# 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