

Ajuntament de Castellar del Vallès

Actualitat

Entrada de La Fàbrica (carrer de Portugal, 2E).

Entrada de La Fàbrica (carrer de Portugal, 2E).

La Fàbrica impulsa dos grups de benestar emocional oberts als joves que comptaran amb el suport d'una psicòloga

Dimecres 21 de gener

Programes| [Grups d'autoconeixement](#)

Es tracta d'un servei gratuït que engregarà al febrer i que requereix inscripció a www.castellarvalles.cat/grupsautoconeixementlafabrica

L'equipament juvenil La Fàbrica ha iniciat el nou trimestre amb una proposta d'activitats i serveis gratuïts adreçats als joves entre els quals destaca la posada en marxa de dos grups estables d'autoconeixement a partir del mes de febrer.

La iniciativa, que anirà a càrrec de la Referent de Benestar Emocional i Comunitari (RBEC) del CAP Castellar del Vallès, té per objectiu oferir un espai segur, de confiança i de continuïtat per treballar l'autoconeixement, les emocions i les relacions socials. És per això que els grups seran tancats i requeriran inscripció, que es podrà fer a través del formulari

www.castellarvalles.cat/grupsautoconeixementlafabrica, al qual també es podrà accedir des de la biografia de l'Instagram de La Fàbrica (@lafabrica_castellar).

Així, el format canvia respecte al que s'oferia fins ara, que consistia en visites quinzenals a l'equipament que eren obertes a tots els joves, de manera que es donarà resposta a la necessitat de generar espais més estables i confidencials. En concret, els grups que funcionaran són, d'una banda, "Ratllades adolescents", un espai per parlar de situacions habituals de l'adolescència com els nervis constants, les emocions intenses, el primer amor o els dubtes personals. D'altra banda, el segon grup, que rep el nom "Fem pinya", està pensat per a joves a qui els costa socialitzar o que se senten nerviosos en situacions socials.

Els grups es reuniran alternativament cada setmana, els dimecres de 18 a 19 hores, mentre que de 19 a 20 hores la professional oferirà atenció individualitzada i confidencial a aquells joves que ho necessitin. Un cop feta la inscripció, les persones participants rebran tota la informació sobre l'inici dels grups a través de WhatsApp.

Per resoldre dubtes o demanar més informació sobre aquesta iniciativa, es pot contactar amb La Fàbrica a l'Instagram @lafabrica_castellar, per WhatsApp al telèfon 699 084 418 o bé anant presencialment a l'equipament, al carrer de Portugal, 2E, de dilluns a divendres de 16 a 20 hores.

- [La Fàbrica - Equipament juvenil](#)

C. de Portugal, 2E

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40