



REMS BENESTAR

Relaciona't i Emociona't Millorant la Salut

Recurs de promoció de la salut per a persones majors de 60 anys que presenten malestar emocional derivat de trastorns lleus de l'estat ànim, soledat no volguda, pèrdues i canvis propis de l'etapa vital. Promovem un envelliment saludable apoderant a la persona en totes les seves vessants: emocional, social-relacional, cognitiva i física.



ATENCIÓ CENTRADA EN LA PERSONA

Apliquem una metodologia basada en l'ACP que es tradueix en els principis del respecte a les persones, treballant amb la seva vida emocional i relacional.



TERÀPIES NO FARMACOLÒGIQUES

Es tracta d'un servei innovador i integral fonamentat en teràpies no farmacològiques com la cognitiva, la musicoteràpia, la reminiscència, la relaxació o la risoteràpia.

ÀREES D'INTERVENCIÓ

Emprant el principis de l'atenció centrada en la persona, l'equip interdisciplinari liderat per una psicòloga, ofereix diverses sessions perquè la persona recuperi el seu projecte vital. Les sessions es realitzen de forma presencial i en grup.

- > Reptes cognitius
- > Expressivitat
- > Activitat física
- > Sortides culturals i de lleure
- > Treball emocional
- > Noves tecnologies
- > Creativitat
- > Hàbits saludables com l'alimentació i la son

Contacte

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