

Gabriele Ribas




Caderno  
do Eu



30 exercícios de escrita  
terapêutica para o  
autoconhecimento

*Série Cadernos Terapêuticos*



# Livro Caderno do Eu PDF - Gabriele Ribas

[O Livro Caderno do Eu PDF, de Gabriele Ribas](#), é um convite transformador para quem busca se conhecer de forma profunda e criativa.

Com 30 exercícios de escrita terapêutica, ele oferece um espaço seguro para explorar sentimentos, resgatar memórias e refletir sobre a vida.

Ao longo das páginas, você será guiado a revisitar seu passado, compreender melhor o presente e projetar um futuro alinhado aos seus sonhos e valores.

A escrita, aqui, se torna mais que palavras: é um ato de cura e descoberta.

Por meio de atividades envolventes, o livro desperta a criatividade, amplia a autoconsciência e fortalece a relação consigo mesmo, tornando-se um aliado poderoso no processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal.

# Tem Garantia?

**Ao adquirir o Caderno do Eu PDF**, você conta com uma garantia de 7 dias para experimentar todos os benefícios da escrita terapêutica sem nenhum risco.

Durante esse período, é possível explorar os exercícios, sentir a transformação que a prática da escrita criativa proporciona e avaliar se o conteúdo realmente atende às suas expectativas.

Essa é uma oportunidade de mergulhar na proposta do livro com tranquilidade e confiança, sabendo que sua satisfação é prioridade.

Se, por qualquer motivo, você perceber que o material não se encaixa no seu momento ou não traz os resultados esperados, basta solicitar o reembolso dentro desse prazo e receber 100% do seu investimento de volta, sem burocracias.

É a chance perfeita de iniciar sua jornada de autoconhecimento com segurança, sabendo que pode decidir continuar ou não, sem pressão e com total liberdade.

Gabriele Ribas



Caderno  
do  
Eu



**ACESSE AGORA**

terapêutica para o  
autoconhecimento

*Série Cadernos Terapêuticos*

# Depoimentos:

**1.** "O Caderno do Eu foi um divisor de águas na minha vida. Cada exercício me levou a reflexões profundas e me ajudou a resgatar partes de mim que estavam esquecidas."

**2.** "Sempre gostei de escrever, mas nunca imaginei que poderia ser tão terapêutico. Em poucos dias, já me senti mais leve e conectada comigo mesma."

**3.** "A proposta é simples, mas o impacto é enorme. Consegui organizar meus pensamentos, compreender minhas emoções e planejar o futuro com mais clareza."