

Hablar es Sanar

Un grupo para amigos, familia y sobrevivientes de trauma

LOS MIÉRCOLES, 2:30PM-4:00PM

Un grupo donde podemos reunirnos para aprender y discutir lo que es el trauma y como nos afecta. La inmigración, la violencia, el abuso u otras experiencias pueden tener un gran impacto en la vida.

Fechas y Temas

4 de abril:	Los afectos de trauma
11 de abril:	La atención plena
18 de abril :	Manejar vs. Sanar
2 de mayo:	Lo que ayudo y lo que dolio
9 de mayo:	Estrategias de sanar
16 de mayo:	Los limites
23 de mayo:	La perdida



Hospedado por
**Trauma
Healing
Project**

Promover la salud
y el bienestar
individual y
comunitario



Trauma Healing Project
2222 Coburg Rd.
Suite 300
Eugene, OR 97401
541-687-9447

Para RSVP o para más
info, llame:
Aleksandria Perez
949-228-7239