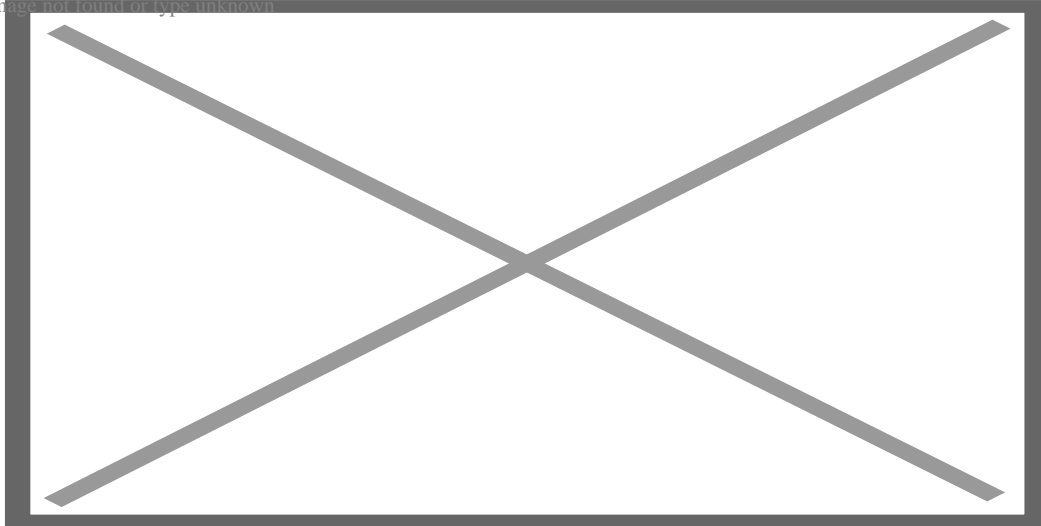


# Ajuntament de Castellar del Vallès

## Actualitat

Image not found or type unknown



Sessió del Grup de Suport Emocional i Ajuda Mútua.

### **En marxa les sessions del Grup de Suport Emocional i Ajuda Mútua adreçades a persones cuidadores no professionals**

Dijous 25 de gener

#### **Es tracta d'un espai de suport que ofereix l'Ajuntament amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona**

Set persones participen al Grup de Suport Emocional i Ajuda Mútua (GSAM), un espai en què cuidadors i cuidadores no professionals de persones que es troben en situació de dependència es reuneixen periòdicament per relacionar-se, obtenir suport emocional i intercanviar experiències i ajuda mútua.

Aquest servei és un recurs de la Diputació de Barcelona que s'ofereix a través de l'Ajuntament i que va a càrrec d'Activa't per la Salut Mental. En total, són deu sessions que tenen lloc els dimarts a la tarda i que es duren a terme fins al mes de març. En aquestes sessions, les persones que hi participen troben un espai de relació, acompanyament i suport psicològic i emocional que possibilita l'expressió de sentiments, emocions i preocupacions associades a les tasques de cura.

Els objectius del GSAM són diversos: millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores no professionals; reduir l'impacte negatiu de la cura que, de vegades, poden experimentar els cuidadors i cuidadores no professionals; i facilitar i promoure espais de relació en què les persones cuidadores no professionals comparteixin necessitats, preocupacions i coneixements.

Les persones que tenen interès a formar part d'aquest grup poden trucar al telèfon 937144040 i demanar per la Regidoria de Diversitat Funcional.

- [Avís legal](#)
- [Sobre el web](#)
- [Accessibilitat](#)
- [Mapa web](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40