GRUPO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y ATENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Personas cuidadoras.

Descripción

ATENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL

Servicio de asesoramiento y apoyo emocional facilitando al cuidador desde el lado más humano, que pueda convivir con la situación causada por la enfermedad disminuyendo su sufrimiento y dándole estrategias para mejorar su bienestar personal.

La trabajadora social es quien informa sobre el servicio y la psicóloga realiza una valoración inicial, se establece la intervención con la frecuencia que requiera cada caso a un coste reducido.

GRUPO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO

Este servicio se puso en marcha en enero de 2020 mediante un convenio de colaboración con una psicóloga externa, permite a los familiares que forman parte de Asociación, tener un lugar de encuentro donde se ofrece una escucha activa por parte de los demás asistentes, realizando intervenciones para facilitar la toma de consciencia y ampliar las miras de la situación o experiencia por la que está pasando. Los temas que se atienden son los que en cada momento le preocupan a los integrantes del grupo y además se trabaja la gestión emocional (convivir con las emociones, aceptación, comunicación relacional) y en él se realizan ejercicios de atención plena y meditación que les ayudan a poner más atención al momento presente, disminuir su nivel de estrés y observar lo que acontece a su alrededor y en ellos mismos con otra perspectiva. Además, se dan herramientas para gestionar los conflictos que puede darse en los cuidados y ser consciente de la importancia de su propio autocuidado, dedicándose tiempo y delegando tareas y tiempos de atención.

La finalidad es conseguir el bienestar del cuidador, de la persona dependiente y de su familia y por consiguiente una mejora en la calidad de vida de todos.

La Trabajadora Social informa a las personas candidatas a formar parte del grupo y se realiza una valoración previa por la psicóloga, está activo todo el año con descanso en periodo estival y su frecuencia es de una vez al mes durante dos horas.

Población

Población General - Cualquiera (VA DIRIGIDA A CUIDADORES)

Persona de contacto

BEATRIZ OLIVÁN, TRABAJADORA SOCIAL MARTA HERNÁNDEZ , TERAPEUTA OCUPACIONAL (633180714) (info@afedam.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

COLABORA IASS DPH DGA

Fecha de última actualización de la actividad

24/04/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Avenida plaza de la música 2 22400 HUESCA COMARCA DEL CINCA MEDIO Monzón Huesca Aragón España



Página web del proyecto

https://www.afedam.org/
https://www.facebook.com/alzheimermonzon