

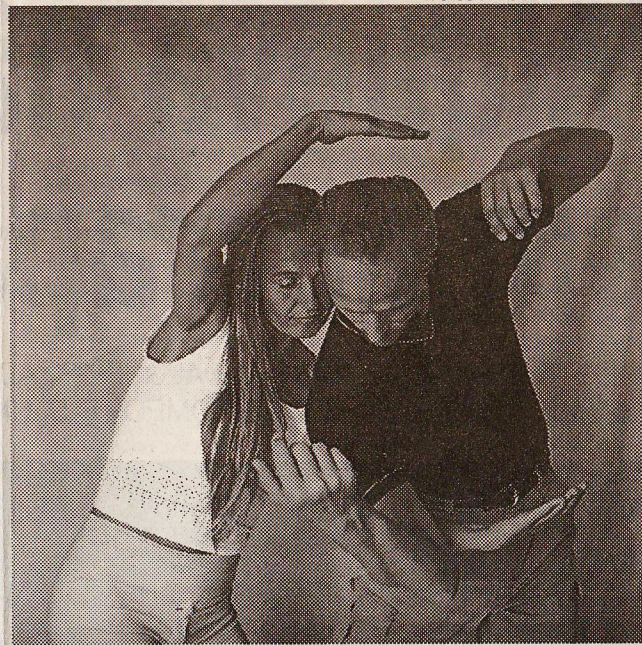
FOTOGRAFIAS DE ALBERTO PICCO

Plano PT17
para empresas

Porto-Aveiro:
17\$/min.

Até ao fim de semana de activação e IVA. Aplicável apenas a clientes com um mínimo de 20 minutos de consumo telefónico mensal no País e na rede PT.

PT 23 24 25



Plano PT17
para empresas

Faro-Funchal:
17\$/min.

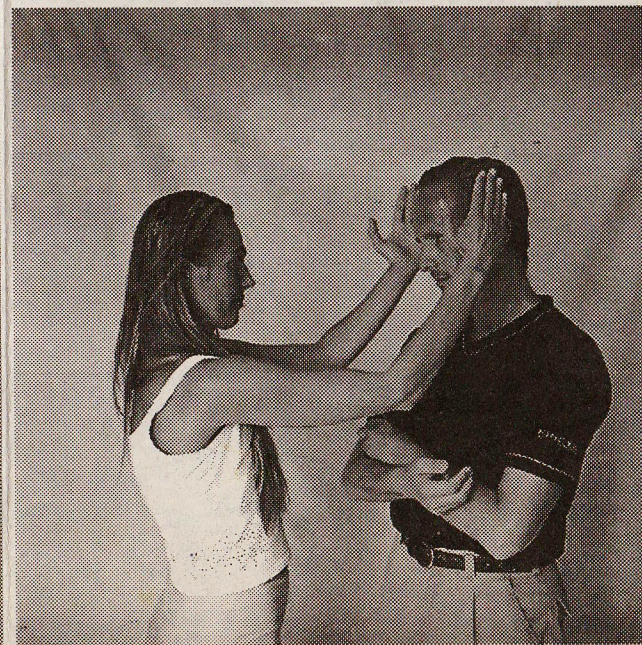
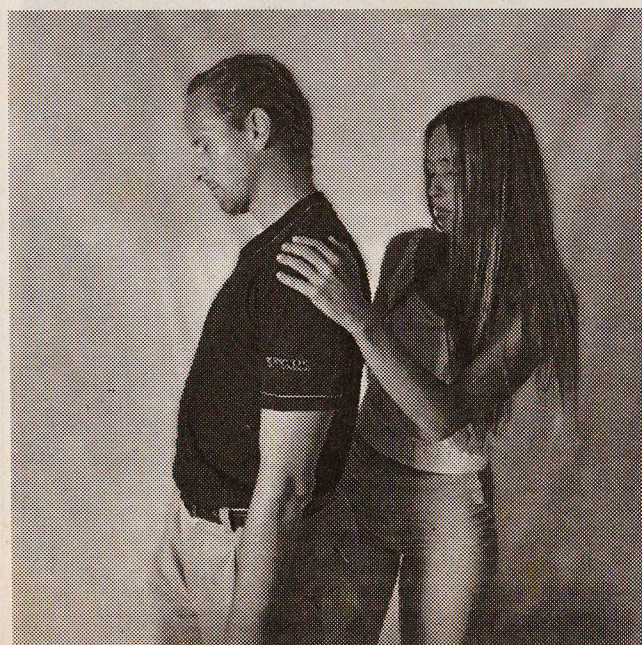
Até ao fim de semana de activação e IVA. Aplicável apenas a clientes com um mínimo de 20 minutos de consumo telefónico mensal no País e na rede PT.

PT 23 24 25

A grande libertação

Bastava-lhe dar um passo para passar para o outro lado de uma barreira de almofadas. Ria-se, porque achava que conseguia, mas Sandra, chamemos-lhe assim, corria e parava junto às almofadas. Foi através daquele movimento que Sandra se apercebeu da sua limitação. As almofadas dividiam o espaço em dois – Torres Novas e Lisboa, por exemplo. Ela tinha por resolver a dualidade entre as vidas que levava numa cidade e noutra.

“É o impacto da incapacidade. Perceber o porquê, ir ao passado como forma de benefício para o futuro. É tudo uma questão de poder interior. Vem tudo de dentro. Ao conseguir atirar as almofadas para o chão, aprendi a direccionar a raiva. As emoções, os passos a dar, estão dentro de nós.” Sandra considera que é preciso



Movimento analisado

Ao conversar enquanto se está a dançar numa discoteca ou a beber um copo obtém-se um conhecimento do outro diferente do que conversando sentado face-a-face. Mas Sampaio Ferreira, psiquiatra, ex-director do hospital psiquiátrico Júlio de Matos, considera que, em termos de terapia, cada caso é um caso.

“As palavras não nos enganam. Há pessoas a quem a palavra basta, a outras não. Não é uma questão generalizada a todos os casos”, explica Sampaio Ferreira. Daí o benefício da complementaridade entre o seu trabalho e o de Dania Neumann, que conheceu nuns encontros de saúde mental no Júlio de Matos. “Um exemplo em que a psicoterapia pode não funcionar: um fóbico que tenha a atenção concentrada, com muitas resistências. A Dania tem mais