



GRUP D'ACOMPANYAMENT AL DOL

CST CAP Sant Llàtzer

Aquest grup és per a tu si:

- Has perdut una persona estimada
- Tens molt malestar emocional
- Ets major de 18 anys
- Et pots comprometre a venir a totes les sessions

En aquest grup:

- Rebràs recolzament emocional
- T'ajudarem a acceptar la pèrdua i a recol·locar-te emocionalment
- Promourem l'expressió i el maneig d'emocions
- Reduiràs la sensació d'aïllament que podem sentir quan estem en dol

Nombre de sessions, duració i dates:

- 10 sessions de 90 minuts cada una. 1 sessió/setmana
- Inici: dimecres 25/1/2023 final dimecres 29/3/2023
- Horari: 10:30 a 12:00 h



Per poder participar en el grup has de fer prèviament una petició al teu metge/ssa de capçalera o infermer/a.



Per més informació contacta amb Mireia Tardón, psicòloga, Referent de Benestar Emocional del CAP Sant Llàtzer mtardon@cst.cat