TENS UN FAMILIAR AMB PROBLEMES DE SALUT MENTAL?

PARTICIPA EN AQUEST GRUP D'AJUDA MÚTUA!

activa t
X LA SALUT MENTAL

- Un GAM (Grup d'Ajuda Mútua) és un grup d'escolta, acompanyament i suport obert a tothom.
- Un espai on es reuneixen diverses persones que comparteixen un mateix problema, dificultat o preocupació, per intentar superar o millorar la seva situació.

El Grup d'Ajuda Mútua per a persones que tenen un familiar amb poblemes de salut mental pretén ser un espai per:

- Compartir experiències i aprendre col·lectivament.
- Donar i rebre suport.
- Millorar el benestar emocional.
- Afavorir el suport mutu des de la moderació grupal i entre iguals.

Si tens un familiar amb problemes de salut mental, aquí trobaràs un espai d'acompanyament i escolta.

Informació i incripcions

GAMNINOT@gmail.com
Gratuït!

Lloc

Sala polivalent del Mercat del Ninot
Carrer Mallorca, 135

Horari

Segon dimarts de mes
De 9.30 a 11.30 h

CONFIDENCIALITAT | RESPECTE | INCLUSIÓ | VOLUNTARIETAT

Organitza:

afatrac
ASSOCIACIÓ DE FAMILIARS D'AFECTATS PER TRASTORNS DE CONDUCTA

SMC salutmental Catalunya
Federació

CAPSBE
Consorci d'Atenció Primària de Salut Barcelona Esquerra

Amb la col·laboració:

NINOT
el meu mercat

Mercats de Barcelona

Ajuntament de Barcelona

Informació a www.activatperlasalutmental.org