



REMS BENESTAR

Recurs de salut adreçat a persones majors de 60 anys en situació de fragilitat emocional.



Liderat per professionals de la psicologia amb el suport d'un equip interdisciplinari.

OBJECTIUS

- > Promoure un envelliment saludable
- > Reduir el malestar emocional
- > Dotar d'eines i habilitats per recuperar el seu projecte vital
- > Mantenir o millorar la salut física
- > Prevenir l'aparició de possibles trastorns com l'ansietat o la depressió
- > Potenciar les relacions socials i la xarxa comunitària

ÀREES D'INTERVENCIÓ

- > Treball emocional
- > Reptes cognitius
- > Activitat física
- > Creativitat
- > Hàbits saludables
- > Sortides

Contacte

93 214 25 88 / impuls.social@fcatalunyalapedrera.com

Fundació
Catalunya
La Pedrera