

O Gabinete de Apoio Psicológico (GAP) é um espaço de atendimento, partilha de vivências e ideias, reflexão e aconselhamento, comportando um potencial de reestruturação interior, através da modificação de padrões de pensamento e, conseqüentemente, de uma alteração de comportamentos mais funcionais e harmónicos para o indivíduo e/ ou grupo.



“Sempre é preciso saber quando uma etapa chega ao final... Se insistirmos em permanecer nela mais do que o tempo necessário, perdemos a alegria e o sentido das outras etapas que precisamos viver.”
“... Deixe de ser quem era, e se transforme em quem é.”

Fernando Pessoa



Gabinete de Apoio Psicológico

Psicóloga
Ana Pardal

Contactos
231 416 085
gap@cspo.pt
www.cspo.pt

Horário
9h-12h30m/ 14h-17h30m

GAP!

O Gabinete de Apoio Psicológico (GAP) surge da necessidade sentida pela Direção do Centro Social e Polivalente de Ourentã (CSPO) em dar uma resposta específica ao nível do apoio psicológico, nas suas várias vertentes, de forma a intervir eficazmente nas problemáticas psicológicas, tendo em conta as diversas respostas sociais da Instituição e a população residente na freguesia de Ourentã.

O GAP pretende ser uma mais-valia, quer do ponto de vista psicológico, quer no que diz respeito à promoção e desenvolvimento de competências pessoais e sociais, de todos os utentes, colaboradores, sócios e população residente na freguesia.



Objetivos

- Avaliação e diagnóstico psicológico de crianças, idosos, colaboradores, sócios e população residente na freguesia, que estejam a atravessar dificuldades;
- Acompanhamento psicológico e psicoterapêutico adequado às situações sinalizadas;
- Promoção da saúde mental e do ajustamento psicológico de crianças, jovens, adultos e idosos, sendo um sistema de apoio, potenciador de mudanças positivas, ao nível individual e/ou grupal;
- Mediação e facilitação das relações entre as pessoas e a Instituição, contribuindo para o desenvolvimento harmonioso de ambas.

Áreas de abrangência

- Centro de Dia
- Serviços de Apoio Domiciliário (SAD)
- Creche
- Centro de Atividades de Tempos Livres (CATL)
- Funcionárias
- Sócios
- População residente na freguesia de Ourentã



Como chegar até nós!

Os familiares de crianças e idosos, bem como os sócios e população residente na freguesia, deverão dirigir-se aos serviços administrativos do CSPO ou contactar via telefone ou endereço de correio eletrónico, no sentido da marcação de uma consulta com a Psicóloga ou do esclarecimento de qualquer dúvida.

