

Treino de Competências Pessoais

"Há sempre um caminho, com esforço iremos conseguir..." ☐

:: 1 de agosto de 2014 ::☐

Destinatários: *Utentes do Centro Porta Amiga do Funchal*☐

No âmbito do Protocolo com a AMI (Centro Porta Amiga do Funchal), realizou-se uma sessão destinada aos utentes, dinamizada pela psicóloga do SCP-UMa, Carla Vale Lucas.

"Há sempre um caminho" visou promover a importância da persistência e da definição de objetivos na superação das adversidades.

Para o efeito, utilizou-se os **benefícios da biblioterapia** (recorrendo a leitura de história e visionamento de pequeno filme, abrindo espaços para o diálogo e reflexão), bem como foram

realizados outros exercícios com os mesmos propósitos, nomeadamente, **exercícios de autoconhecimento** (forças e potencialidades), que constituem uma mais valia nesta caminhada.



Centro Porta Amiga do Funchal

"Há sempre um caminho. Com esforço iremos conseguir..."



Dia 01 de Agosto às 10h30, na Infoteca, atividade "Há sempre um caminho. Com esforço iremos conseguir..." com a colaboração da **Dr.ª Carla Vale Lucas do Serviço de Consulta Psicológica da Universidade da Madeira.**

Objetivos: Promover a importância da persistência, do esforço, da definição de objetivos, para superar as adversidades...

