a
mãe que você é

Sacola de Talismãs
para seguir sua
travessia

Você não está sozinha -
Aprendizados Me Two

**Todos os conteúdos com *exercícios práticos e trocas entre mães*
para mudar a sua realidade**



O QUE VOCÊ RECEBE

CURSO SOS - SONO E ROTINA

**Conteúdos,
Dinâmicas,
Ferramentas
Práticas &
Desafios
desenvolvidos pela
Me Two para juntas
fazermos essa
travessia**

- >> Padlet com slides do curso
- >> Ferramentas Travessia Me Two (Planner, Planilhas, documentos)
- >> Mentoria Coletiva online & síncrona (2hs) com as Idealizadoras da Me Two
- >> Certificado Me Two

PARA QUEM É ESTA TRAVESSIA

CURSO SOS - SONO E ROTINA

Para você que quer:

- >> Tornar sua rotina mais leve
- >> Ter mais tempo para si, para casal, para família
- >> Definir um tipo de maternar mais leve
- >> Recém mãe de gêmeos
- >> Mãe de gêmeos até 2 anos
- >> Aprender durante a gravidez de gêmeos



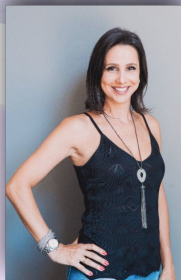
AS IDEALIZADORAS



**ELISA
SCHEIBE**

Community & Events Manager

Mãe dos gêmeos Martin & Franco, 7 anos
Advogada
Mestre em Direito
Consultora do Sono pela International Maternity and Paternity Institute
Idealizadora da Elisa Schiebe Consultoria do Sono



**THAÍS
REALI**

Connection & Product Manager

Mãe dos Gêmeos Nicholas & Thomas, 6 anos
Design & Visual Thinker
Visual Thinking (Pensamento Visual) para rotina e organização de famílias
Idealizadora da Reali Hub for Innovation (Pesquisa de Mercado & Design Estratégico)



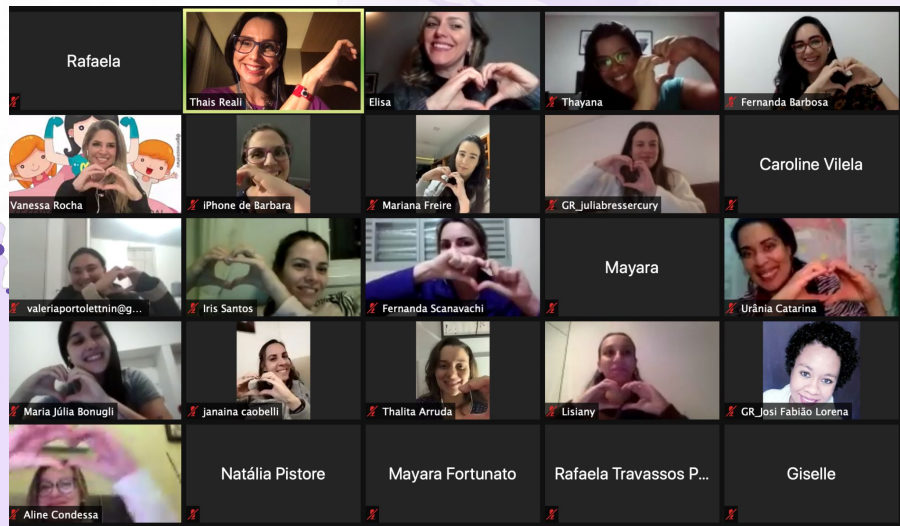
**VANESSA
ROCHA**

Multi-Mídia Manager

Mãe dos gêmeos Gabriel & Isabela, 8 anos
Farmacêutica
Mestre em Farmácia Oncológica
Kid Coach pela Márcia Belmiro
Idealizadora da Kriativa Conteúdos Digitais



QUEM JÁ FEZ A TRAVESSIA



ACESSE O VÍDEO FINAL DO
TRAVESSIA:

https://www.instagram.com/tv/CSzhz8yFr_W/?utm_source=ig_web_copy_link

COMO VOCÊ PARTICIPA

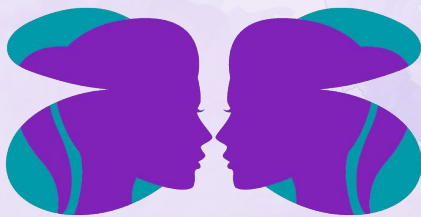
CURSO SOS - SONO E ROTINA

**FAÇA PARTE
DESTA
TRAVESSIA**

R\$ 797,00
em até 12x no
cartão de crédito

<https://metwo.com.br/travessia/>

CURSO ONLINE



TRAVESSIA 
mãe de gêmeos

SOS-SONO E ROTINA

Elisa Scheibe (51) 99199.2156

Thaís Reali (51) 99942.2087

