



GRUP D'ACOMPANYAMENT AL DOL

Dirigit a pacients del CAP Sant Llàtzer, CAP Terrassa Nord, CAP Matadepera i CAP Can Roca

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 27 de setembre de 2023 / **Final:** dimecres 20 de desembre de 2023
- **Horari:** 10:30 a 12:00 h



Si vols inscriure't o necessites més informació, pots contactar amb Mireia Tardón, psicòloga i Referent de Benestar Emocional del CAP Sant Llàtzer mtardon@cst.cat