



# Segurança Interna versus Segurança Externa

Nos tempos que correm, a cada dia nos deparamos com mudanças, algumas delas abalam profundamente a nossa vida, o desemprego, o corte nos salários e o corte dos subsídios, a incerteza económica generalizada, a morte e as doenças de familiares e amigos, a rotura de relações de casamento, namoro, amizade ou negócios, a separação de entes queridos e tantos outros acontecimentos na vida de cada um, afectam a nossa estabilidade interior e transformam o o nosso mundo "conhecido", em que o "certo" torna-se "incerto", o "seguro" passa a ser "inseguro". Sentimo-nos num barco á deriva, sem leme.

Face a este mundo em mudança a nossa segurança tem que ser cada vez mais uma segurança interior, uma força que está dentro de nós.

Como aceder a essa segurança interior?

Como treinar essa força que cada um tem?

Como ficar firme quando os nossos alicerces são abalados?

**Venha descobrir as respostas a estas questões neste Ws!**



**Sandra Veiga**

Licenciada em Economia  
Pós Graduação em Psicoterapia Somática em Biossíntese (5º grupo)  
Frequência do curso de TTTC - Teorias e Técnicas das Psicoterapias Corporais  
Curso Intensivo de Vegeto-terapia Carácter-Analítica  
Formadora Certificada



**Graça Mansos**

Licenciada em Direito, frequência da pós Graduação em Psicologia da Consciência, promovida pela Universidade Autónoma. Formadora, com larga experiência na monitorização de ações de formação profissional.  
Pós Graduada em Psicoterapia Somática em Biossíntese (5º grupo), e frequência do curso de TTTC - Teorias e Técnicas das Psicoterapias Corporais  
Curso Intensivo de Vegetoterapia Carácter-Analítica.  
Formadora Certificada

**Data:** 4 de Agosto 2012

**Local:** Av. 5 de Outubro 122 - 4º Andar

**Horário:** 10h - 13h e das 14h - 17h

**Preço:** 35 € associados do CPSB

40 € não associados do CPSB

**minimo de 10 participantes**

**Inscrições:** [sandra.veiga.a@gmail.com](mailto:sandra.veiga.a@gmail.com)  
910533368 / 961733444

[graça.mansos@gmail.com](mailto:graça.mansos@gmail.com)  
914907805



CENTRO DE PSICOTERAPIA  
SOMÁTICA EM BIOSÍNTESE  
Psicoterapia Corporal