



"Si tens un desig,  
tens un camí"

Eines per assolir diversitat  
funcional i autonomia personal

## SPAD

Suport Psico social a  
l'Autonomia en les situacions de  
Discapacitat i dependència

Edició 2023-2024

## Presentació

L'any 2008 l'Equip Clínic Cipais va iniciar el programa SPAD. Els prejudicis socials o l'excessiu èmfasi en els aspectes assistencials sovint van en detriment del desenvolupament personal i la inclusió social.

Cal avançar en concebre la diversitat funcional amb objectiu emancipador, afavorint construir la singular manera de viure de cadascú.

## Objectius

- Afavorir l'acceptació de la seva situació i de les limitacions que comporta.
- Fer-se un lloc en la família i la societat.
- Assolir autonomia personal i desenvolupar un projecte de vida propi.
- Transformar els estereotips negatius i fomentar els valors d'autonomia personal i diversitat funcional.
- Millorar la qualitat de vida.

## Activitats

- **Atenció psicològica individual**

Psicoteràpia individual amb l'objectiu d'oferir eines per a millorar l'autonomia personal.

- **Grups de Marxa nòrdica per a pacients amb dolor crònic, fibromiàlgia i covid persistent**

Formació en la tècnica de la Marxa Nòrdica, incentivar la seva pràctica regular i fer sortides de supervisió de la tècnica del exercici i la seva adherència, així com millorar l'activitat física quotidiana i relació social.

- **Grups terapèutics dinamitzadors**

Grups setmanals adreçats a les persones que han finalitzat l'activitat de Marxa Nòrdica, on es dona un espai de paraula i s'orienten aspectes emocionals que han sorgit, fruit de l'experiència de l'activitat física.

# Activitats

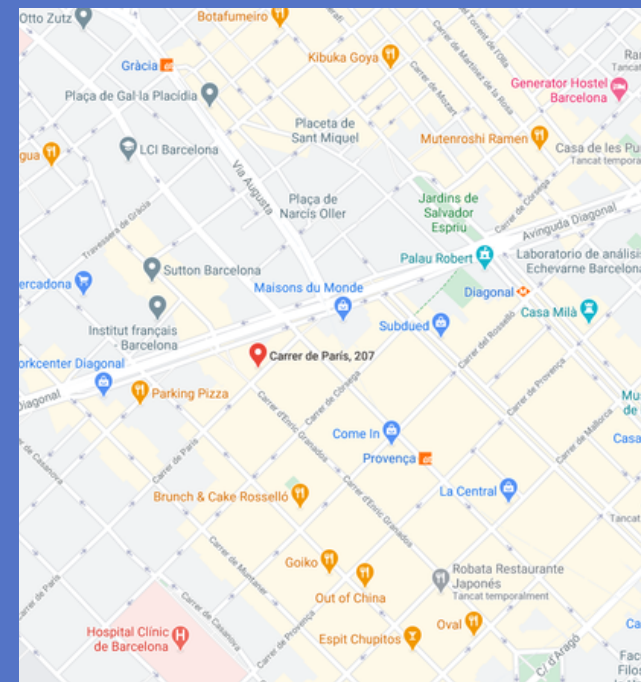
## Xarxa de treball especialitzada

Collaboració amb els equips assistencials derivadors.

## Activitats de sensibilització comunitària

Visualitzar la discapacitat i la malaltia mental d'altra manera, amb finalitats emancipatòries i de promoció de l'autonomia personal.

Adreçat a persones i famílies en situació de discapacitat i/o dependència que fan demanda d'ajut per avançar en la seva autonomia personal



Ho organitza:



Hi col·labora:



## Contacte

C/ París 207, pral 2  
08008 Barcelona

T. 93 323 30 28  
info@cipais.cat

www.cipais.cat  
blog.cipais.cat