Mos Escultem

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas.

Descripción

Mos Escultem es un espacio de encuentro dirigido por un psicólogo en el que se comparten vivencias, experiencias y dificultades. Está orientado a personas con enfermedades crónicas o graves aunque también está abierto a personas que experimenten otro tipo de dificultades como por ejemplo la pérdida de un ser querido. El objetivo es aprender a través de la experiencia de los demás, de cómo han afrontado dificultades a lo largo de su vida. También brinda la posibilidad de compartir las experiencias propias para ayudar a los demás o para expresar miedos, dificultades... lo que permite aligerar la carga emocional que supone afrontar. Además de los beneficios que aporta compartir las dificultades y aportar la experiencia propia también se llevan a cabo actividades que ayuden a aceptar las dificultades, afrontarlas y gestionar las emociones asociadas.

Contacto

Olga 638285118 Óscar 657248719 - 638285118 - mosachudem@gmail.com

Fecha de última actualización del recurso

14/06/2024

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Las Plazas 3 22440 Benasque Benasque Huesca Aragón España



Página web del proyecto

http://www.mosachudem.org

Imagen del Recurso

