

**L'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques** és una entitat sense ànim de lucre creada l'any 1997 gràcies a la iniciativa i esforç d'un conjunt reduït de familiars de persones que patien algun tipus de trastorn mental. La finalitat dels fundadors fou la creació d'una plataforma que vetllés pels drets d'aquests malalts i les seves famílies i que lluités per cobrir les seves necessitats.

### Què són els GAMs?

Entre d'altres serveis, l'entitat disposa d'un Servei d'Atenció a Famílies (SAF). Aquest constitueix un espai d'acollida, informació, atenció, orientació i suport, que funciona de forma coordinada amb altres serveis de l'entitat i amb la resta de serveis de la xarxa sanitària i social del territori. Dins d'aquest servei, l'associació ha impulsat els **Grups d'Ajuda Mútua (GAMs)**.

Els GAMs són espais d'auto-suport continuat, dirigits a persones que hagin viscut o estiguin vivint una experiència de patiment psicològic i siguin capaces de participar d'una dinàmica grupal. L'objectiu és oferir-nos suport mutu, fomentar l'apoderament, lluitar contra l'estigma, refer i/o enfortir la xarxa de relacions socials. En definitiva, el Grup és un espai a través del qual els familiars afectats compartim vivències, neguits i exposen una realitat pròpia però que és comuna a totes les persones que formem part d'aquest col·lectiu.

Es duen a terme grups a Girona, Figueres, Blanes i Palafrugell.

**Consulteu el calendari de sessions GAM i trieu quina us va millor:**

Per participar en un GAM és necessari trucar prèviament a l'associació: 972 200 463.

Som patrons



Estem federats

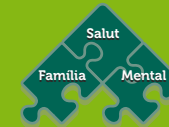


Amb el suport



**Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques**

C. de la Rutlla, 20-22 despatx 1 i 2  
17002 Girona  
Tel. 972 20 04 63  
info@familiaisalutmental.cat  
www.familiaisalutmental.cat



Associació **Família i Salut Mental** de Girona i Comarques

## Grups d'Ajuda Mútua (GAMs)

Per a persones que conviuen d'una o altra manera amb la malaltia mental

### CALENDARI 2018

*T'hi apuntes?*

## Gener

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Febrer

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

## Març

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## Abril

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

## Maig

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Juny

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
				01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Juliol

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

## Agost

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
		01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Setembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Octubre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Novembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
				01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Desembre

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

### Girona

#### Hotel d'Entitats

(c. Rutlla 20-22, despatx 1)

● Dilluns, de 16.30 a 18.30h

● Dijous, d'11.00 a 13.00h

### Figueres

#### Centre Cívic Creu de la mà

(plaça Remei Bosch s/n)

● Dimecres, de 17:30 a 19:30 h

### Blanes

#### Casal Cívic Can Borrell

(passatge Mas Borrell 1-3)

● Dilluns, d'11.00 a 13.00h

### Palafugell

#### Can Genís

(c. Progrés 13)

● Dimarts, d'11.00 a 13.00h