

Ara que els efectes de la crisi han entrat amb més profunditat en la realitat econòmica de moltes persones i davant la recerca d'alternatives que ajudin a afrontar la situació per la qual passem, oferim el

programa de descomptes

el centre responsabilitat social

un servei per donar suport a les persones que no poden pagar una teràpia regular.

Teràpia individual descompte del 30 %

“l'ajuda mútua”

Grup de recolzament i creixement personal
quota lliure



C/ dels horts, 8 08530 la Garriga
(al costat de correus)
93 732 25 57 / 667 931815
www.justinoportillo.com

Teràpia individual

Descompte del 30% per:

aturats/des
pensionistes
menors de 18 anys.
dos o més usuaris de la mateixa família
més d'una sessió setmanal
persones amb discapacitat

La **teràpia individual** amb el programa "el centre-responsabilitat social" s'ofereix sota les condicions i requisits següents:

- La persona consultant ha d'anar amb el tema o assumpte que vulgui tractar el més definit possible, així com el que espera de la sessió i predisposició per al treball col·laboratiu.
- Els interessats han de demanar la cita i respectar l'horari.
- El pagament és en efectiu per la quantitat exacta.
- Aquesta teràpia té el gran avantatge de ser més barata que les opcions tradicionals.
- En alguns casos (a valorar pel centre) l'import d'aquesta teràpia s'ofereix a un "preu mínim" segons la capacitat de pagament individual. Si aquesta és la situació es limita: el nombre de sessions, el tipus de tècniques i metodologies, les hores i dies d'atenció.

Truca avui per **reservar la teva** cita i comença a millorar la teva vida
93 732 25 57 / 667 931815 1ª sessió informativa gratuïta

"L'ajuda mútua"

Grup de recolzament i creixement personal

Un taller per a: Augmentar la teva l'autoestima i acceptació, facilitar un millor coneixement d'un/a mateix/a, ajudar a gestionar les emocions. Desenvolupar els propis recursos i disposar d'estratègies i tècniques per obtenir les pròpies metes i superar les limitacions. Superar moments de la vida en que es troben malament. Resoldre problemàtiques personals. La millora de la capacitat de saber estar amb les altres persones d'una manera relaxada. Relacionar-se amb els altres gestionant el conflictes. Comunicar-te amb claredat i establir relacions amb amor. Per a la transformació personal, per a viure més plenament i construir el nostre futur.

Que fem: Activitats de comunicació per parelles o amb tot el grup. Activitats corporals de respiració i moviment. Exercicis d'atenció. Escenificacions, jocs, tècniques expressives i de creativitat.

Donem la benvinguda a totes les persones que volen créixer, compartir, curar i celebrar la vida. Busquen una nova forma de vida, amb sentiment de comunitat.

Horaris: Dilluns 15h a 16'30 h. Possibilitat d'obrir altres horaris

Preu: "l'ajuda mútua" s'ofereix a canvi d'una quota lliure.