



Healing Mind CY

Charles Eleftheriou

Clinical Hypnotherapist & NLP Practitioner/Coach



Book a Free Discovery Call

www.hmcy.org/book-online

info@hmcy.org

+357 99 331689

Online worldwide • In person in Cyprus

Information & referrals

www.hmcy.org/information-referrals

A personalised approach

Every person is different. HMCY uses a client-centred, solution-focused approach designed around your goals, circumstances and readiness for change.

Language of sessions

Sessions are conducted primarily in English. Greek may be used where helpful to clarify or explain, but the therapeutic work itself is delivered in English.



Healing Mind CY

CLINICAL HYPNOTHERAPY • NLP
COACHING • EXECUTIVE RESET

Feeling overwhelmed, stuck, or ready for something to change?

Support for the thoughts, emotions, behaviours and automatic patterns that may be affecting your wellbeing, confidence or performance.

Awareness. Choice. Growth.

HMCY can support you with:

- Stress, anxiety and overthinking
- Confidence and self-belief
- Motivation and performance
- Sleep-related stress
- Fears and phobias
- Habits and unwanted patterns
- Emotional overwhelm
- Behaviour change

A practical, personalised path to change

The approach is adapted to you. The aim is to understand what is influencing your experience, create new choices and reinforce changes that fit your needs and goals.

Three ways to work with HMCY

Clinical Hypnotherapy

For unwanted emotional, behavioural and automatic responses that may be affecting your wellbeing or everyday life.

NLP Coaching

For clearer goals, stronger choices, confidence, motivation and practical change.

Executive Reset

For professionals, entrepreneurs and executives experiencing sustained pressure, overthinking or loss of clarity.

What happens next?

1 Free Discovery Call

A confidential 30-minute conversation to explore what you would like to change and whether HMCY may be suitable.

2 Clarify the desired outcome

We explore what you would like to be different, the relevant context and which approach is the best fit.

3 Personalised support

If you decide to continue, sessions are tailored to your needs and progress is reviewed throughout.

Re-educate Your Mind. Redefine Your Life.

HMCY does not replace appropriate medical, psychiatric or emergency care.



Healing Mind CY

Charles Eleftheriou

Κλινικός Υπνοθεραπευτής & NLP Practitioner/Coach



Κλείστε ένα Δωρεάν Discovery Call

www.hmcy.org/book-online

info@hmcy.org

+357 99 331689

Online παγκοσμίως • Δια ζώσης στην Κύπρο

Πληροφορίες και παραπομπές

www.hmcy.org/information-referrals

Εξατομικευμένη προσέγγιση

Κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός. Το HMCY χρησιμοποιεί μια προσωποκεντρική και προσανατολισμένη στη λύση προσέγγιση, σχεδιασμένη γύρω από τους στόχους, τις συνθήκες και την ετοιμότητά σας για αλλαγή.

Γλώσσα συνεδριών

Οι συνεδρίες πραγματοποιούνται κυρίως στα Αγγλικά. Τα Ελληνικά μπορούν να χρησιμοποιηθούν όπου χρειάζεται για διευκρινίσεις ή επεξηγήσεις, όμως η ίδια η θεραπευτική διαδικασία πραγματοποιείται στα Αγγλικά.



Healing Mind CY

ΚΛΙΝΙΚΗ ΥΠΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ • NLP
COACHING • EXECUTIVE RESET

Νιώθετε πιεσμένοι, κολλημένοι ή έτοιμοι για μια ουσιαστική αλλαγή;

Το Healing Mind CY προσφέρει Κλινική Υπνοθεραπεία, NLP Coaching και Executive Reset για να σας βοηθήσει να δουλέψετε με σκέψεις, συναισθήματα, συμπεριφορές και αυτόματα μοτίβα που μπορεί να επηρεάζουν την ευεξία, την αυτοπεποίθηση ή την απόδοσή σας.

Awareness. Choice. Growth.

Το HMCY μπορεί να σας υποστηρίξει σε:

- Άγχος, στρες και υπερανάλυση
- Φόβους και φοβίες
- Αυτοπεποίθηση και πίστη στον εαυτό
- Συνήθειες και ανεπιθύμητα μοτίβα
- Κίνητρο και απόδοση
- Συναισθηματική υπερφόρτωση
- Στρες που επηρεάζει τον ύπνο
- Αλλαγή συμπεριφοράς

Μια πρακτική, εξατομικευμένη πορεία αλλαγής

Η προσέγγιση προσαρμόζεται σε εσάς. Στόχος είναι να κατανοήσετε τι σας επηρεάζει, να δημιουργήσετε νέες επιλογές και να ενισχύσετε αλλαγές που ταιριάζουν στις ανάγκες και στους στόχους σας.

Τρεις τρόποι συνεργασίας με το HMCY

Κλινική Υπνοθεραπεία

Για ανεπιθύμητες συναισθηματικές, συμπεριφορικές και αυτόματες αντιδράσεις που μπορεί να επηρεάζουν την ευεξία ή την καθημερινότητά σας.

NLP Coaching

Για πιο ξεκάθαρους στόχους, καλύτερες επιλογές, αυτοπεποίθηση, κίνητρο και πρακτική αλλαγή.

Executive Reset

Για επαγγελματίες, επιχειρηματίες και στελέχη που βιώνουν παρατεταμένη πίεση, υπερανάλυση ή απώλεια καθαρότητας.

Τι ακολουθεί;

1 Δωρεάν Discovery Call

Μια εμπιστευτική συνομιλία 30 λεπτών για να συζητήσουμε τι θα θέλατε να αλλάξει και αν το HMCY μπορεί να είναι κατάλληλο.

2 Διευκρίνιση του επιθυμητού αποτελέσματος

Εξερευνούμε τι θα θέλατε να είναι διαφορετικό, το σχετικό πλαίσιο και ποια προσέγγιση ταιριάζει καλύτερα.

3 Εξατομικευμένη υποστήριξη

Εάν αποφασίσετε να συνεχίσετε, οι συνεδρίες προσαρμόζονται στις ανάγκες σας και η πρόοδος επανεξετάζεται.

Re-educate Your Mind. Redefine Your Life.

Το HMCY δεν αντικαθιστά την κατάλληλη ιατρική, ψυχιατρική ή επείγουσα φροντίδα.