

Grup de cuidadors: grup de suport a persones cuidadores

L'any 2008 es crea un Projecte Grupal de Districte, format per Salut i Serveis Socials, dirigit a familiars cuidadors de persones grans, dependents o amb discapacitat que conviuen amb la persona que cuida o hi dediquen molt temps, amb la finalitat de fer front a la seva situació de sobrecàrrega i ser conscients de les implicacions emocionals i personals que comporten les cures.



Montse Medero Feria

Treballadora Social

EAP Sarrià, Vallvidrera i Les Planes

@CapSarria

Patricia Sánchez Salvador

Treballadora social

Serveis Socials del Districte de Sarrià

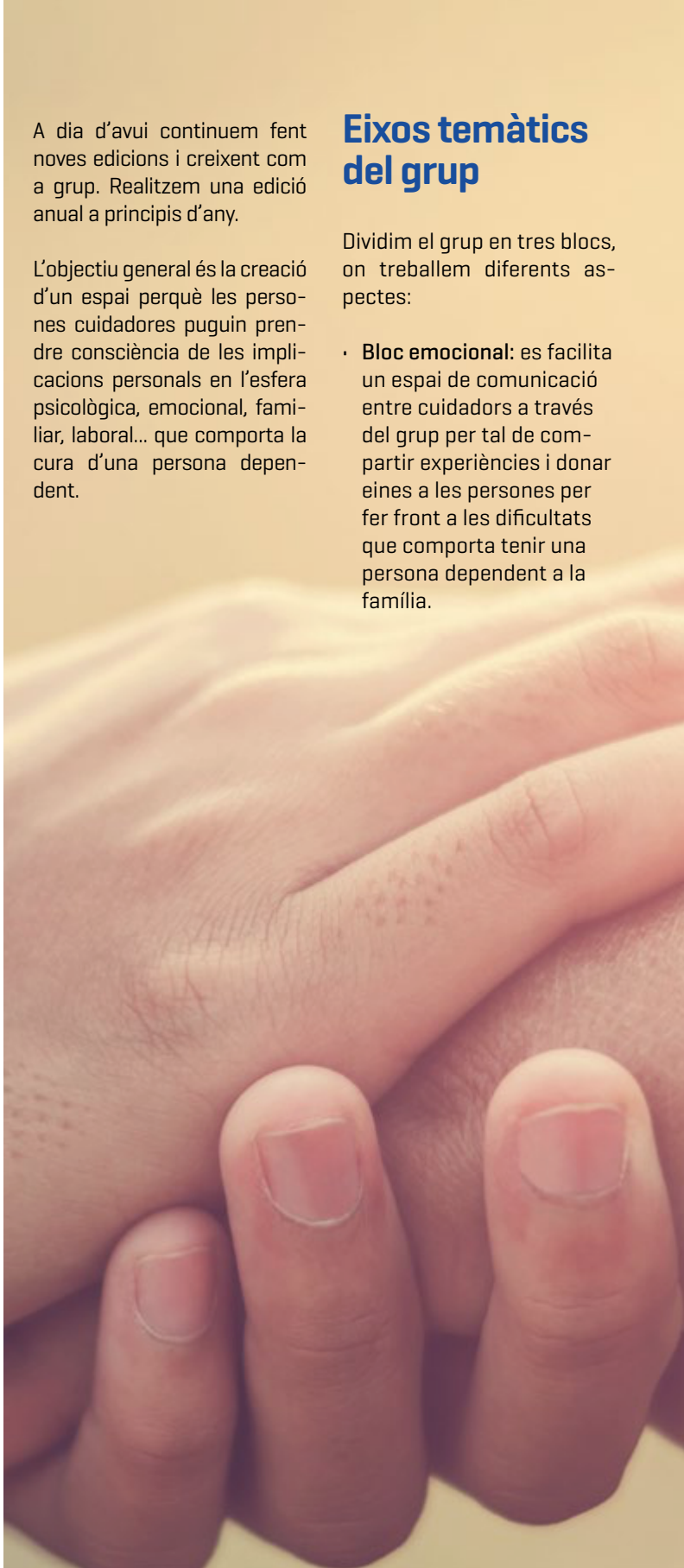
A dia d'avui continuem fent noves edicions i creixent com a grup. Realitzem una edició anual a principis d'any.

L'objectiu general és la creació d'un espai perquè les persones cuidadores puguin prendre consciència de les implicacions personals en l'esfera psicològica, emocional, familiar, laboral... que comporta la cura d'una persona dependent.

Eixos temàtics del grup

Dividim el grup en tres blocs, on treballem diferents aspectes:

- **Bloc emocional:** es facilita un espai de comunicació entre cuidadors a través del grup per tal de compartir experiències i donar eines a les persones per fer front a les dificultats que comporta tenir una persona dependent a la família.



- **Bloc de salut:** s'informa sobre els recursos sanitaris a través dels professionals especialitzats [doctora, infermera, nutricionista i treballadora social].
- **Bloc social:** s'informa sobre els recursos socials, comunitaris i jurídics del Districte i de la ciutat.

A cada bloc s'inclouen espais d'oci, on també es comparteixen experiències personals d'una forma més distesa i es treballen aspectes importants sobre la temàtica.

Funcionament del grup

El grup és tancat i està format per 12-15 participants, amb sessions de 2 hores setmanals i una durada prevista de 6 mesos. Està format per les derivacions fetes des dels centres d'Atenció Primària de Sarrià, Vallvidrera i Les Planes.

L'espai on es realitzarà serà a Casa Orlandai.

L'opinió d'una participant de l'edició anterior

Què va ser el que la va motivar a prendre la decisió de participar en el Grup de cuidadors?

Les trobades eren molt interessants, em van ajudar amb idees entre tots, amb bones intencions, compartint experiències...



Quin ha estat el seu resultat personal?

Era un espai per nosaltres, hi anava amb moltes ganes per posar en comú i per conèixer a altres persones que vivien el mateix que jo.

Recomanaria o animaria a altres persones a participar en futures edicions?

Totalment, són unes reunions molt positives on em vaig sentir molt còmode, era un espai per a mi.

Voldria aportar alguna proposta per a noves edicions?

És un espai molt recomanable per totes aquelles persones que tenen cura d'algun familiar o persona a qui estigui cuidant.

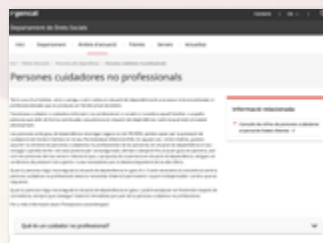
Enllaços d'interès



<https://capsarria.com>
Secció -> Activitats i Tallers



<https://canalsalut.gencat.cat/ca>
Secció -> Salut A-Z -> Cuidadors



<https://dretssocials.gencat.cat/ca>
Secció -> Àmbits -> Dependència