



DÁLIA RAMALHO

A FELICIDADE COMO CAMINHO PARA O SUCESSO

Diz-se que não existe um caminho para a felicidade, porque é a felicidade o próprio caminho, um percurso que nunca acaba, que se vai percorrendo, a cada sorriso do nosso dia a dia. É com o objetivo de ajudar pessoas e empresários a rentabilizar os seus negócios que Dália Ramalho criou a H2O – Holistic Happiness Organization. Partilhamos consigo a perspetiva de vida de uma otimista, focada na melhoria contínua e na vontade de contribuir para o crescimento de todos aqueles com quem se cruza.

Pessoas. Foram elas que inspiraram o percurso de Dália Ramalho. A sua veia de empreendedora nasce do seu perfil comportamental, e no objetivo de realizar e fazer acontecer algo que acredita que possa dar sentido à sua vida, ao mesmo tempo que lhe permite deixar um contributo para um mundo melhor. Dália Ramalho é um caso excepcional, passa a sua energia e otimismo com palavras, com a sua forma pragmática de encarar problemas.

Na bagagem traz um percurso de vida muito diferenciado, seja em termos de ambientes, pessoas, desafios e quedas, “foram o meu motor para enveredar por algo que eu acredito que ajuda as pessoas e empresas, a ter melhores resultados nas suas vidas. E quando falo de resultados, a nível singular não significa que sejam financeiros,

pois conheço uma série de pessoas muito bem financeiramente, mas não são felizes”, explica-nos a empresária. Pelo caminho foi conhecendo pessoas com um enorme potencial e que simplesmente fecham os braços às adversidades, “deixam as emoções controlá-las e resignam-se a uma série de coisas que as bloqueiam e não as deixam avançar”. Foi nestes exemplos que Dália Ramalho encontrou motivação para deixar a área financeira e criar a H2O - Holistic Happiness Organization. “A H2O é a minha marca registada que tem como missão disponibilizar serviços de coaching e um leque de serviços de consultoria utilizando a metodologia DISC, entre os quais processos de seleção, engenharia de equipas e todos aqueles processos que visem melhorias seja do potencial, performance, eficácia,

felicidade e subsequentemente sucesso na vida individual ou coletiva”. Com localização em Lisboa, este é o ponto de partida para Dália Ramalho criar um mundo melhor. Independentemente da sua localização com os recursos digitais, basta um click para aceder aos seus serviços.

O H2O é sobretudo um serviço que valoriza a individualidade, impulsionando os desejos de cada pessoa, conhecendo-a, adequando programas e objetivos a seguir. Os principais serviços são o coaching e consultoria no âmbito comportamental, “tudo o demais é apenas se me for pedido e que possa ajudar em alguma coisa aos meus clientes”, acrescenta Dália Ramalho. Dedicada e sigilosa, faz da sua personalidade o maior fator diferenciador: “Em qualquer que seja a minha área da vida, eu sou aquela pessoa

“Estou muito grata pelo ano de 2021, angariei novos clientes fora da minha rede de networking, fiz eventos que nunca imaginei fazer, alarguei o meu trabalho da esfera individual para, também, a esfera empresarial que era um dos meus grandes objetivos”



que tanto elogia, brinca, ri... e também aquela que diz as verdades, difunde trabalho e esclarece a assunção das responsabilidades de cada um com quem interage”, realça. “Quando me proponho a fazer algo, dou o meu sangue se for preciso. E quem me conhece ou conheceu sabe bem disso. Só que tenho uma condição inabalável: honestidade e esforço!”.

No seu trabalho, utiliza várias metodologias, com destaque para o SPIRE e DISC. O modelo SPIRE diz respeito aos elementos necessários a trabalhar para andar no caminho da felicidade, Felicidade é o Bem-Estar da pessoa inteira, “ou seja, o nosso bem-estar Holístico que é a soma dos bem-estares, espiritual, físico, intelectual, relacional e emocional”, esclarece. Já a metodologia DISC, pela qual Dália Ramalho confessa ser uma apaixonada, é uma ferramenta que auxilia os gestores a mensurar os pontos fracos e fortes dos colaboradores para assim conseguirem traçar objetivos alinhados ao perfil profissional de cada um e consequentemente alcançar maiores resultados de rentabilidade e eficiência corporativa. No fundo, através desta metodologia todas as pessoas podem alcançar o sucesso profissional e pessoal, desde que estejam inseridas em tarefas que se adequam ao seu perfil comportamental.

E se falamos de sucesso e realização pessoal, não podemos deixar de lado a felicidade. “Quando estamos felizes queremos reproduzir mais desta emoção, as emoções são ótimas motrizes, e envolvemo-nos muito mais com as nossas atividades e tarefas, e fazemos mais e melhor (eficácia e eficiência)”, esclarece Dália Ramalho. No entanto, o mundo empresarial português nem sempre está recetivo para à palavra felicidade. “O pensamento crítico quanto à palavra felicidade é tão redutor, dá-me alguma tristeza e ao mesmo tempo força e motivação na minha missão e propósito para alterar este pensamento/ideia”. Esta é uma mudança que a H2O – Holistic Happiness Organization quer começar a concretizar, integrar a felicidade na filosofia corporativa, afinal, estão comprovadas as diversas vantagens em ter uma equipa feliz. “Os negócios vivem das pessoas, é fundamental escolher as pessoas certas, investir nelas e cuidar dessas pessoas para que elas cuidem dos seus negócios”, vinca a empresária. Porém, este não foi o único conselho que Dália Ramalho quis deixar aos nossos leitores, considerando igualmente importante o autoconhecimento e a persistência.

Este é um pouco do mundo da H2O – Holistic Happiness Organization, uma forma de estar que garantiu a Dália Ramalho concluir o

seu primeiro ano com um balanço positivo, cheio de boas histórias e muitas mudanças, o sucesso, esse resume-se à felicidade - a sua e a de quem se cruza com o seu otimismo e dedicação. “Estou muito grata pelo ano de 2021, angariei novos clientes fora da minha rede de *networking*, fiz eventos que nunca imaginei fazer, alarguei o meu trabalho da esfera individual para, também, a esfera empresarial que era um dos meus grandes objetivos”.



**À distância de 1 click
Lisboa – Portugal**

**www.h2ohappiness.pt
(+351) 962 475 417
info@h2ohappiness.pt**