



FEAFES Salud Mental

ZAFRA



PROGRAMA DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL EN EL ENTORNO RURAL

FINANCIA:



¿QUIÉNES SOMOS?

FEAFES Salud Mental Zafra (Asociación de Familiares y Personas con Trastorno Mental Grave de Zafra, su Comarca y Zona Sur de Extremadura) es una asociación sin ánimo de lucro que lleva trabajando desde 1998 por la Rehabilitación, Integración Social y Laboral de las personas con Problemas de Salud Mental. Contamos con recursos públicos tanto del SES como del SEPAD dentro de la red de Salud Mental de Extremadura.

SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN EN SALUD MENTAL

Un espacio donde puedes:

- ☒ Hablar con una profesional de la salud mental.
- ☒ Resolver dudas sobre salud mental en general.
- ☒ Encontrar un espacio de acompañamiento.
- ☒ Acceder a recursos que puedan ayudarte.
- ☒ Confidencial y gratuito.

GRUPOS DE AYUDA

Se trabajarán temas como:

- Autoestima
- Gestión de emociones
- Ansiedad y estrés
- Comunicación
- Relaciones sociales
- Autocuidado

¿QUÉ HAREMOS?

- ✓ Juegos y dinámicas
- ✓ Actividades participativas y prácticas
- ✓ Sesiones adaptadas a las necesidades del grupo
- ✓ Un espacio donde compartir
- ✓ Un espacio seguro donde ser tú mismo/a



SALUD MENTAL
CERCA DE TI



S.I.O Salud Mental

Servicio de Información y Orientación en Salud Mental

609 735 179

gerencia@feafesazfra.com

C/ Severiano Fernández, S/N, 06300 Zafra, Badajoz

