



Sentir, Observar, Ultrapassar
As minhas Feridas

NOVAS DATAS: 11 E 12 DE MARÇO 2023

No Curso SOU – As minhas Feridas, vamos mais fundo dentro de nós, melhorando a nossa compreensão sobre nós mesmos e sobre os outros, o que nos permitirá relacionamentos mais harmónicos com os que nos rodeiam.

Falamos assim sobre as cinco Feridas comuns a todos os seres humanos e as respectivas Máscaras que desenvolvemos para nos proteger, mas que acabam por nos causar ainda mais dor e sofrimento.

Nesse sentido, propomo-nos a ajudar a compreender de uma forma prática e concreta, as razões que nos levam a reagir de determinadas formas perante diversas situações que surgem na nossa vida.

Conteúdos abordados:

Situações de Reacção;

Diferença entre Ferida e Máscara e a ligação entre elas;

Comportamentos/vocabulário que adoptamos quando usamos cada máscara;

Descoberta das nossas próprias Feridas e Máscaras;

Características físicas das Feridas/Máscaras;

As forças por detrás das Máscaras.

Organização:

Este curso terá a duração de um fim-de-semana e terá lugar na Figueira Mansa Wellness, situada na Rua Braamcamp nº 88 4º dto, em Lisboa.

Preço do curso: 160€ (caso faça a reserva com mais de uma semana de antecedência, terá direito a um desconto de 20€). Com a inscrição será necessário o pagamento de 50% do valor do curso (não reembolsável).

Duração: Sábado e Domingo, das 10:00h às 17:30h, aproximadamente. Uma real impossibilidade financeira não será impedimento para a participação nos cursos SOU. Contacte-nos para juntos encontrarmos uma solução.

Contactos:

Teresa MORAIS David

Telf: 962929149

E-mail: teresamd3@gmail.com

Gonçalo Fontoura

Telf: 911815123

E-mail: goncalo.fontoura@gmail.com