



Benvolgudes famílies

Com sabeu una situació de confinament perllongat en el domicili pot provocar irritabilitat i derivar en conflictes de convivència en l'àmbit familiar. És per això que des del nostre centre us facilitem els següents recursos pel cas si detecteu mostres de malestar psicològic a causa del confinament, sempre i quan no tingueu cap referent de salut mental.

1. Si disposeu d'un referent de salut mental el millor és que us pugueu adreçar a ell, ja que les orientacions seran més personalitzades.
2. Els telèfons , en cas de no tenir referent , són:
 - Col·legi de Psicòlegs de Catalunya (COPC): 659.584.988 de 9:00h a 20:00h (de dilluns a diumenge)
 - Unitat de Crisi de Barcelona (UTCCB) de la UAB: 900.10.15.80 les 24h del dia (de dilluns a diumenge)

Aquests serveis, a més de donar un primer suport psicològic, valoren si és necessari un suport presencial per tal de valorar si cal una derivació al CSMIJ o CSMA de la vostra zona.

Altres telèfons d'interès:

- Infància respon (116111)
- Contra la violència de gènere (016)

