

Hablar es Sanar

Un grupo para amigos, familia y sobrevivientes de trauma

LOS MARTES, 1:00PM-2:30PM

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

16 de enero:	Los afectos de trauma
23 de enero:	La atención plena
30 de enero:	Manejar vs. Sanar
6 de febrero:	Lo que ayudo y lo que dolio
13 de febrero:	Estrategias de sanar
20 de febrero:	Los limites
27 de febrero:	La perdida
6 de marzo:	El futuro



Hospedado por
**Trauma
Healing
Project**

Promover la salud
y el bienestar
individual y
comunitario



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

Para RSVP o para más
info, llame:

Aleksandria Perez
949-228-7239