



Salut Mental Garraf

AFAMMG

Associació de familiars i afectats de malalties mentals del Garraf

INTRODUCCIÓ

- SMG i el seu objectiu

Des de fa dues dècades AFAMMG es va constituir com a pol diferencial a la comarca amb l'objectiu de millorar la qualitat de vida de les persones diagnosticades en Salut Mental i de les seves famílies i entorns més propers. Comencem sent un petit grup de familiars i amb el transcurs del temps molts han estat els projectes i col·laboracions que han permès el nostre creixement i desenvolupament.

- Missió

Proporcionem un acompanyament integral en Salut Mental a les persones que ho requereixen i a les seves famílies. Promovem accions de sensibilització en la societat per erradicar l'estigma, el autoestigma i els prejudicis que es generen entorn de les malalties i les persones amb algun tipus de diagnòstic en Salut Mental.



Salut Mental Garraf
AFAMMG

ÍNDEX

Activitats/recursos que inclou SMG:

- Hort socioterapèutic Masia Nova – pàg. 04
- GAM per a familiars de persones adultes – pàg. 05
- GAM per a familiars de persones joves – pàg. 06
- GAM per a PAS – pàg. 07
- Psicoeducatiu primeres persones – pàg. 08
- Psicoeducatiu familiars– pàg. 09
- Dansateràpia – pàg. 10
- Contacte – pàg. 11



HORT SOCIOTERAPÈUTIC MASIA NOVA

- Esta demostrat que a través de l'horticultura millora la salut física i mental de les persones amb un problemes de salut mental, augmentant també seu grau d'autonomia, l'autoestima i la participació e interacció social.
- **Població destinatària:** Qualsevol persona de la comarca del Garraf.
- Servei gratuït per a socis.
- Horari: Matins de 9h a 13h, a excepció dels dimecres.



GAM PER A FAMILIARS DE PERSONES ADULTES

- Grup d'ajuda mútua sense professional. Espai de trobada de familiars on compartir vivències personals i fomentar relacions d'ajuda mútua aprenent de l'experiència dels altres.
- **Població destinatària:** Familiars de persones adultes amb problemes de salut mental de la comarca del Garraf.
- Servei gratuït, obert a tothom.
- **Horari:** Quinzenalment els dimarts de 18.00 a 19.30 al Centre Cívic de Sant Joan.



GAM PER A FAMILIARS DE PERSONES JOVES

- Grup d'ajuda mútua sense professional. Espai de trobada de familiars on compartir vivències personals i fomentar relacions d'ajuda mútua aprenent de l'experiència dels altres.
- **Població destinatària:** Familiars de persones joves amb problemes de salut mental de la comarca del Garraf.
- Servei gratuït, obert a tothom.
- **Horari:** S'ha de definir.



GAM PER A PAS

- Grup d'ajuda mútua sense professional. Espai de trobada de persones altament sensibles on compartir vivències personals i fomentar relacions d'ajuda mútua aprenent de l'experiència dels altres.
- **Població destinatària:** Persones altament sensibles de la comarca del Garraf.
- Servei gratuït, obert a tothom.
- **Horari:** Quinzenalment els dimecres de 17.00 a 18.30 al Centre Cívic de Sant Joan.



PSICOEDUCATIU PER A PRIMERES PERSONES

- Grup amb suport d'una psicòloga on es treballen habilitats emocionals, socials, personals , etc. a través de dinàmiques.
- **Població destinatària:** Persones amb experiència pròpia de la comarca del Garraf.
- Servei gratuït per a socis.
- **Horari:** Un dimecres del mes de 11 a 12.30h al Centre Cívic Sant Joan.



PSICOEDUCATIU PER A FAMILIARS

- Grup amb suport d'una psicòloga on es treballen habilitats emocionals, socials, personals , etc. a través de dinàmiques.
- **Població destinatària:** Familiars i entorn proper de persones amb problemes de salut mental.
- Servei gratuït per a socis.
- **Horari:** Un dilluns del mes de 18 a 19.30h al Centre Cívic Sant Joan.



DANSATERÀPIA

- Activitat que genera un espai d'expressió, atenció i creixement emocional dels participants. L'objectiu es obrir un espai creatiu de desenvolupament personal i social, per augmentar les capacitats i competències de les persones, i a la vegada, aconseguir una integració i benestar social.
- **Població destinatària:** Qualsevol persona que vulgui participar.
- Servei gratuït per a socis.
- **Horari:** Tots els dilluns a les 19.30h al Centre Cívic Sant Joan.



CONTACTE

social@salutmentalgarraf.afammg.org

contacte@salutmentalgarraf.afammg.org

Tel. 648 27 33 35

Jardins, Av. de Francesc Macià, s/n, Centre Cívic Sant Joan (Salut Mental Garraf)

08800 - Vilanova i la Geltrú



Salut Mental Garraf
AFAMMG

Gràcies per la vostra atenció



Salut Mental Garraf
AFAMMG