



## **GRUPO DE PARES**

### **O QUE É?**

É um grupo de interajuda, integrado por pessoas que passaram pela mesma situação/problema (TCE ou outra lesão cerebral adquirida), com vista a encontrar soluções pela partilha de experiências e troca de informações.

### **OBJECTIVOS**

- Partilhar sentimentos, ideias e experiências;
- Proporcionar apoio, encorajamento, informação e ensino;
- Promover a auto-estima, autoconfiança e estabilidade emocional;
- Facilitar o processo de inclusão social, ajudando o grupo na sua readaptação na Sociedade;
- Desenvolver o hábito do rigor, da organização e do trabalho;
- Realizar actividades de âmbito terapêutico, de modo a promover o bem-estar Bio-Psico-Social dos utentes;
- Estimular cada um a reorganizar a sua vida e o seu futuro;
- Fomentar a ligação dos utentes com os seus familiares, amigos, instituição e comunidade, como forma de desenvolver uma vida afectiva, estimulante e equilibrada ao utente;
- Formar os elementos do grupo a partir da participação em formações dadas por profissionais de áreas diversas;
- Ajudar os membros do grupo a ter um papel activo e determinante na resolução dos seus problemas e a ganhar o controlo necessário sobre as áreas da sua vida.

### **LOCAIS DOS ENCONTROS**

**CASCAIS** – DNA Cascais – Rua Cruz da Popa, 2645-449 Cascais

Todas as quartas-feiras, das 10:00 às 12:00

**PORTO** – Centro de Reabilitação Do Norte, SCMP – Av. Infante Sagres, nº. 349, 4405-565 Valadares, Vila Nova de Gaia

Todas as quartas-feiras, das 18:30 às 20:00

## **CRITÉRIOS DE ADMISSÃO**

- Ter sofrido traumatismo crânio encefálico ou outra lesão cerebral adquirida.
- Ser associado da novamente.

## **CUSTOS**

Mensalidade Grupo – 12 euros

## **TESTEMUNHOS**

*“Tem sido fantástico, que bom ter-vos conhecido, deram uma nova vida ao meu filho,. Ele começou a conviver com pessoas que passaram pelo mesmo que ele. Coisa que nunca aconteceu ao longo de 12 anos. Ele está adorador a experiência. Obrigado por existirem e se importarem.”*

CV

*“Eu estou extremamente contente com o grupo pois ajuda-me a ingressar Novamente na sociedade.”*

AM

*“Sinto que quanto quando venho ca, fico melhor comigo próprio, esqueço por momentos que tive um TCE e também gostei das actividades realizadas.”*

JR

*“Consegui ser mais organizada! E tomei consciência das minhas capacidades/competências, coisa que me tinha esquecido completamente depois do acidente.”*

MS

## **PARA MAIS INFORMAÇÕES E/OU INSCRIÇÕES**

Contacte Rita Cardoso

912 275 506

gestorfamilias@novamente.pt