



AMARA
Associação pela
Dignidade na Vida
e na Morte

plano anual de atividades

2017

SETEMBRO

- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Set. 9 Sab. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Set. 10 Dom. 9h-17h30
- Workshop **ESCUTA ATIVA** Aprender a escutar com todo o nosso ser
Set. 12 3ª f. 18h30-21h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Apresentação)
Set. 14 5ª f. 19h00-20h30
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (FARO)
Set. 15 6ª f. 17h-20h
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (LISBOA)
Set. 21 5ª f. 18h-22h

OUTUBRO

- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 1)
Out. 7 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 1)
Out. 10 3ª f. 19h-22h
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 2)
Out. 17 3ª f. 19h-22h
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (COVILHÃ)
Out. 17 3ª f. 17h30-21:30h
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Out. 20 6ª f. 18h30-22h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Out. 21 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Out. 22 Dom. 9h-17h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 3)
Out. 24 3ª f. 19h-22h
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (PORTO)
Out. 27 6ª f. 17h30-21h30
- Formação **CONFORTO E SEGURANÇA** Mobilizar, alimentar e cuidar em fim de vida
Out. 27 6ª f. 9h-17h
- Formação **CONFORTO E SEGURANÇA** Mobilizar, alimentar e cuidar em fim de vida
Out. 28 Sáb. 9h-17h
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Out. 28 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Out. 29 Dom. 9h-17h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 4)
Out. 31 3ª f. 19h-22h



PROGRAMA
amara.pt/viveravida

BILHETEIRA
amara.pt/bilheteira

NOVEMBRO

- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (FUNCHAL)
Nov. 3 6ª f. 17h30-21h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 5)
Nov. 7 3ª f. 19h-22h
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (LISBOA)
Nov. 9 5ª f. 18h-22h
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 2)
Nov. 11 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Retiro)
Nov. 11 Sáb. 10h-16h
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 6)
Nov. 14 3ª f. 19h-22h
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 7)
Nov. 21 3ª f. 19h-22h
- Workshop **ESCUTA ATIVA** Aprender a escutar com todo o nosso ser
Nov. 21 3ª f. 18h30-21h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 3) Cuidados Paliativos e Voluntariado
Nov. 25 Sáb. 9h-17h30
- Formação **MINDFUL SELF-COMPASSION** Cuidar de mim. Cuidar do outro (Sessão 8)
Nov. 28 3ª f. 19h-22h

DEZEMBRO

- Formação **ATRAVessar a PERDA, INTEGRAR o LUTO** Processo de Entrega e Aceitação (Mód. 1)
Dez. 1 6ª f. 18h30-22h30
- Formação **ATRAVessar a PERDA, INTEGRAR o LUTO** Processo de Entrega e Aceitação (Mód. 1)
Dez. 2 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ATRAVessar a PERDA, INTEGRAR o LUTO** Processo de Entrega e Aceitação (Mód. 1)
Dez. 3 Dom. 9h-17h30
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 3)
Dez. 11 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **ATRAVessar a PERDA, INTEGRAR o LUTO** Processo de Entrega e Aceitação (Mód. 1)
Dez. 16 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ATRAVessar a PERDA, INTEGRAR o LUTO** Processo de Entrega e Aceitação (Mód. 1)
Dez. 17 Dom. 9h-17h30

2018

JANEIRO

- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 4)
Jan. 6 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Jan. 12 6ª f. 18h30-22h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Jan. 13 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Jan. 14 Dom. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Jan. 20 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Jan. 21 Dom. 9h-17h30

FEVEREIRO

- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (LISBOA)
Fev. 1 5ª f. 18h-22h
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 5)
Fev. 17 Sáb. 9h30-18h30
- Workshop **ESCUTA ATIVA** Aprender a escutar com todo o nosso ser
Fev. 20 3ª f. 18h30-21h30

MARÇO

- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mar. 2 6ª f. 18h30-22h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mar. 3 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mar. 4 Dom. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Mar. 10 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Mar. 11 Dom. 9h-17h30
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 6)
Mar. 17 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **CONFORTO E SEGURANÇA** Mobilizar, alimentar e cuidar em fim de vida
Mar. 23 6ª f. 9h-17h
- Formação **CONFORTO E SEGURANÇA** Mobilizar, alimentar e cuidar em fim de vida
Mar. 24 Sáb. 9h-17h

ABRIL

- Workshop **ESCUTA ATIVA** Aprender a escutar com todo o nosso ser
Abr. 11 4ª f. 18h30-21h30
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (LISBOA)
Abr. 12 5ª f. 18h-22h
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 7)
Abr. 21 Sáb. 9h30-18h30

MAIO

- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 8)
Mai. 5 Sáb. 9h30-18h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mai. 18 6ª f. 18h30-22h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mai. 19 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 1) Viver e Morrer, a mesma preparação
Mai. 20 Dom. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Mai. 26 Sáb. 9h-17h30
- Formação **ABRAÇAR A VIDA, ACEITANDO A MORTE** (Mód. 2) Relação de Ajuda
Mai. 27 Dom. 9h-17h30

JUNHO

- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 9)
Jun. 2 Sáb. 9h30-18h30
- Workshop **EDUCAÇÃO PARA A MORTE** Consciência de Vida (LISBOA)
Jun. 7 5ª f. 18h-22h
- Workshop **ESCUTA ATIVA** Aprender a escutar com todo o nosso ser
Jun. 12 3ª f. 18h30-21h30
- Formação **ESCUTA ATIVA** Presença Plena (Sessão 10)
Jun. 23 Sáb. 9h30-18h30

AMARA - plano de atividades
SETEMBRO 2017

AMARA - plano de atividades
OUTUBRO 2017

AMARA - plano de atividades
NOVEMBRO 2017

AMARA - plano de atividades
DEZEMBRO 2017

AMARA - plano de atividades
JANEIRO 2018

AMARA - plano de atividades
FEVEREIRO 2018

AMARA - plano de atividades
MARÇO 2017

AMARA - plano de atividades
ABRIL 2018

AMARA - plano de atividades
MAIO 2018

AMARA - plano de atividades
JUNHO 2018