
REVISTA

LUGAR SEGURO

Nº30 & 31 | JULHO & AGOSTO | 2018



LUGAR SEGURO[®]

clínica de psicologia e hipnose clínica

o seu porto de abrigo

ÍNDICE

03 APRESENTAÇÃO

Mensagem do Diretor Clínico

04 SERVIÇOS EM DESTAQUE NA LUGAR SEGURO

As “nossas” pessoas

06 EVENTOS

Colónia de férias I

08 EVENTOS

Colónia de férias II

14 TESTEMUNHOS

Testemunho da Quinta Maria Luísa

18 SERVIÇOS LUGAR SEGURO

20 PARCERIAS



Dr. Carlos Castro

Diretor Clínico

Caros amigos(as),

É com muito imenso prazer que, nesta edição da sua revista Lugar Seguro dedicamos todas as rubricas... às pessoas. Recordando que todas as pessoas são únicas e especiais, como tal, todas merecem ser tratadas de acordo com as suas características e facetas da sua personalidade.

O convívio com determinadas pessoas, sem dúvida, coloca a nossa vida sobre perspetiva e se realmente estivermos atentos e recetivos podemos aprender muito sobre a beleza da vida.

Tivemos esse privilégio, na Quinta Maria Luísa, durante os meses de Julho e Agosto.

Nos eventos I a “Aventura na Quinta” foi efetuada sempre com muita diversão e alegria e provas de grande mestria por parte dos participantes, cujas idades compreendiam entre os 8 e os 14 anos. Recordar os momentos de criança e perceber que podemos e devemos escutar a nossa criança interior e dar asas aos nossos sonhos.

Nos eventos II, a colónia de férias e a Quinta Maria Luísa, foi reservada para jovens e adultos com necessidades especiais. Deixamos as fotos como prova de momentos bonitos, repletos de alegria e boa disposição de todos os participantes. Uma aprendizagem de vida para todos os terapeutas que tivemos a oportunidade de conviver com eles. O nosso muito obrigado por todas as lições de vida e gratidão que nos ensinaram, por serem únicos e especiais como todos nós.

Como alguns “Aventureiros” não conseguem expressar por escrito como se sentiram nestas férias pedimos aos pais, que os conhecem, os compreendem para além das meras palavras, que nos dessem o seu testemunho sobre esta “Aventura na Quinta”. Na rubrica “testemunhos da Quinta Maria Luisa”.

A todos os pais o nosso agradecimento sincero, pela confiança e amabilidade em nos confiar os vossos filhos. Obrigado!

Desejos de uma entrada no Outono com alegria e paz interior.

Abraço amigo,

SERVIÇOS EM DESTAQUE NA LUGAR SEGURO



QUINTA MARIA LUÍSA

Esta edição da nossa revista é uma edição especial, como o foram todos os momentos vividos neste Verão. Momentos especiais, com uma equipa especial em vivência, convivência e partilha com outras pessoas especiais.

O que vamos destacar nesta edição? Vamos destacar o mais importante para nós – estas pessoas – as suas palavras, emoções, sentimentos e momentos.

As suas palavras, os seus testemunhos e imagens, muitas imagens de momentos fantásticos! Dizem que uma imagem vale mais que mil palavras, talvez, mas no caso, muitas destas imagens não expressam em pleno o tanto que foi vivido.

Nós, Lugar Seguro e Quinta Maria Luísa, desejamos que ao ler estas palavras e ver estas imagens possa sentir um pouco de toda a gratidão, felicidade e crescimento que tivemos o privilégio de vivenciar ao longo deste intenso Verão.

SERVIÇOS EM DESTAQUE NA LUGAR SEGURO



Sem dúvida uma edição diferente, cujos protagonistas são as pessoas!

Sabe que na Lugar Seguro privilegiamos as pessoas e o cuidado de excelência que desejamos prestar, mas nesta edição é um pouco diferente – Estas pessoas mostram-nos o tanto que ainda temos para aprender sobre o mundo em vários mundos. São elas o destaque, porque são elas que nos ajudam a crescer, a desejar ser melhores a cada dia e nos ensinam o quanto somos pequenos. São elas que nos ensinam a dar valor ao que realmente tem valor.

Vamos desfrutar da vida e aprender a viver com as diferentes cores que cada um destes mundos oferece ao mundo.

E no final, quando terminar de ler, que se destaque o seu sorriso com a emoção das palavras e imagens que desfrutou.

Venha conhecer-nos e seja uma pessoa das “nossas”;

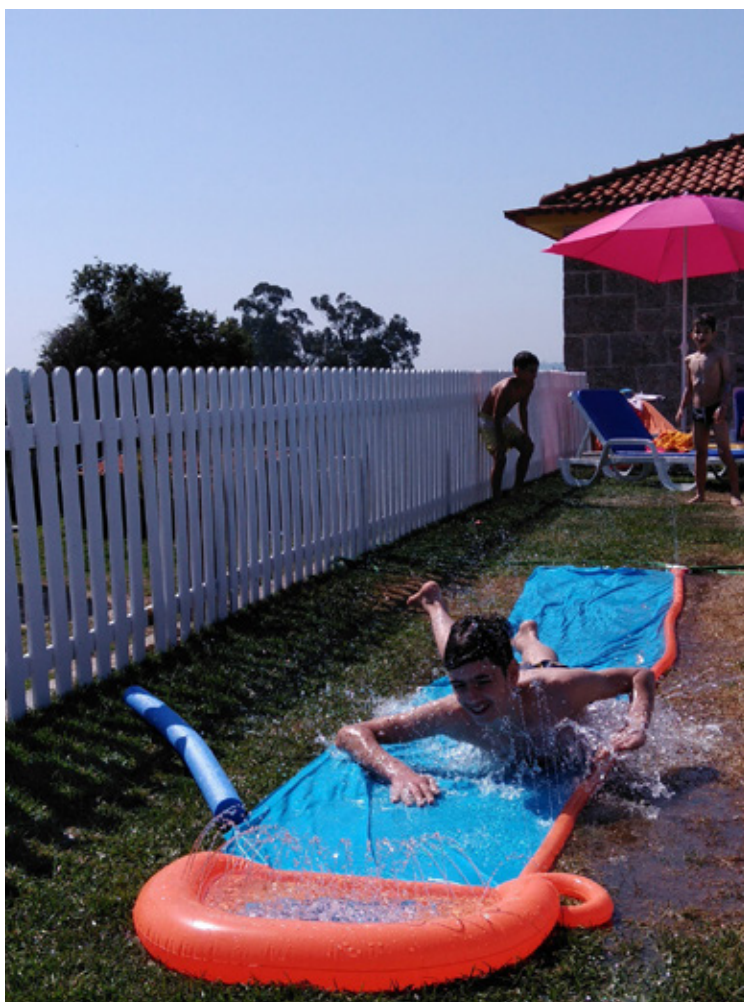
www.quintamarialuisa.pt;

255 963 052;

916 826 199;

geral.quintamarialuisa@gmail.com

EVENTOS COLÓNIA I



O mês de Julho foi preenchido de muita animação!

Muitas brincadeiras, gargalhadas... Muita, muita diversão!

Realizamos a colónia de férias “Uma aventura na Quinta” e foi com muita alegria que recebemos os nossos aventureiros.

Eles cozinham, pintaram, fizeram jogos tradicionais, experiências científicas, também houve tempo para os jogos tecnológicos, e claro, a atracção principal – a piscina – onde passaram grande parte do tempo em grande brincadeira.

EVENTOS COLÓNIA I



“Se deseja oferecer férias diferentes ao seu aventureiro, contacte-nos! Na Quinta Maria Luísa damos asas aos seus sonhos! Esperamos por Si...com o Sorriso de Sempre!

www.quintamarialuisa.pt;

geral.quintamarialuisa@gmail.com;

<https://www.facebook.com/>

[Quinta-Maria-Luisa-304486866693621/](https://www.facebook.com/Quinta-Maria-Luisa-304486866693621/);

255 963 052

916 826 199

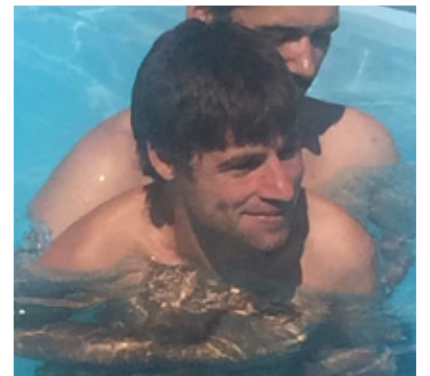
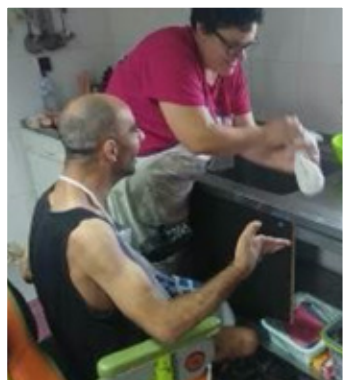


Para lembrança, deixamos aqui alguns desses momentos.

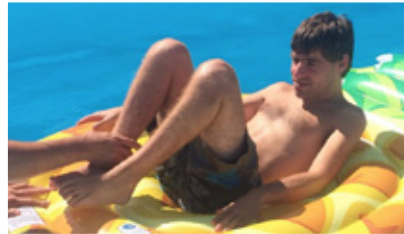
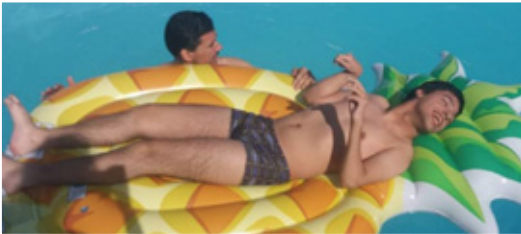
E caros aventureiros, para o ano há mais!

Esperamos por vocês...com a alegria de Sempre!

EVENTOS COLÓNIA II



EVENTOS COLÓNIA II



O mês de Agosto foi para nós inesquecível...intenso!

Realizamos a nossa primeira colônia de férias para crianças/jovens/adultos com necessidades especiais.

Foi um enorme desafio, mas acredito que podemos dizer de coração cheio que foi uma Missão Cumprida!

Um mês preenchido de momentos especiais com pessoas especiais!

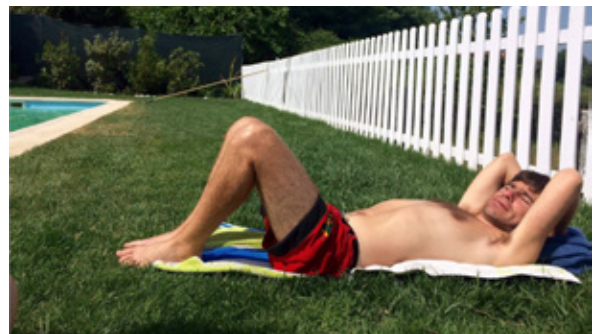
Pessoas essas que irão ficar guardadas no nosso coração e das quais já sentimos saudades.

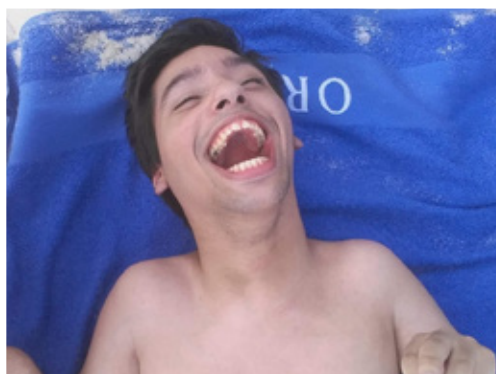
Obrigada também a estes pais guerreiros pela confiança! Obrigada a estas pessoas especiais por tantos momentos maravilhosos e por nos terem permitido crescer tanto!

Deixamos aqui alguns desses momentos, que não refletem totalmente a grandiosidade de tudo aquilo que vivemos, mas que retratam um pouco da nossa vivência.

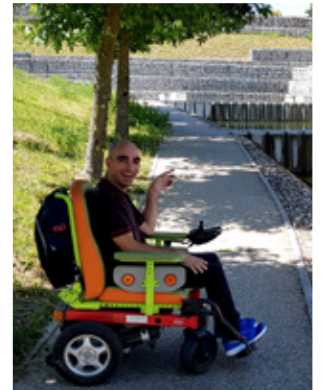
Este foi um desafio aceite a medo, mas de coração e entrega total e com a certeza agora de que estes jovens e pais já fazem parte desta grande família que é a Lugar Seguro em conjunto com a Quinta Maria Luísa.

Obrigada pela maravilhosa oportunidade com a qual fomos presenteados!





EVENTOS COLÓNIA II





A nossa colónia de férias não teria sido possível sem a existência de uma equipa de profissionais maravilhosos e incansáveis que se entregaram de alma e coração.

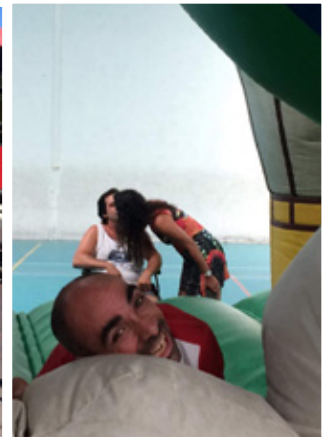
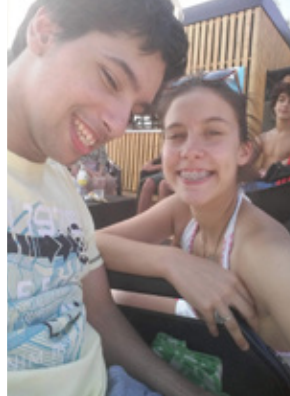
Tudo isto só foi possível graças ao seu carinho, dedicação e profissionalismo que colocaram em cada momento, em cada actividade, em cada gesto.

A todos eles o nosso muito obrigado - vocês são uns heróis! Não há palavras para expressar a vossa dedicação a esta maravilhosa missão.

A todas estas pessoas especiais, com as quais partilhámos este maravilhoso mês de Agosto, a nossa gratidão, o nosso carinho e um até breve!



EVENTOS COLÓNIA II



TESTEMUNHOS DA QUINTA MARIA LUÍSA



É nada melhor que deixarmos aqui as palavras e emoções de alguns pais destes nossos aventureiros que tornaram o nosso mês inesquecível.

É desta forma que desejamos que a nossa revista seja preenchida este mês, tal como ficou o nosso coração por tanto que vivemos.

Obrigada a todos os pais pela confiança depositada em toda a equipa! Obrigada a estes pais pelo seu testemunho e um até breve!

“Este post seria um post como outro qualquer se o seu objectivo não fosse falar sobre um projecto que existe no nosso país e que vale a pena ser conhecido e valorizado.

O mês de Agosto é o mês de férias para a grande maioria das famílias em Portugal, mas férias nem sempre significam lazer, mais tempo para descanso e recarregar de energias nas famílias onde no seu seio há membros com maiores desafios e dificuldades de autonomia.

Conheci o conceito de férias rurais para pessoas com maiores desafios na vida em termos de sobrevivência e autonomia (não gosto especialmente do termo ou designação pessoas especiais, porque especiais somos todos e cada um à sua maneira) através da Celmira Macedo. Já tinha ouvido falar do projecto e no ano transacto, apesar dos medos que me invadiam em deixar o meu filho durante uma semana num campo de férias arrisquei, pois amor significa também “libertar”.

Os nossos filhos independentemente do quadro clínico que possam apresentar necessitam, quanto a mim, de sentir que conseguem sobreviver, estar em plenitude e felizes junto de outros, sem a constante presença de seus pais. Temi, arrisquei e surpreendi-me. O meu filho não só sobreviveu, como retornou feliz da experiência.

Este ano, por razões de saúde, as férias rurais desenvolvidas pela Celmira Macedo não se realizaram, mas foi-me indicada a Quinta Maria Luísa para que o meu filho pudesse de novo ter uma experiência enriquecedora de férias em autonomia e com oportunidade de desenvolvimento de competências de maior integração e socialização, num ambiente com novas personagens, não necessariamente do seu núcleo familiar. De novo, o medo espreitou enquanto mãe, pois, mais uma vez, era chamada a sair da minha zona de conforto e o meu filho também. Confiei contudo e inscrevi o João na colónia de férias desta vez orientado pela Ana Paula Leite. Durante os dias que o João permaneceu junto da natureza, o sorriso no seu rosto era uma constante nas fotografias que me eram enviadas com regularidade, pela Ana, e os telefonemas diários tranquilizavam qualquer inquietação.

No fim de semana transacto fui buscar o meu filho e esperava por mim um João tranquilo, relaxado, feliz e com um brilho no olhar. Todos estes sinais exteriores evidenciam a qualidade deste projecto, dos profissionais e respectiva equipa que o integram e das instalações onde decorreu a ativi-

TESTEMUNHOS

dade de férias. Enquanto mãe fica aqui o meu agradecimento à Celmira Macedo pela génese das férias rurais para quem é mais frágil em termos físicos ou psicológicos na nossa sociedade, à Quinta Maria Luísa e Ana Paula Leite pela coragem em dar continuidade ao projecto iniciado e pela tranquilidade que sempre emanou num projecto tão audaz.

Em Portugal há pessoas, lugares e projectos que fazem a diferença. Este é um deles. Em breve falarei de outro que habita no meu coração e que me é muito querido também.

Em Portugal há esperança para a diferença!"

(Helena Costa, mãe do João C.)

"Quando fui tive um pouco de medo, porque não sabia com quem ia estar, acho que isso é normal, mas

gostei muito de os conhecer e de estar aí, são muito acolhedores e responsáveis. Senti-me em família, muito acarinhado, vivi experiências únicas e muito enriquecedoras, que só uma equipa fantástica como a da Quinta Terapêutica e Pedagógica Maria Luísa sabe proporcionar.

Saí daí muito feliz e mais rico, porque a maior riqueza está na amizade e não me sentir diferente, apesar das minhas limitações.

Agradeço a Deus por os ter conhecido e pelos fantásticos momentos que me proporcionaram.

Através de vocês descobri vários caminhos para a felicidade, consegui pedir o divórcio à tristeza.



Aconselho toda a gente a passar aí férias, tem uma equipa extraordinária, muito competente e amiga. Na Quinta Terapêutica e Pedagógica Maria Luísa estão em família, estão com amigos/companheiros.

Para o ano vão-me grammar outra vez...

Com amizade e muitas saudades,"

(Paulo G.)

"O nosso filho passou ao todo 3 semanas na colónia de férias da Quinta, oferecendo tanto a nós pais, um período de descanso importante como ao Bruno, no ambiente calmo e muito familiar da Quinta.

A equipa revelou-se muito carinhosa e orientada para as necessidades específicas de cada utente, num programa estruturado, mas com tempo e espaço suficiente para actividades individuais, contribuindo para que o Bruno e cada outro utente tivesse uma estadia agradável.

O "rapaz da areia" voltou assim à nossa casa notavelmente calmo e bem disposto, e se bem que ele não consiga falar das suas férias, pois tem autismo não-verbal, falam por si todas as fotos com ele a sorrir e o contacto directo com a equipa que esteve sempre disponível para os pais.

Recomendamos plenamente a Quinta Maria Luísa, um lugar muito especial para crianças e adultos muito especiais!

(Alexandra e Dirk T., pais do Bruno)

"Como mãe e encarregada de educação do João reconheço todo o trabalho desenvolvido com o meu filho durante a primeira quinzena de agosto! O João manifestou bem estar desde o início e o bom acolhimento de todos favoreceu uma permanência baseada no conforto e no prazer de gozar um período de férias sem a presença dos pais.

Esta "autonomia" fomentou um crescimento que, atualmente, é visível na atitude do João nas suas rotinas. Um dos

TESTEMUNHOS



indicadores dessa autonomia foi a recepção que o João nos fez após quinze dias de ausência! Pela naturalidade da sua postura parecia que nos tinha deixado nesse dia de manhã, este acolhimento é demonstrativo do bem estar que usufruiu durante a permanência na Quinta Maria Luísa e com a respetiva equipa. Este grupo de técnicos conseguiu a qualidade descrita pela articulação que implementou ao longo do projeto e na concretização das diversas atividades que incluíram o plano de ação da quinzena.

O João sendo um menino muito afetuoso, conquistou o seu território e cresceu com o carinho de toda a equipa desde a funcionária da cozinha até aos técnicos especializados que o acompanharam vinte e quatro horas ao longo de quinze dias. Como pais sentimos que o nosso filho estava bem e usufruímos esse bem estar do João à distância sentindo que tudo estava em harmonia.

É de enaltecer o esforço de todos, pois foi a primeira aventura desta equipa ao abraçar este projeto pioneiro a nível nacional ao assumir a qualidade de um período de férias que representa uma emancipação temporária para o João e respetiva família.

Obrigada por tudo e até à próxima aventura na Quinta Maria Luísa!

Beijinhos para todos!

(Manuela C., mãe do João C.)

“Estimada Dra. Ana e equipa

Muito obrigada pelo filme do Marco, gosto muito e agradeço o trabalho que vocês tiveram.

O que posso dizer sobre a equipa são espetaculares, com muito coração, deram tantos mimos ao Marco, que não há palavra para descrever o que eu sinto. Foram férias memoráveis.

As instalações são ótimas, só posso dizer que aconselho a todos os pais a fazerem uma visita à Quinta Maria Luísa e deixar o filho passar uma aventura especial.

O Marco voltava já hoje outra vez, noto que ele sente falta de vocês todos

Um grande abraço e beijinhos”

(Ursula e Marco)

“O nosso filho Vasco tem autismo e toda a equipa da Quinta Terapêutica e Pedagógica Maria Luísa foi incansável para que ele pudesse aproveitar as actividades desenvolvidas.

Foi um desafio muito grande receber o nosso filho, com todas as suas particularidades, desafio bem conseguido.

Em primeiro lugar agradecer à Dra. Ana Leite e ao Dr. Carlos Castro pela coragem e entrega nesta aventura!



TESTEMUNHOS

Sublinhar a dedicação do monitor Dr. Micael pelo cuidado que diariamente nos transmitia com tranquilidade os pormenores de como tinha decorrido o dia do Vasco

Tivemos a oportunidade de sentir que ele foi bem-recebido por todos.

Para nós como pais, conhecendo bem o nosso filho e sabendo que há sempre momentos difíceis todos os dias, é com muita gratidão que reconhecemos que esses momentos foram ultrapassados por toda a equipa e que o continuaram a acarinhar sempre.

Agradecer também o olhar atento para todos os pormenores e a partilha desses momentos, registados em vídeo com os pais.

Assim queremos dizer um grande obrigado a todos os que sabemos o nome e tivemos o prazer de conhecer e todos os outros que ajudaram o nosso filho e que não conhecemos.

Atenciosamente”

Teresa e Pedro Sabino (Pais do Vasco)

“Nós pais e o Hugo estamos muito felizes com esta experiência! Ele veio muito feliz, muito calmo e cheio de sorrisos! Claramente o resultado de se ter sentido bem e



acarinhado! Por isso também nós estamos felizes.

6 ESTRELAS!!! Verdadeiramente 6 estrelas! A Equipa é fantástica, muito empenhada, muito cuidadosa e muito carinhosa. O Hugo adorou a experiência e já pergunta quando voltará. O Espaço é fabuloso, fica a “dois passos” da cidade (Porto) mas com a tranquilidade do campo. Recomendo Vivamente! E de certeza que o Hugo voltará!”

Ana F. (Mãe do Hugo)

“Esperamos por Si para uma nova aventura...com o Sorriso de Sempre!”

www.quintamarialuisa.pt;

geral.quintamarialuisa@gmail.com;

<https://www.facebook.com/>

[Quinta-Maria-Luisa-304486866693621/](https://www.facebook.com/Quinta-Maria-Luisa-304486866693621/);

255 963 052

916 826 199





SERVIÇOS LUGAR SEGURO

A Clínica Lugar Seguro situada na cidade do Porto, para além do serviço de consultas de diversas especialidades possui também a valência de Internamento na Quinta Maria Luísa, que se situa em Paços de Ferreira.

Na Lugar Seguro o foco primordial são as pessoas e o seu bem-estar físico, mental, social e espiritual. Por isso mesmo, prima pela excelência dos seus serviços e dos profissionais que integram a sua equipa.

Muito mais que uma clínica, a Lugar Seguro é uma grande família, pela proximidade e entrega aos seus pacientes.

Proporcionando um acompanhamento personalizado e uma perspetiva multidisciplinar, respeitando sempre o outro e a sua individualidade.

A Lugar Seguro desenvolve trabalhos de investigação em diversas áreas para que possa dar aos seus pacientes mais e melhores estratégias e acompanhamento para que alcancem a harmonia nas suas vidas.

Apresentamos abaixo alguns dos serviços que poderá encontrar no seu lugar seguro.

• Consultas de Psicologia Clínica e Hipnose Clínica

Prática de terapêuticas individuais para tratamento de todo o tipo de perturbações do foro psicológico, como por exemplo a depressão, ansiedade, perturbações alimentares, luto, adições (tabaco, álcool, drogas ...). Utilizando técnicas da psico-

logia e da hipnose clínica tendo sempre como principal objetivo o restabelecimento mais célere e efetivo do paciente.

As técnicas terapêuticas utilizadas pelos nossos psicólogos e terapeutas são baseadas na mais recentes investigações e com os resultados comprovadamente apresentados de forma a poder ajudar mais eficazmente e de uma forma mais célere os nossos pacientes.

• Internamentos / Tratamentos Quinta Maria Luísa

Acompanhamento diário de pacientes que inseridos num ambiente saudável possam além da terapia, criar vínculos fortes e positivos acerca das suas próprias valências e capacidades de realização.

Os pacientes possuem planos de atuação sobre determinadas áreas que neste contexto da Quinta Maria Luísa deverão executar e cumprir, de forma orientada, mas sempre pela sua própria mão, contribuindo dessa forma para uma auto-confiança e capacidade de realização pessoal.

As funções de “cuidar”, ser “responsável” por algo, proporciona flexibilidade mental que ajuda nas conexões neuronais para o encontro da sua própria recuperação.

O ar livre e a sensação de liberdade que a própria natureza transmite é essencial para a atitude mental de recuperação exigida num estado sem recursos.

O exercício físico que a Quinta Maria Luísa permite ao ar livre fornece a ativação da energia

SERVIÇOS LUGAR SEGURO

que é fulcral para o restabelecimento da saúde mental.

O sossego, a tranquilidade e o ar saudável da Quinta Maria Luísa por si só, fornece as condições propícias à recuperação da saúde dos indivíduos.

O procedimento terapêutico poderá funcionar também em termos de internamento de forma a alavancar a recuperação e o indivíduo dedicar-se à sua recuperação a 100% num ambiente saudavelmente protegido.

• Avaliação psicológica

A avaliação psicológica é um método científico de observação e análise do funcionamento psicológico de uma pessoa. O processo de avaliação decorre ao longo de um número restrito de consultas, consistindo numa entrevista clínica e da aplicação de testes e provas psicológicas, tendo em vista a elaboração de um relatório de avaliação psicológica

• Rastreio Cognitivo

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a cada quatro segundos uma pessoa é diagnosticada com demência no mundo. As demências caracterizam-se pelo declínio das funções cognitivas, pelo que é de extrema importância o rastreio cognitivo, de modo a ser identificada precocemente para minimizar e retardar os efeitos da patologia.

É recomendado em qualquer caso onde exista suspeita de uma dificuldade cognitiva, comportamental ou emocional auxiliando no diagnóstico e tratamento de diversas patologias.

• Reabilitação cognitiva

Reabilitação em todas as faixas etárias com programa específico de reabilitação para os

séniore tanto a nível cognitivo como no aumento de qualidade de vida, através de técnicas de out door criadas exclusivamente para esse efeito.

• Terapia familiar e de casal

Sublinhando uma abordagem interpessoal ou relacional, trabalha no sentido da identificação de problemas comunicacionais que muitas vezes acabam por criar um círculo vicioso, fomentando um mal estar e a impossibilidade de se crescer na e com a relação.

Com a ajuda de um profissional, o indivíduo consegue não só lidar como ultrapassar a maioria das suas dificuldades e “nós” relacionais.

• Terapia Infantil em processos de divórcio

Com uma abordagem quer individual e centrada na criança, quer mais sistémica e centrada na família e na resolução de algumas falhas comunicacionais, ajudamos as nossas crianças a serem mais felizes.

• Mediação Familiar

O divórcio é também um fenómeno emocional, afetivo e cultural, envolvendo na maioria das vezes uma ou mais crianças que sem serem auscultadas se vem perdidas no meio de discussões e usadas como armas de ataque ao companheiro/a. Sendo esta uma realidade complexa e dolorosa mas minimizável, oferecemos, serviços altamente especializados no acompanhamento as crianças e aos pais (Incluindo a mediação familiar) no intuito de promover um salutar desenvolvimento emocional da criança e potenciar as capacidades parentais.

• Orientação vocacional e profissional

Esta especialidade visa dar resposta às indeci-

SERVIÇOS LUGAR SEGURO

sões que surgem em jovens ou adultos relativamente ao rumo a dar à sua carreira académica e/ou profissional. Através da orientação vocacional e profissional, pretende-se dar uma resposta às necessidades identificadas pelo indivíduo, fazendo uma avaliação que permita analisar o que o motiva, ou seja, os seus interesses e também identificar que áreas apresentam uma maior facilidade de aprendizagem, isto é, as suas aptidões.

• Avaliação psicológica de candidatos a condutor e condutores

O exame psicológico pode ser realizado até 6 meses, que antecedem as idades obrigatórias para as respetivas categorias. O exame psicológico é constituído por uma entrevista psicológica e um conjunto de provas, em que são avaliadas as seguintes áreas: perceptivo-cognitiva, psicomotora e psicossocial e os seus resultados indicam a presença/ausência de aptidões mínimas indispensáveis para um desempenho adequado do condutor.

No âmbito da Psicologia do Tráfego, a Avaliação Psicológica de Condutores assume assim um papel fulcral na prevenção rodoviária.

Segundo o decreto-lei nº 37/2014, a Avaliação Psicológica de Candidatos a Condutor e Condutores deve ser realizada por psicólogos no exercício da sua profissão, pelo IMT – Instituto de Mobilidade dos Transportes, ou por entidades designadas por este. Na Lugar Seguro poderá contar com uma avaliação competente, reconhecida e de acordo com as normas do IMT.

• Banda Gástrica Virtual (BGV)

Aplicação de tratamentos com base em reprogramação subliminar por hipnose clínica no emagrecimento, sem dietas, medicamentos, sem efeitos secundários, sem sacrifícios e privações e com

resultados garantidos em todo o mundo.

• Nutrição

Um acompanhamento nutricional personalizado vai ajudá-lo(a) não só a atingir o peso que deseja como a mantê-lo ao longo do tempo. Adquirir um estilo de vida mais saudável com bons hábitos alimentares é a base de todo o processo. A nossa missão é que se sinta bem continuamente por dentro e por fora.

• Reiki

O Reiki é procurado por homens e mulheres de todas as idades, sendo especialmente indicado para o tratamento de stress, depressão, ansiedade, insónia, para diminuir o ritmo cardíaco e a pressão arterial, melhorar o sistema imunitário (para que funcione corretamente), aliviar dores (incluindo as crónicas) e tensão muscular.

• Cura Reconnectiva

Estudos científicos realizados até ao momento defendem que as Frequências de Luz só recentemente estão disponíveis no Planeta, a que todos nós podemos aceder, sendo que, o contacto com estas frequências é naturalmente benéfica pois interage ao nível do ADN Humano e são facilitadoras de processos de cura, que podem ocorrer a nível físico, mental e/ou espiritual.

A nossa equipa é constituída por profissionais motivados e talentosos e todos partilhamos do mesmo desejo e objetivo:

Ajudar as pessoas a encontrarem a sua Grandeza e direito a serem Felizes!

Marque já a sua consulta e comece a fazer as mudanças que precisa para ser Feliz!!

Esperamos por si...com o Sorriso de Sempre!

SERVIÇOS LUGAR SEGURO

• A Terapia Sacro Craniana

Trata-se de uma terapia manual, que promove o bem-estar físico e emocional através do equilíbrio entre a produção, a excreção e o movimento do líquido cefalorraquidiano, através de um contacto muito suave e leve (idealmente de 5 gr), em pontos estratégicos do sistema sacro craniano, composto por estruturas ósseas (ossos do crânio, vértebras e sacro), pelas meninges crânio-espinhais e pelo líquido cefalorraquidiano, que envolve e protege o encéfalo e a espinhal medula.

Anatomicamente o sistema sacro craniano relaciona-se com os sistemas de autorregulação do nosso organismo, ou seja, relaciona-se com o sistema nervoso, com o sistema circulatório, com o sistema imunitário e o sistema linfático, que nutrem e protegem todos os elementos do nosso corpo, criando um ambiente propício ao seu bom funcionamento. Através desta relação anatómica, a terapia sacro craniana é capaz de promover o bem-estar físico e emocional, em particular a pessoas que se sintam fatigadas e doentes.

• Terapia da Fala

O Terapeuta da Fala é o profissional responsável pela prevenção, avaliação, diagnóstico, tratamento e estudo científico da comunicação humana e perturbações relacionadas com a fala e a linguagem.

Neste contexto, a comunicação engloba todas as funções associadas à compreensão e à expressão da linguagem oral e escrita, assim como todas as formas de comunicação não verbal.

Áreas de Intervenção

- Perturbações da Fala (articulação, gaguez) e da Linguagem (atrasos de desenvolvimento da linguagem)

- Perturbações relacionadas com as funções auditivas, visual e cognitiva (incluindo as dificuldades de aprendizagem)
- Perturbações ao nível oro-muscular, mastigação, deglutição, respiração e voz.
- Perturbações relacionadas com a comunicação e a sua eficácia nos mais variados contextos.

Modalidades de intervenção

No âmbito das perturbações da comunicação humana, a intervenção terapêutica pode ser direta e indireta. Envolve terapia, reabilitação e reintegração no meio social e profissional. Intervenção precoce, orientação e aconselhamento a familiares, pais e professores.

Populações Alvo

Todas as faixas etárias, desde o bebé ao adulto idoso.



Rua Julio Dinis N 748, 3 Andar Sala 311

Parque Itália 4050-012 PORTO

Contactos: 915 100 103 ou 223 267 608

geral@lugarseguro.pt; www.lugarseguro.pt;

<https://www.facebook.com/lugarseguro.pt/?ref=hl>



Quinta Maria Luísa, rua da vila, s/n, 4595-300,

Penamaior, Paços de Ferreira

Contactos: 255 963 052 ou 916 826 199

geral.quintamarialuisa@gmail.com

<https://www.facebook.com/quintamarialuisa.pt/>

PARCERIAS



ORDEM
DOS
ENGENHEIROS



Final Website
Agência Webdesign

zen | COMMUNICATION
Going further



CONTACTOS

Rua Júlio Dinis N 748, 3 Andar Sala 311
Parque Itália
4050-012 PORTO
Tel.: +351 223267608
Tlm.: +351 915100103
www.lugarseguro.pt
geral@lugarseguro.pt

Quinta Maria Luísa , Rua da Vila, s/n ,
4595-300, Penamaior, Paços de Ferreira
Tel.: +351 255 963 052
Tlm.: +351 916 826 199
www.quintamarialuisa.pt
geral.quintamarialuisa@gmail.com



Com a apresentação deste voucher a clínica Lugar Seguro tem o prazer de oferecer **30% de desconto** na primeira consulta de qualquer especialidade.

Esperamos por si...com o sorriso de Sempre!