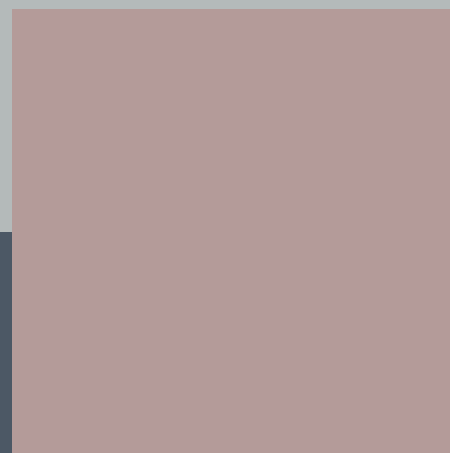

CLUBE TERAPÊUTICO DO LIVRO

UM ESPAÇO PARA LER, REFLETIR
E CONVERSAR SOBRE A VIDA,
A MENTE E AS EMOÇÕES





Ao longo da minha prática clínica em psiquiatria, percebo que muitas das questões que atravessam nossas vidas são profundamente humanas, autocrítica excessiva, dificuldades nos relacionamentos, sensação de inadequação, sofrimento diante das mudanças da vida...

Ao mesmo tempo, sempre fui uma pessoa apaixonada pela leitura e existem livros extraordinários que ajudam a iluminar essas experiências e ampliar nossa compreensão sobre nós mesmos.

O Clube Terapêutico do Livro nasce com o propósito de criar um espaço de leitura e reflexão compartilhada a partir de obras que abordam temas centrais da vida.

A cada mês leremos um livro e nos encontraremos para conversar sobre suas ideias e sobre como elas dialogam com nossas próprias experiências.

Não se trata de uma aula nem de um processo de terapia em grupo. Cada livro funciona como ponto de partida para reflexões profundas sobre a vida e as emoções, conduzidas por uma psiquiatra e uma psicóloga.

COMO FUNCIONA

O clube acontecerá entre **abril e novembro de 2026**, com um encontro por mês.

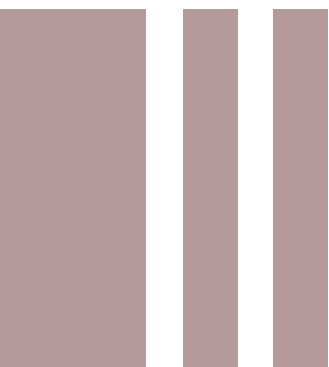
Os encontros serão online, permitindo a participação de pessoas de qualquer lugar e incluirá:

- * conversa aberta sobre o livro
- * reflexões conduzidas pelas facilitadoras
- * integração com conhecimentos da psiquiatria e da psicologia
- * experiência simbólica inspirada na psicologia junguiana (argila, colagem, pintura, entre outras)

A proposta é criar um espaço de troca, reflexão e construção de uma pequena comunidade de leitura, integrando reflexão intelectual e experiências vivenciais.



LIVROS DO CICLO 2026

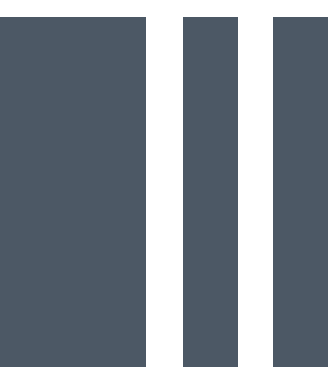


ABRIL



Autocompaixão — Kristin Neff

Aprender a se tratar com mais humanidade e menos autocrítica.

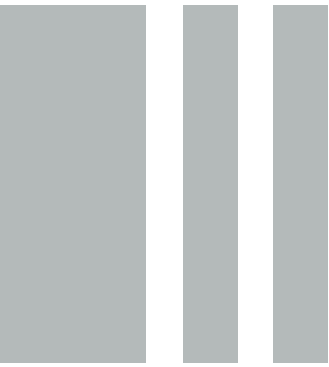


MAIO



A Coragem de Ser Imperfeito — Brené Brown

Vulnerabilidade, vergonha e pertencimento.

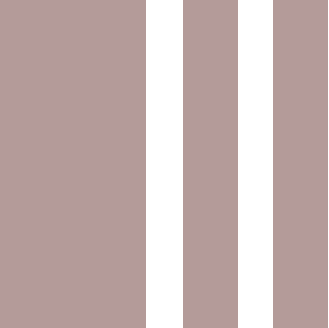


JUNHO



Uma Mente Livre — Steven C. Hayes

Flexibilidade psicológica e relação com os pensamentos.



JULHO



Conversas Corajosas — Elisama Santos

Comunicação e conversas difíceis.

LIVROS DO CICLO 2026

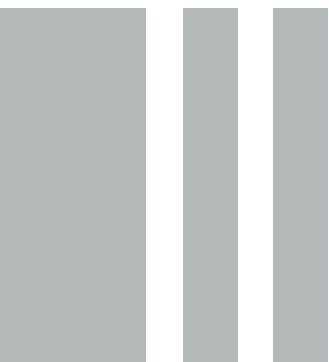


AGOSTO



Apegados — Amir Levine e Rachel Heller

Estilos de apego e padrões de relacionamento.

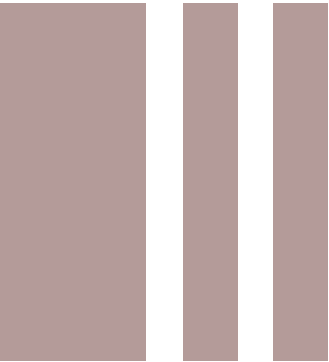


SETEMBRO



Emoções Financeiras — Thiago Godoy

Compreender como crenças e emoções influenciam nossa relação com o dinheiro e nossas escolhas de vida.



OUTUBRO



Quando Tudo se Desfaz — Pema Chödrön

Impermanência, aceitação e abertura para a experiência.



NOVEMBRO



O Budista no Corredor da Morte — David Sheff

Compaixão, transformação humana e sentido da vida.

INVESTIMENTO

Participação avulsa:

R\$70
por encontro

Ciclo completo
(8 encontros)

R\$450
no pix ou em até
12x no cartão

Durante a primeira semana de lançamento haverá **5% de desconto para quem se inscrever no ciclo completo.**

QUEM CONDUZ



NATACHA CAPOZZI
(CRM-SP 163039)

Médica psiquiatra que integra a prática clínica com abordagens voltadas ao desenvolvimento de flexibilidade emocional, autocompaixão e bem-estar psicológico, incluindo terapia focada na compaixão e mindfulness.

Com sólida formação acadêmica e ampla experiência clínica, combina conhecimentos da psiquiatria moderna, da psicologia contemporânea e da medicina do estilo de vida para oferecer um cuidado integral.

Saiba mais em:

www.dranatachacapozzi.com.br

QUEM CONDUZ



NATALIA BIZIAK

Psicóloga com formação em Psicologia Analítica. Trabalha com abordagens simbólicas e expressivas voltadas ao autoconhecimento, conduzindo experiências vivenciais que auxiliam na ampliação da consciência emocional e na integração da experiência psíquica.

Durante os encontros do clube, conduzirá experiências inspiradas na psicologia junguiana, conectando os temas dos livros com processos simbólicos e criativos.

Saiba mais em:

[instagram.com/nataliabiziakpsicologa](https://www.instagram.com/nataliabiziakpsicologa)



**QUERO ME
INSCREVER AGORA**

CLIQUE NO BOTÃO E SE INSCREVA.

As vagas são limitadas para permitir um espaço de conversa mais próximo entre os participantes.