

# ENCONTRAR FORÇAS NO SENHOR

## RESILIÊNCIA EMOCIONAL



### Como o grupo de resiliência emocional vai me ajudar?

Este grupo vai ajudá-lo a aprender habilidades espirituais e práticas para cuidar melhor de seu corpo, sua mente, suas emoções e seus relacionamentos. Essas reuniões serão um lugar seguro para o compartilhamento sincero, pois este grupo segue princípios de confidencialidade e usa linguagem e comportamento que convidam o Espírito.

### Quem deve participar do grupo?

Todas as pessoas poderão ser beneficiadas com o conteúdo desse material ao aprenderem habilidades básicas para lidar com os desafios da vida.

## ENCONTRAR FORÇAS NO SENHOR

### RESILIÊNCIA EMOCIONAL



## COMO PARTICIPAR

Nome da estaca:

Dia:

Horário:

Endereço:

Dúvidas? Fale com o(a) Especialista de Autossuficiência da sua unidade.