



**ASOCIACIÓN SALUD MENTAL**

**FEAFES PALENCIA**

**C/ ASTERIO MAÑANÓS 6, BAJO**

**34005 PALENCIA**

[psicologa2@saludmentalpalencia.org](mailto:psicologa2@saludmentalpalencia.org)

[www.saludmentalpalencia.org](http://www.saludmentalpalencia.org)

Teléfonos:

979 746 342 // 693 024 705

# GRUPO DE APOYO: SUPERVIVIENTES DEL SUICIDIO



**ASOCIACIÓN  
SALUD MENTAL  
PALENCIA**  
*(FEAFES Palencia)*

## ¿QUÉ ES UN GRUPO DE APOYO?

Se trata de un grupo de diversas personas que comparten un mismo problema o dificultad y se reúnen para intentar superar o mejorar su situación.

## ¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

Puede participar cualquier persona que tenga un **ser querido que haya fallecido por suicidio**.

## OBJETIVOS

→ Ofrecer un espacio de diálogo y confianza, donde se pueda hablar de una problemática que muchas veces se convierte en tabú entre amigos/as y familiares.

→ Compartir experiencias y sentirse comprendido por personas que han pasado por situaciones parecidas.

→ Comprender mejor el suicidio, buscando reducir los sentimientos de rabia y culpabilidad a través del aprendizaje de gestión de las emociones.

→ Apoyarse en una red social de referencia con la que poder compartir experiencias sin sentirse juzgados/as.

## HORARIO E INICIO

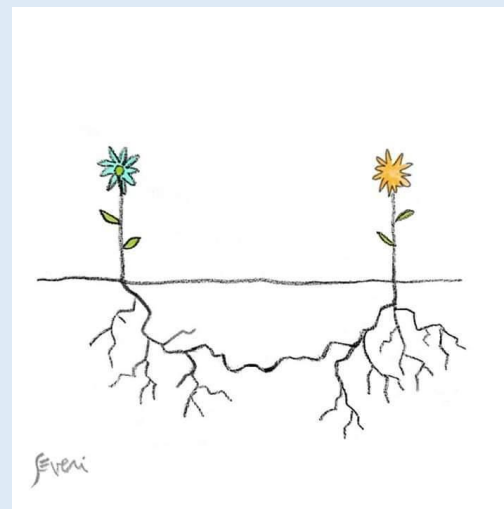
Se realizarán reuniones grupales periódicas dirigidas por una psicóloga de la asociación.

\*Sujeto a posibles variaciones en función del CoVid-19

Posibilidad de incorporación flexible en cualquier momento

## PRECIO

Participar en el grupo tendrá un coste **gratuito**, para facilitar que sea accesible a todo el mundo.



**SE PUEDE PEDIR CITA PARA INFORMARSE  
SIN COMPROMISO**