

PUERTAS ABIERTAS

Boletín de CASA SIN FRONTERAS

Casa sin Fronteras



Programa CODAMO



Brindando cercanía y apoyo emocional

EN ESTE NÚMERO

Camapaña GlobalGiving 2019

Apoyo a afectados por terremoto



Empower mental & emotional wellbeing in Arecibo

We provide individual and family psychotherapy (Mejor Vida) with Counseling/Dance Movement Therapy (CODAMO), educational workshops for the...

CAMPAÑA GLOBALGIVING 2019

Tras cinco años de brindar servicios a la comunidad, en diciembre 2019 iniciamos nuestra primera campaña de recaudación de fondos.

Gracias a la plataforma GlobalGiving.org y el apoyo de todos ustedes, sobrepasamos nuestra meta de recaudación y podremos mantener abierta nuestra campaña a través de esta reconocida organización.

Queremos seguir ayudando a empoderar a nuestras comunidades a través de una sana salud mental y estrategias que fomenten el desarrollo personal y comunitario. Invita a otras personas a que sean parte de este esfuerzo y hagan su aportación en nuestro perfil de GlobalGiving.org. Ahora somos "partners" en esta organización.

De todo corazón, ¡GRACIAS!





APOYO A AFECTADOS POR TERREMOTO

El 7 de enero 2020, todos en Puerto Rico despertamos sacudidos por un terremoto magnitud 6.4. La región suroeste ha sido la más afectada por las réplicas que aún continúan.

Cientos de personas han perdido sus hogares y miles duermen bajo carpas por temor a un evento de mayor magnitud. El estado emocional de las personas está afectado por la incertidumbre y el temor.

Casa sin Fronteras ha estado brindando sus servicios de salud mental y bienestar a diferentes grupos de personas en los pueblos de Arecibo, Lares y Lajas.

Si necesitas apoyo emocional
comúnicate con nosotros al 787-
451-1498 o escríbenos a
info@casasinfronteras.com
Síguenos en FB e Instagram

Los niños han podido ponerle nombre a sus temores y aprender destrezas de relajación para poder manejar la incertidumbre en que viven, a través de sesiones de Danza Movimiento Terapia. El movimiento corporal se convierte en un lenguaje no verbal para poder expresar aquellos sentimientos difíciles, como el temor, la ansiedad, duda, tristeza y otros.

Mientras tanto, sus padres y cuidadores encuentran un espacio de desahogo, escucha, a la vez que aprenden técnicas de relajación ante situaciones difíciles, con la ayuda de la consejera y la psicóloga de Casa sin Fronteras. En Arecibo y Lares, grupos de jóvenes participó de un taller de manejo de emociones ante desastres naturales.

De esta forma pueden estar mejor preparados para enfrentar situaciones adversas. En momentos de dificultad, la ayuda emocional es tan importante como la ayuda material y los programas CODAMO y Mejor Vida están disponibles para ayudar. Si tu grupo necesita apoyo, comunícate con nosotros.