Grupos Terapêuticos

- Autoestima
- Terapia Comunitária
- Biodanca
- Constelação Familiar

Funcionam com suporte terapêutico através de conversas, técnicas e vivências terapêuticas de autoconhecimento e valorização de si mesmos. aceitando e descobrindo luz e sombras.

São grupos voltados para a promoção do bem estar Biopsicosocioespiritual, muito importante para uma vida plena e feliz.

Na autoestima se reforça a confiança e o respeito em relação a nós mesmos!

Práticas Individuais

- ACOLHIMENTO INDIVIDUAL: Espaco destinado para realizar a escuta qualificada de usuários que chegam pela primeira vez nas ações socioterapêuticas a fim de construir o plano terapêutico. Local: Palhoça
- BIOMAGNETISMO: Promove o equilíbrio do pH através da aplicação de ímãs. Desabilita vírus, fungos, bactérias e parasitas. Método indolor, com duração de até 50min. Aiuda a restabelecer o funcionamento de órgãos e tecidos, contribui para a homeostase do corpo e equilibra o emocional. Público alvo: Pessoas de qualquer idade (crianças acompanhadas da mãe).
- QUICKMASSAGE: Combinação das massagens orientais Shiatsu e Anmáe, proporciona o relaxamento muscular com sessões de mais ou menos 15 minutos. Técnica realizada com o auxílio de cadeira específica para a prática. Massoterapeutas ficam disponíveis o dia inteiro tanto para os usuários do CAPS e da Palhoca quanto para os profissionais destes equipamentos.
- MASSOTERAPIA: Toque terapêutico nos músculos, articulações e tendões estimulando a circulação, a imunidade, alívio de tensões, stress psicológico, controlando a dor e ansiedade.
- **REIKI:** Terapia de energização através das mãos canalizando a "Energia Universal" para o equilíbrio de sintomas físicos, emocionais e mentais proporcionando mais qualidade para as pessoas.

- ESCALDA PÉS: Banho dos pés com ervas em uma bacia que ajuda no alívio da dor, do cansaço, é antiestresse, melhora o metabolismo e a bioeletricidade do corpo.
- ARGILOTERAPIA: Aplicação no rosto desse material rico em diversos sais minerais que garantem o bem estar e contribuem de forma positiva para a beleza e a saúde.
- AURICULOTERAPIA: Estimulação de pontos reflexos na orelha para tratamento complementar de sintomas como dores crônicas, disfunções nos órgãos e de caráter psicológico.
- **SHIATSU:** Prática terapêutica com bases na medicina tradicional oriental e cuia missão principal é encaminhar os seus praticantes para um estado completo de saúde e de bem-estar.
- VENTOSATERAPIA: É um tipo de tratamento natural onde são usadas ventosas para melhorar a circulação sanguínea em um local do corpo. As ventosas criam um efeito de vácuo, que suga a pele, e resulta no aumento do diâmetro dos vasos sanguíneo no local. Como resultado, existe uma maior oxigenação destes tecidos, permitindo a liberação de toxinas do sangue e do músculo com mais facilidade.
- BARRA DE ACCESS: A técnica, por meio de toques terapêuticos em pontos específicos da cabeca, elimina os arquivos mentais que já não fazem sentido. Ou seja, faz com que a pessoa tire de sua vida padrões nocivos, ideias e crencas acumuladas ao longo do tempo.



www.movimentosaudemental.org



Movimento Saúde Mental 85 9.8106.7178



Rua Dr. Fernando Augusto, 609 - Bom Jardim - (85) 3497.0892 Casa Ame Rua Dr. Fernando Augusto. 980 - Bom Jardim - (85) 9.9103-5745 EGA Escola de Gastronomia: Rua Dr. Fernando Augusto, 980 **Palhoca** Rua Dr. Fernando Augusto, 985 – Bom Jardim - (85) 9.8106-7178 Marrocos Rua Reginaldo França Rodrigues, 122, Marrocos - Bom Jardim Mario Bonvini ... Rua Dr. Fernando Augusto, 987 - Bom Jardim

ATIVIDADES GRATUITAS

MENU TERAPÊUTICO

PRÁTICAS DE ABORDAGEM SISTÊMICA COMUNITÁRIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE









Menu Terapêutico

Segunda

Manhã

07h00 às 08h30 • Acolhimento

08h30 às 09h30 • Grupo Despertando

a Memória Meditação (Autoestima)

09h30 às 10h30 • Dança Circular

10h00 às 12h00 • Grupo Movimentos Sistêmico Constelação Familiar

Tarde

• Terapia da Respiração - Casa AME 14h00 às 17h00

• Grupo Florescer - exclusivo para 14h00 às 16h30 mulheres - (Autoestima)

Noite

19h00 às 20h00 • Grupo de Biodança - Adulto

Terça

Manhã

07h00 às 08h30 • Acolhimento

08h30 às 10h30 • Residência Terapêutica

08h30 às 10h00 • Grupo Divertir a Mente (Autoestima)

10h30 às 12h00 • Aromaterapia em Grupo

Tarde

14h30 às 16h30 • Terapia Comunitária

15h00 às 17h00 • CINE Residência (Arteterapia)

15h00 às 17h00 • Ame-se LGBTQUIA+ (Autoestima) Espaço Mario Bonvini

GRATUITO E PRESENCIAL

Atendimentos Diários 08h00 às 17h00

Mediante agendamento

✓ Argiloterapia

✓ Auriculoterapia

✓ Massoterapia **☑** Reiki

✓ Ventosaterapia

✓ Constelação Individual

Sexta

☑ Escuta Psicológica

☑ Biomagnetismo

Quarta

Manhã

07h00 às 08h30 • Acolhimento

08h30 às 10h00 • Grupo Empodere-se (Autoestima) Presencial

10h30 às 12h00 • Grupo Empodere-se (Autoestima) on-line

10h30 às 12h00 • Yoga

Tarde

14h30 às 16h30 • Grupo Amando-se e

Empoderando-se (Autoestima)

15h30 às 17h00 • Saudavelmente - Grupo on-line

(Autoestima) Noite

18h00 às 20h30 • Grupo Movimentos Sistêmico Constelação Familiar

Manhã

07h30 às 8h30 Meditação

08h30 às 10h00 • Saudavelmente - (Autoestima)

Tarde

14h30 às 16h30 • Escrita Terapêutica - (Autoestima)

15h30 às 17h00 • Trilhas (Jovens) - (Autoestima)

14h00 às 16h00 • Gastronomia Afetiva - EGA

Marrocos

09h00 às 16h30 • Terapias Integrativas

e complementares

Quinta

Manhã

07h00 às 08h30 • Acolhimento

08h30 às 10h00 • Terapia Comunitária

10h00 às 12h00 • Circuito de Cuidados

08h00 às 12h00 • Hortoterapia

Tarde

14h00 às 16h00 • Cine CAPS - Casa Ame (Arteterapia)

14h30 às 16h00 • Chá com histórias - Biblioterapia

Sábado

Manhã

08h00 às 09h00 • Biodanca - adulto

Acesse os grupos on-lines clicando no link da bio



85 9.8106.7178 Palhoca

85 9.9103-5745 Casa AME

