



**On som?**  
CESJO  
C/ Segarra, 24  
43006  
Torreforta

**Com contactar?**  
Trucant al  
de 9 a 21: hores  
de dilluns a divendres  
Tel. 695.272.211

El Centre d'Escolta Sant Josep Obrer (CESJO) ofereix acompanyament terapèutic amb voluntaris no professionals en sessions setmanals anònimes i gratuïtes per emprendre amb tu el retorn a una vida moderadament feliç.

# Cesjo

CENTRE  
D'ESCOLTA  
SANT JOSEP OBRER

*"L'escolta és una eina molt potent,  
i en moltes ocasions passa per ser l'única resposta  
que es pot oferir en una situació de crisi"*

*L'objectiu principal en el qual es fonamenta el projecte, és oferir l'escolta com una eina de transformació personal, de sanació, d'alliberament, de patiment. Mitjançant l'escolta es vol oferir un suport anímic que ajudi la persona a restaurar i recuperar les potencialitats i capacitats personals, que per la situació traumàtica apareixen bloquejades.*

# Cesja

CENTRE  
D'ESCOLTA  
SANT JOSEP OBRER

**Moltes són les causes en la nostra societat per les quals la persona pot passar per un procés de dol:**

Una d'elles, molt comú perquè afecta a la nostra cultura, és el dol per la mort d'algú proper o molt proper. I segons el tipus de mort, molt difícil de superar.

Com més vincle existia entre la persona morta i la supervivent més difícil és superar el dol. No hi ha motiu que justifiqui un dol excessiu.

**Si et segueix pesant el dol després d'unes setmanes necessites parlar-ne...**

**El dol davant la mort d'algú estimat és de vegades complicat de resoldre i no sabem si les sensacions que tenim són "normals" ... Potser necessiti ajuda, però:**

## **Com saber-ho?**

- ♥ Si no recuperes la normalitat en la teva vida ...
- ♥ Si no trobes el camí de normalitzar-la.
- ♥ Res t'estimula.
- ♥ Saps que la persona estimada ja no hi és, però la busques.
- ♥ No pots tocar res del que era seu ...

Si et veus aquí reflectit i necessites buscar algun recurs per normalitzar la teva vida sense la persona estimada, acudeix al Centre d'Escolta.

## **Dols Socials**

- ♥ Dol migratori.
- ♥ Dol per separació de la parella.
- ♥ Dol prenatal i perinatal.
- ♥ Dol i discapacitat intel·lectual.
- ♥ Altres pèrdues socials. (Pèrdua de coses, de domicili, d'estatus, atur, en definitiva, crisis provocades per traumes diversos ...).
- ♥ Dol per pèrdues funcionals (envelliment, malalties ...)