

---

# Sessões de Psicoeducação

---

## Apoiar as Famílias: Conhecer Mais e Cuidar Melhor!

---

Primeiro grupo: 18 de junho e 2 de julho das 10H30 às 14H30  
Segundo grupo: 25 de junho e 9 de julho das 10H30 às 14H30  
(incluindo almoço)

**Local:** Sala de reuniões da “Domus Vitae” Fundação Beatriz Santos

**Destinatários:** Familiares de pessoas com diagnóstico de doença mental (designadamente do quadro das depressões e das esquizofrenias)

**Objetivo geral:** Ajudar os familiares a conhecer melhor a doença, sua evolução, reabilitação e novas perspectivas de cuidados.

**Objetivos específicos:**

- Aumentar a compreensão da doença: sintomas, fatores desencadeadores, evolução e modalidades de tratamento;
  - Esclarecer dúvidas, desmistificar crenças erróneas, combater o estigma;
  - Analisar atitudes, modos de comunicação e de organização de rotinas;
  - Adquirir estratégias adequadas para lidar diariamente com as dificuldades decorrentes da doença e minimizar o stress familiar;
  - Partilhar experiências e reforçar o papel das famílias.
- 

## FICHA DE INSCRIÇÃO

Assinale com X a sua escolha, Primeiro grupo \_\_\_\_\_ Segundo grupo \_\_\_\_\_

---

Nome: \_\_\_\_\_

Telefone/Telemóvel: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Concelho: \_\_\_\_\_ Distrito: \_\_\_\_\_

Escolaridade: \_\_\_\_\_

Profissão/Ocupação: \_\_\_\_\_

Grau de parentesco com o doente: \_\_\_\_\_

**A inscrição é gratuita e deve ser enviada para o endereço eletrónico**

**[recriar.caminhos@gmail.com](mailto:recriar.caminhos@gmail.com) até ao dia 12 de junho. Para qualquer esclarecimento contactar 91 499 76 56.**