

Benestar emocional integratiu (derivació dels Serveis Socials)

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas, Actividad física.

Descripción

A qui s'adreça: persones adultes en situació de dificultat temporal ateses pels Serveis Socials (EBASP) dels 7 districtes de Terrassa.

Què fem: acompanyament professional integratiu que combina pràctiques psicocorporals, moviment conscient i meditació, adaptat a la realitat de cada persona, i accés a les classes i activitats de l'entitat amb la resta de gent.

Objectiu: que la persona recuperi eines per gestionar el seu benestar i la seva autonomia; la salut emocional de qualitat no ha de ser un luxe.

Com s'hi arriba: per derivació de la treballadora o el treballador social, a través del portal de derivacions d'Espai Sacra. Fem una acollida i retornem el seguiment a qui ha derivat.

Cost: gratuït per a la persona participant. Conveni amb l'Ajuntament de Terrassa des de fa més d'11 anys.

Lloc: Espai Sacra · Carrer de Francesc Salvans, 49 · Terrassa.

Contacte per a professionals que deriven: Àrea Social · areasocial@espaisacra.org · 722 308 930

Población

Población General - Cualquiera ()

Persona de contacto

Josep Cutillas (931718187) (hola@espaisacra.org)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Associació Espai Sacra

Fecha de última actualización de la actividad

21/10/2026

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Francesc Salvans 49 08225 Terrassa Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<https://espaisacra.org/programes-socials/>

<https://www.facebook.com/espaisacra/>

<https://x.com/espaisacra>