



SUPORT PSICOLÒGIC I ALTRES RECURSOS PER A LA SALUT MENTAL DURANT EL PERÍODE DE PANDEMIA COVID-19

Vigent

Telèfon d'assessorament psicològic del **Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya** atendran la ciutadania que presenti malestar emocional, a causa de la situació actual.

Servei EXCLUSIU per a persones que necessitin el servei d'assessorament psicològic. *Abstenir-se trucades amb altres finalitats.*

L'Horari d'atenció és de **9,00 a 20,00 h**, inclosos caps de setmana

Faran una primera contenció i, si cal, redirigiran als diferents serveis d'atenció psicològica existents.



649 756 713



Servei d'atenció psicològica adreçat al personal municipal en contacte directe amb la ciutadania: 93 472 50 50

Persones destinatàries: policia local, serveis socials, agents cívics, brigades, conserges d'escola, entre d'altres.

Àmbit geogràfic: localitats de la província, excepte la ciutat de Barcelona



Col·legi Oficial de
Psicologia de Catalunya

Servei de tele suport psicològic per als professionals de la salut, treball social i psicologia en situació de patiment emocional per la crisi sanitària de la COVID-19

Fundació  GALATEA

Horari: de dilluns a diumenge de 9h a 22h.

La via d'accés es fa a través de la Unitat d'Acollida de la **Fundació Galatea**, Aquesta unitat rebrà, acollirà i adreçarà al / a la professional en situació de patiment emocional als diferents experts de la Fundació que, en el termini més breu possible, hi connectaran a través de la seva plataforma d'atenció en línia (o per telèfon si no fos possible l'accés). **Servei gratuït.**

Accés al servei: Unitat d'Acollida de la Fundació Galatea. **Telèfon: 900 670 777 o 93 567 88 56**



El **Consejo General de la Psicología** juntament amb el **Ministerio de Sanidad**, han posat en marxa un Servei telefònic de primera atenció psicològica dirigit a la **població general, com per a tots els intervinents** (sanitaris, forces i cossos de Seguretat de l'estat, **policia local, responsables de les administracions**, unitats d'emergència....) i **familiars de malalts i morts per Covid-19**.



El Servei telefònic de primera atenció psicològica es pot contactar a través dels telèfons següents:

- **Població general amb dificultats relacionades amb l'alerta i la quarantena per Coronavirus: 91 700 79 88**
- **Familiars de persones malaltes o mortes pel coronavirus: 91 700 79 89**
- Sanitaris i altres intervinents que requereixen suport a conseqüència de la seva intervenció directa en la crisi del coronavirus (forces i cossos de seguretat, **policia local...**): **91 700 79 90**

ESTE VERANO LO PARAMOS UNIDOS

Horario de Atención:
09.00 - 20.00
De lunes a domingo

Teléfonos de asistencia psicológica por COVID-19

- 91 700 79 89**
Familiars de personas enfermas o fallecidas como consecuencia del coronavirus.
- 91 700 79 90**
Profesionales con intervención directa en la gestión de la pandemia
- 91 700 79 88**
Población en general con dificultades derivadas del estado de alerta

RECUILL DE GUIES I RECOMANACIONS

Afrontament psico-saludable

[Afrontament psico saludable davant la pandèmia de la COVID-19](#)



Benestar psicològic

[Benestar psicològic en temps de la COVID-19. Les conseqüències psicològiques de la pandèmia: guia de recursos i recomanacions.](#)

Emocions

[Gestió emocional](#) *Nova versió!*





Ajuntament de Mollet del Vallès
 Servei d'Organització, Persones
 i Innovació a l'Administració.
 Prevenció i Salut Laboral

Pl. Major, 1
 Edifici administratiu, 4a planta
 08100 Mollet del Vallès
 Telèfon 93 5719500

Ansietat

[Guia per a la gestió de l'ansietat - Castellà](#)



Dol

[Recomanacions per afrontar la mort d'una persona estimada durant el confinament per l'epidèmia de COVID-19](#)



La Generalitat de Catalunya ha d'oferir assistència psicològica als familiars dels morts per COVID-19, dins dels marc de l'actual emergència sanitària.



<https://www.boe.es/eli/es-ct/dl/2020/03/27/10/con>

[Afrontament del dol en la infància i l'adolescència en el context de la pandèmia de la COVID-19](#)

[Com viuen els nens la pèrdua d'un ser estimat \(castellà\)](#)



Conte per ajudar a afrontar el dol en nens. Permet que els nens aprenguin maneres per a afrontar la pèrdua d'una persona estimada, extretes de pautes d'intervenció avalades per la recerca.



[La última historia de Dante, el cuentacuentos elefante](#)

Malalties infeccioses

[Recomanacions de gestió psicològica durant quarantenes per malalties infeccioses](#)



Oncologia

**ETS MALALT DE CÀNCER,
 FAMILIAR O CUIDADOR?**

A L'AECC US SEGUIM DONANT SUPORT



**TRUCA'NS AL 900 100 036
 O ENTRA A AECC.ES**

AECC - Catalunya contra el Càncer
 Punt Comarcal del Vallès Oriental
 Pg. de la Muntanya, 68 Bxs. Granollers
 Tel.: 931 190 074

#quédateencasa



Malaltia mental Discapacitat

[Guia d'intervenció per a persones amb malaltia mental i discapacitat](#)





Ajuntament de Mollet del Vallès
 Servei d'Organització, Persones
 i Innovació a l'Administració.
 Prevenció i Salut Laboral

Pl. Major, 1
 Edifici administratiu, 4a planta
 08100 Mollet del Vallès
 Telèfon 93 5719500

Relacions i convivència

[Guia per a la gestió de les relacions i la convivència durant el confinament per l'epidèmia del COVID-19](#)



Gent gran

[Guia gent gran - Castellà](#)



Emocions infants

[Recomanacions per a la gestió de les emocions dels infants davant el coronavirus SARS-CoV-2](#)



Adolescents

[Adolescents i quarantena. Com suportar-la.](#)

Règims de comunicació i estança fills i filles

[Recomanacions entorn als règims de comunicació i estança dels fills i filles durant l'estat d'alarma](#)



ATENCIÓ PER VIOLÈNCIA DE GÈNERE

ATENCIÓ per VIOLÈNCIA DE GÈNERE durant el període de confinament per **CORONAVIRUS**

NOU SERVEI PER WHATSAPP DEL MINISTERI D'IGUALTAT
 ☎ 682 91 61 36 i 682 50 85 07
 Servei de suport emocional immediat

TELÈFON GRATUÏT. NO QUEDA REGISTRAT A LA FACTURA
 ☎ 016 ✉ 016-online@mscbs.es
 Serveis estatals de 24 hores per a tot tipus d'assessorament sobre els drets de les dones

EMERGÈNCIES ☎ 112 mossos
 091 policia

Ajuntament de Mollet del Vallès

Serveis telefònics d'atenció a dones en situació de violència masclista i el seu entorn

#NoEstàsSola
#JoActuo

Per a qualsevol consulta sobre violències masclistes pots trucar al **900 900 120** ☎

També pots contactar via Whatsapp **671 778 540** ☎

O enviar un correu electrònic **900900120@gencat.cat** ✉

Per a qualsevol emergència pots trucar al **112** ☎

[Institut Català de les Dones](#)



Prevençió i salut laboral no és responsable ni garanteix l'exactitud de la informació en els enllaços o llocs web fora del Portal de l'empleat. Així mateix la inclusió d'un enllaç no implica aprovació per part d'aquest servei del lloc web, del propietari del mateix o de qualsevol contingut específic al qual aquell redirigeixi.

CONTROL DE CANVIS

Versió	Data	Descripció del canvi
1	06/04/2020	Versió inicial (aprovat i ratificat pel CSS el 19/6/2020)
2	07/04/2020	Actualització – Inclusió de nou telèfon i servei del COPC (aprovat i ratificat pel CSS el 19/6/2020) CSS)
3	14/04/2020	Actualització – Inclusió guies del COPM (aprovat i ratificat pel CSS el 19/6/2020)
4	20/04/2020	Actualització – Inclusió gestió emocional CATSalut (aprovat i ratificat pel CSS el 19/6/2020)
5	04/06/2020	Actualització – Canvi títol document, Inclusió enllaç sobre la normativa en relació l'assistència psicològica que la Generalitat ha d'oferir als familiars de morts per COVID-19, durant l'actual emergència sanitària i conte per ajudar a afrontar el dol en nens (aprovat i ratificat pel CSS el 19/6/2020)
6	22/07/2020	Actualització – Quadre amb telèfons d'assistència psicològica per la COVID-19 del Ministeri de Sanitat (aprovat i ratificat pel CSS el 18/06/2021)
7	05/09/2020	Actualització – Servei de telesuport psicològic – Fundació Galatea (aprovat i ratificat pel CSS el 18/06/2021)
8	27/04/2021	Actualització – Ampliació serveis Fundació Galatea (aprovat i ratificat pel CSS el 18/06/2021)
9	22/07/2021	Actualització - S'inclou l'enllaç del Canal UNED també de Benestar psicològic en temps de la COVID-19, com viuen els nens la pèrdua d'un ser estimat. Adolescents i la quarantena. (pendent d'aprovació pel CSS)