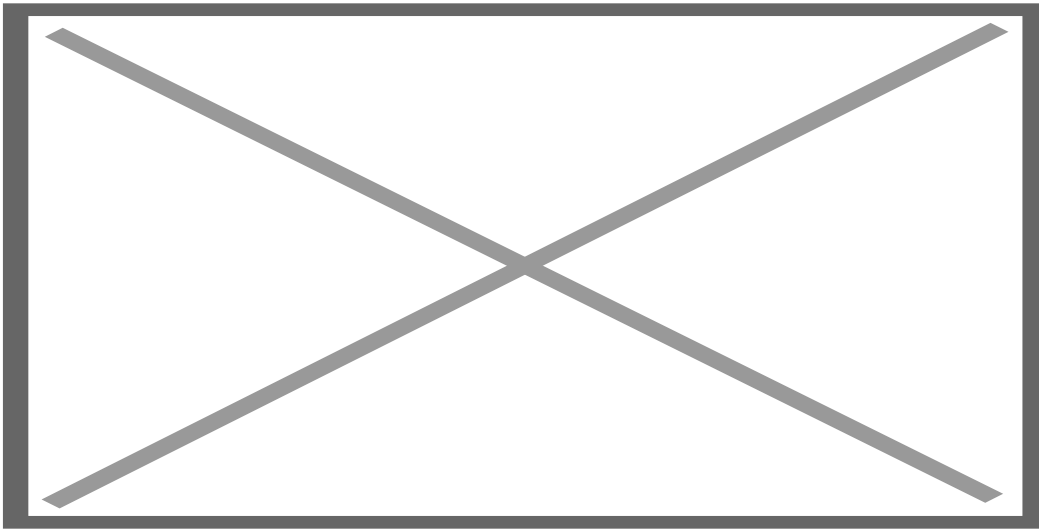


Ajuntament de Castellar del Vallès



Grup de Suport Emocional i Ajuda Mútua

Del 4 de març al 13 de maig

El Grup de Suport Emocional i d'Ajuda Mútua (GSAM) és un recurs adreçat a cuidadors i cuidadores no professionals de persones que es troben en situació de dependència, estigui o no valorada per la Llei 39/2006, de promoció de l'autonomia personal i atenció a les persones en situació de dependència.

Es tracta d'un espai de relació, acompanyament i suport psicològic i emocional, de total confidencialitat, que possibilita l'expressió de sentiments, emocions i preocupacions associades a les tasques de cura, amb la finalitat de millorar la qualitat de vida de les persones cuidadores i, indirectament, la de les persones de les quals tenen cura. Pel seu plantejament i enfocament terapèutic, el GSAM no està pensat com una activitat de formació.

Els GSAM es poden conformar per cuidadors i cuidadores de persones grans amb dependència, de persones amb discapacitat o problemes de salut mental. El grup està guiat i supervisat per una psicòloga de l'entitat Salut Mental Catalunya.

Aquest servei és un recurs de la Diputació de Barcelona que s'ofereix a través de l'Ajuntament.

Objectius:

Edició 2026:

L'edició d'aquest 2026 s'adreça a familiars que són persones cuidadores de persones amb discapacitat intel·lectual o neurodivergències. Les persones que s'hi inscrivin s'hauran de comprometre a participar a les 10 sessions que es duran a terme en dimecres de 15 a 16.30 hores a El Mirador, els dies següents:

- Març: 4, 11, 18 i 25
- Abril: 8, 15, 22 i 29

- Maig: 6 i 13

Inscriu-t'hi al formulari que trobaràs [clicant aquí](#).

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40