

CURRICULUM VITAE



Lígia de Noronha

Psicóloga clínica e de aconselhamento, com quase 20 anos de prática, deu até hoje mais de dez mil consultas individuais e de casal, tanto em português como em inglês (e a adultos, jovens e crianças). O modelo pessoal de abordagem e intervenção em psicologia que usa é tido como simples, prático, poderoso e inovador, conseguindo os/as clientes resultados surpreendentes, em muito pouco tempo, ao seguirem com persistência as orientações por si dadas.

No ano 2000 fundou em Maputo o PsiCoEstar, um centro de psicologia privado (pioneiro em Moçambique na oferta de práticas e métodos para o desenvolvimento pessoal e a auto-cura), que funciona até hoje, actualmente sob gestão de uma colega, com a qual constituiu sociedade no início de 2016.

Lígia concebe e facilita *workshops* e retiros para o público em geral e dá consultorias variadas no mundo empresarial e institucional (p.f. ver detalhes nas págs. 3 e 4).

Foi em Portugal que se lançou como palestrante, com “Ressentimento *versus* Amor-próprio” e “Relacionamentos - fuga de *versus* retorno a si mesmo”, palestras muito apreciadas pelo forte impacto consciencial que têm. Escreveu e publicou “Desenvolvimento Pessoal em Casa e no Trabalho”, Livro editado pela Ariana e lançado em Lisboa, na Galeria Abraço, em Novembro de 2009.

Como sócia-fundadora e directora técnica do PsiCoEstar, mantém-se fortemente ligada ao Centro, no entanto, encontrando-se de novo a residir em Portugal (desta vez no Algarve), procura ser útil na Região, através de novos e diferentes desafios e experiências de Serviço à Família Humana e ao Planeta.

I. DADOS PESSOAIS

Nome completo:	Lígia Maria Carvalho de Noronha
Nacionalidade:	Portuguesa
Data/local de nascimento:	12/02/67, Maputo/Moçambique
Profissão:	Psicóloga
Bilhete de Identidade:	8602623, válido até 06/04/2018
Telefone p/ contacto:	(351) 91 505 8405
Endereço electrónico:	ligia@ligiadenoronha.com
Website(s):	www.ligiadenoronha.com e www.psicostar.com
Membro Efectivo:	Nº 21447 – OPP - Ordem dos Psicólogos Portugueses

II. ESTUDOS

- 1993-1998 **Licenciatura em Psicologia** na U.L.H.T. – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (Lisboa).
Especialização:
Psicologia Clínica e de Aconselhamento.
Estágio: Set. 1996 a Out. 1997 – I.A.C. - Instituto de Apoio à Criança - acompanhamento psicológico de dez crianças com distúrbios de conduta e dificuldades de aprendizagem.
Monografia: Dissertação a 06/02/1998 - «Validação para a população portuguesa do C.A.S.T. – *Children of Alcoholics Screening Test* (teste para despistagem de filhos de alcoólicos)».
- 1985-1988 Escola Secundária de São João do Estoril.

III. PERCURSO E EXPERIÊNCIAS DE SERVIÇO

- Nov. 2012-Jan. 2017 Em Maputo, reabre o PsiCoEstar e dá palestras, consultas e consultorias.
- Dez. 2007-Nov. 2012 Em Lisboa, dá consultas, palestras e *workshops*; publica um livro.
- Set. 2005-Nov. 2007 Período sabático – temporada na Índia; estudos no Brasil (em psicologia transpessoal).
- Fev. 2000 a Ago. 2005 Maputo - **PsiCoEstar – Centro de Psicologia**
Funções: direcção geral; aconselhamento psicológico (individual e grupal); consultorias. Afiliada clínica da Careways e da ICAS – Independent Counselling and Advisory Services.
- Abril-Nov. 1999 Maputo - **Colégio Delta** - Funções: professora de psicologia e organizadora de seminários para professores.
- Ago.-Dez. 1998 Maputo - **Instituto Superior Politécnico e Universitário** (actual Universidade Politécnica)
Funções: docente de Sociologia e de Psicologia Social I no Curso de Psicologia; representante da área disciplinar de psicologia; fundadora e chefe do GAP - Gabinete de Assistência Psicológica.
- Out. 1997-Jan. 1998 Lisboa - **Casa de Moçambique**
Funções: coordenadora dos assuntos internos e externos; representante da Associação em seminários e reuniões nacionais e internacionais.
- Mar.-Dez. 1997 Lisboa - **I.P.J. - Instituto Português da Juventude**
Função: colaboradora do programa “Jovens Voluntários para a Solidariedade”, área de Apoio à Integração Social: Projecto do I.A.C., “Acções de Ligação à Comunidade”.
- Mar. 1994-Jul. 1995 Caxias - **Iberográfica - Importação e Exportação, Lda.**
Funções: secretária de direcção; tradutora.
- Mar.-Dez. 1993 Lisboa - **APEDV - Associação Promotora de Emprego de Deficientes Visuais** - Função: professora de português.
- Dez. 1992-Fev. 1993 Lisboa - **Casa de Moçambique**
Funções: coordenadora da Campanha de Legalização Extraordinária dos Imigrantes oriundos dos PALOP.
- Jan. 1989-Set. 1991 Lisboa - **Traducta - Serviços de Tradução e Interpretação, Lda.**
Funções: coordenadora do projecto de tradução das normas técnicas comunitárias; revisora.

IV. CONSULTORIAS e outros CONTRIBUTOS dados em MOÇAMBIQUE em 2015 e 2016, 2007 e 2009 (pontualmente) e de 2000 a 2005:

- *FNDS – Fundo Nacional de Desenvolvimento Sustentável (carta de referência)* - co-facilitação da palestra consciencial e vivencial “**Desenvolvimento Pessoal e Grupal**” à PCA e respectivos colaboradores, Maputo, Dezembro de 2016 (50 participantes).
- *UNICEF Moçambique (carta de referência)* - co-facilitação do Retiro “**Conscienci@ARTE**” (3 dias) a todos os colaboradores/as, Chidenguele (Gaza), Outubro de 2016 (130 participantes).
- *Nosso Banco (carta de referência)* - co-facilitação de um conjunto de Acções de **Formação em Gestão do Tempo e Atendimento ao Cliente** para directores, gestores de Balcão e colaboradores do Banco, Maputo, Abril de 2016 (45 participantes).
- *MAEFP - Ministério da Administração Estatal e Função Pública (carta de referência)* - co-facilitação das Palestras: “**Auto-conhecimento e Mudança Individual, Grupal e Organizacional**”, à Ministra e aos membros do Conselho Consultivo do Ministério, Namaacha, Março de 2016 (80 participantes) e “**Liberte-se dos Medos**”, a todos os funcionários do Ministério, Maputo, Junho de 2016 (150 participantes).
- *ARIEL GLASER contra o Sida Pediátrico (carta de referência)* - co-facilitação do *workshop* “**Desenvolvimento Pessoal e Organizacional**” aos colaboradores da Fundação e à equipa de gestão. Bilene e Nacala, Setembro e Outubro de 2015 (ca. de 100 participantes no total).
- *GDHCB – Grupo Desportivo da HCB (carta de referência)* - co-facilitação de uma **palestra motivacional** à equipa de futebol, para resolução de conflitos pessoais e interpessoais, desmistificação de crenças, desenvolvimento de confiança, cooperação e trabalho em equipa, Songo-Tete, Junho de 2015 (ca. de 30 participantes).
- *CISPOC – Centro de Investigação de Saúde da Polana Caniço* (instituição subordinada ao INS - Instituto Nacional de Saúde) *(carta de referência)* - co-facilitação do *workshop* “**Desenvolvimento Pessoal e Organizacional**” aos colaboradores do Centro, incluindo à equipa de gestão, Maputo, 20-21 de Maio de 2015 (ca. de 35 participantes).
- *MDM - Meninos de Moçambique* - facilitação do *workshop* “**Desenvolvimento Pessoal em Casa e no Trabalho**” a todos os capacitadores/as da Associação, no âmbito do programa de formação co-financiado pelo CIES - Centro Informazione e Educazione Allo Sviluppo e pela Cooperazione Italiana. Maputo, 29-30 Setembro e 01 Outubro de 2009 (ca. de 20 participantes).
- *ASEM - Associação a Favor da Criança Moçambicana* - facilitação dos *workshops* “**Desenvolvimento Pessoal**” e “**Novas Crianças**” a todos os trabalhadores (incluindo directores, educadores e professores/as) da ONG, Beira, 03-04 e 10-11 de Novembro de 2007 (ca. de 25 participantes).
- *Mozal - Mozambique Aluminium* (grupo BHPBilliton) *(carta de referência)* - **sessões de aconselhamento** a operários, administrativos e gestores, Maputo, Outubro 2002 a Julho 2005.
- *I.B.C. - Indústria de Borracha e Calçado, SARL* - facilitação do *workshop* “**Desenvolvimento Pessoal**” aos administrativos da empresa, Maputo, 23-24 de Julho de 2005 (ca. de 30 participip).

- *Aga Khan* - **aulas de meditação e de auto-consciência** dadas a crianças, jovens e adultos ismaelitas no "Camp Mozaic"; Maputo e Bilene, 26 a 30 de Julho 2004.
- *Banco Austral (carta de referência)* - concepção e facilitação do *workshop "Desenvolvimento Pessoal"* a todos os gerentes de Balcão, Maputo, 03-04, 11-12 e 16-17 Junho 2003 (48 partic).
- *Que Passa (revista mensal)* - colaboração com rúbrica **"Eu Consciente"**, Maputo, de Fevereiro 2002 a Março de 2003.
- *British American Tobacco (carta de referência)* - concepção e facilitação do *workshop "Apoio à Situação de Desvinculação"* a todos os colaboradores, Maputo, 4-5 Março 2003 e Chimoio, 19-20 Maio 2003. Posteriormente, sessões de aconselhamento a vários gestores da empresa.
- *Embaixada da Irlanda* - Estratégia de Género no Programa da *Ireland Aid* em Moçambique, palestra **"Auto-consciência"**, Maputo, 04 de Março de 2003 (10 participantes).
- *DDB-Moçambique & MRdesign* - participação no painel **"Pensa Sida, Pensa Vida"**, Maputo, 08 de Fevereiro de 2002 (40 participantes).
- *Gringo* (marca internacional) – facilitação de **Ciclo de Sessões de Aconselhamento em Grupo**, Maputo, 22 de Março a 29 de Agosto 2001 (12 participantes).
- *ISCTEM – consultoria em psicologia ambiental* - realização de duas visitas de levantamento ao novo *Campus*, relatório e reunião com 40 pessoas (elementos da segurança e trabalhadores do Instituto), Maputo, 23 a 29 de Janeiro de 2001.

Ao Instituto Nacional de Saúde/Faculdade de Medicina da U.E.M.:

- XI Jornadas de Saúde, **"Relação entre os desequilíbrios na consciência e os sintomas físicos"**, Maputo, 06 de Junho 2001 (ca. 150 presenças no auditório).

Ao Projecto Media da UNESCO/NSJ Trust – Workshops em Maputo:

- Equilíbrio do Género no Jornalismo, 26 e 28 de Abril 2001 (16 participantes): **"A Androginia da Consciência" e "Forças Negativas, Positivas e Transformadoras"**.
- Reportagem sobre HIV/SIDA, 22 de Maio 2001 (16 participantes): **"Sexualidade e HIV/SIDA"**.
- Mulher e Jornalismo Hoje em Moçambique, 09 Junho 2001 (18 participantes): **"Forças Negativas, Positivas e Transformadoras"**.

À ATA-Aid to Artisans (ONG americana):

- II *Workshop* Nacional de Artesãos: **"O Poder da Visualização Criativa"**, Maputo, 22 de Junho de 2000 (30 participantes)

V. INFORMAÇÕES ADICIONAIS

Domina a língua inglesa pelas via oral e escrita. Fala razoavelmente francês e espanhol.

Possui elevada capacidade de organização, inovação, coordenação e liderança, de comunicação e interacção pessoal, assim como um forte sentido de responsabilidade e entrega. Aprende rapidamente. Personalidade forte. Pessoa aberta, simpática, sincera, honesta e destemida.