Support tailored to you

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

A personalised approach

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

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.

Book a Free Discovery Call

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

Charles Eleftheriou

Clinical Hypnotherapist & NLP Practitioner/Coach

www.hmcy.org/book-online

info@hmcy.org

+357 99 331689

Online worldwide • In person in Cyprus

Information & referrals

www.hmcy.org/information-referrals

Re-educate Your Mind. Redefine Your Life.

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

Healing Mind CY

CLINICAL HYPNOTHERAPY • NLP COACHING • EXECUTIVE RESET



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

Awareness. Choice. Growth.

Υποστήριξη προσαρμοσμένη σε εσάς

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.

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.

Το HMCY μπορεί να σας υποστηρίξει σε:

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

Κλείστε ένα Δωρεάν Discovery Call

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

Charles Eleftheriou

Κλινικός Υπνοθεραπευτής & NLP Practitioner/Coach

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

Re-educate Your Mind. Redefine Your Life.

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

Healing Mind CY

ΚΛΙΝΙΚΗ ΥΠΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ • NLP COACHING • EXECUTIVE RESET



Νιώθετε πιεσμένοι, κολλημένοι ή έτοιμοι για μια ουσιαστική αλλαγή;

Awareness. Choice. Growth.