

etapas felizes

A vida é feita de Etapas e a Felicidade em cada uma é um direito fundamental!

Sabia que?

Para desfrutar de forma mais intensa as suas férias, seja cá dentro ou lá fora, disponibilizamos babysitters aptos (os) para prestar todos os cuidados de que as suas crianças necessitam?

Pois bem!

Cuidamos das suas crianças com toda a responsabilidade, competência e dedicação, apoiando-as em todas as suas atividades quotidianas.

Os (as) nossos (as) colaboradores (as) têm o dinamismo necessário para criar um programa de atividades lúdicas que tornarão as férias das suas crianças inesquecíveis!

Em Junho:

Corpo são para uma mente sã!

Poderá usufruir da nossa Terapia de Reiki com o intuito de contribuir positivamente para a sintonia com o seu próprio SER, para o incremento do autoconhecimento e do autodesenvolvimento, ajudando-o (a) a compreender e ultrapassar o que lhe causa sofrimento e realçando todos os seus pontos fortes.

Quem poderá encontrar na Etapas Felizes?

Uma equipa Multidisciplinar em que cada profissional é credenciado na sua área e cuja intervenção tem como base o código ético e deontológico legal da profissão exercida, assegurando assim a prática de competências técnicas e humanas.

Estou grávida!

Dispomos do acompanhamento pré e pós-parto, onde poderá ter orientação a nível da prevenção de acidentes no primeiro ano de vida, como estimular o seu bebé, nutrição antes e depois do parto, como prevenir a Depressão, e muito mais!

Dê as boas vindas ao verão!



Parabéns a você, nesta data querida...

Conte com a nossa equipa de profissionais na área da Organização de Festas e Eventos e permita que deem asas à sua criatividade para que tenha a festa de aniversário com que sempre sonhou ou que sempre desejou oferecer a quem ama.

A Etapas Felizes dá-lhe dicas para uma Vida Feliz...

É imprescindível resolver o passado, aceitando o que não pode ser mudado e perdoando-se por aquilo que fez, ou não conseguiu fazer, pondo termo a todas as situações inacabadas.

Seja Livre!

Viva o presente estando em harmonia consigo, aceitando-se e amando-se. Descubra a alegria, comece bem o dia e esteja em harmonia com os outros para melhor conviver com eles.

Seja Consciente!

Resolver o passado e viver bem o presente é a melhor fórmula para preparar o futuro.

Transforme o medo em desejo e em coragem e enfrente as situações.

Delineie os seus objetivos de vida, bem com as estratégias que lhe permitirão alcançá-los.

Seja Resiliente!

Aprenda a aceitar-se, amar-se e a gostar da sua própria companhia.

Se tiver oportunidade de estar com as pessoas de quem ama, viva ao máximo o momento e aproveite.

Promova um elevado nível de autoestima, vivencie tanto a autoconfiança intelectual como a forte sensação de que é merecedor de ser feliz.

Quanto mais elevada for a sua autoestima, mais bem equipado (a) estará para lidar com as adversidades da vida e quanto mais flexível for, mais resistirá à pressão de sucumbir ao desespero ou à derrota.

Faça connosco o seu Rastreio Cognitivo

Gratuitamente!



Tem mais de 65 anos?

Então...

Faça connosco o seu Rastreio Cognitivo

Onde?

Nas nossas instalações

Quando?

Dia 30 de Junho das 10h00 às 14h00

Oportunidades:

- Serviço de enfermagem ao domicílio...
- Liberte o corpo!
Usufraua das nossas sessões de Psicomotricidade.
Primeira Sessão gratuita...
- Descubra a sua dieta para um Verão em pleno...



Etapas Felizes

Av. Rui Nogueira Simões, 3A, 1600-870 Lisboa | Tlf: 217237043 | Tlm: 966233914 / 914810052
www.etapas-felizes.pt | geral@etapas-felizes.pt | www.facebook.com/etapasfelizes.lda



SEGURANÇA SOCIAL

Alvará 12/11