

---

---

# ACOMPANYAMENT

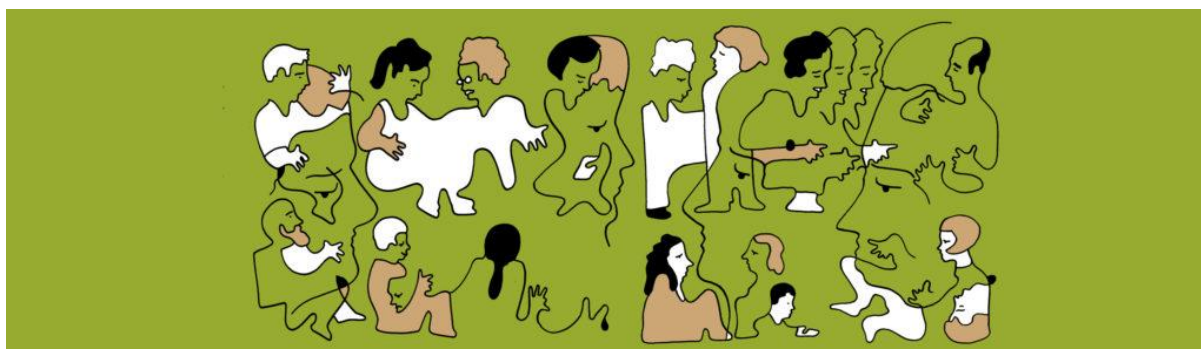
## Individual i de relacions

---

---



Fil a l'agulla som una cooperativa que acompanya a persones i grups en processos de presa de consciència amb vocació de transformar i incidir allà on treballem: al món educatiu, les organitzacions, els grups, les comunitats, les persones, les relacions i nosaltres mateixes. Treballem per la transformació personal i social. Donem suport a la diversitat i la llibertat en un sentit profund, de manera que cadascú pugui ser més qui és. Apoderem per impactar en el món i afavorir el canvi social.



### Acompanyament individual i de relacions

El creixement personal és fonamental per la transformació social. Les persones necessiten ser més conscients i donar la benvinguda a la seva diversitat interna per sentir-se millor i construir relacions sostenibles. **Per a demanar informació, cita o fer qualsevol consulta, podeu contactar amb nosaltres a [info@filalagulla.org](mailto:info@filalagulla.org).**

Com a referència, aquests són alguns dels àmbits en què us podem acompanyar:

#### *Individual*

- Síntomes corporals
- Alteracions de l'estat d'ànim
- Autoestima, creixement personal i empoderament
- Identitats de gènere
- Sexualitats
- Reptes en les relacions
- Dols i separacions
- Desenvolupament professional i creativitat
- Abús i trauma
- Tendències addictives

#### *Relacions de parella i no monògames*

- Creixement relacional
- Comunicació i gestió de conflictes
- Moments de crisi i dificultats d'adaptació als canvis vitals
- Relacions des d'una perspectiva interseccional
- Trencament dels pactes dins les relacions
- Acompanyament en el procés de separació
- Comunicació i entesa

## Equip de terapeutes

**Ainhoa Roca**

**Anna Espadalé**

**Blanca Fariña**

**Núria Mateu**

**Anna Boix**

**Anna Galí**

**Núria Danés**

**Sara Carro**

**Sol Abejón**

L'equip són facilitadores que han estudiat amb l'Institut de Treball de Processos. Compten amb més de cinc anys de formació. Algunes es troben en la fase final dels estudis en la diplomatura de Treball de Processos i d'altres ja estan diplomades. Alhora, cada professional té un acompanyament en la seva tasca quotidiana. Ho fem a través de sessions de seguiment amb una supervisora i sessions conjuntes amb tot l'equip de la cooperativa Fil a l'agulla.

## Les sessions

A continuació us expliquem el funcionament i les condicions per les sessions d'acompanyament individual o de relacions per aquest 2020-21. La durada de les sessions varien segons si són **individuals (entre 50 o 60 minuts)** o bé són de **parella i de relacions (1 hora i 30 minuts)**. La freqüència podrà ser **setmanal, quinzenal o mensual** en funció de les necessitats de la persona i de la fase del procés en què es trobin. Els idiomes en què us podem acompanyar són el català i el castellà.

## Les tarifes

• **Individual: 75 euros**

• **De parella i relacions: 110 euros**

El pagament es pot fer tant en metàl·lic després de cada sessió o a través de transferència bancària, sigui al moment o a finals de mes. Us demanem, si us plau, que en triar una modalitat mantingueu aquesta forma de pagament.

Si escolliu la modalitat de transferència bancària, necessitarem el comprovant de pagament per agilitzar la gestió administrativa interna. Podeu enviar els comprovants o sol·licitar factures escrivint a [comptabilitat@filalagulla.org](mailto:comptabilitat@filalagulla.org). Aquestes són les dades de pagament bancari:

**Caixa d'Enginyers** ES87 3025 0017 4614 0004 1310

**Destinatària:** Fil a l'agulla, SCCL

**Concepte:** Nom i cognoms, data de la sessió i nom complet de la persona terapeuta

Si ho necessiteu, és possible més aviat possible per tal que una altra persona pugui aprofitar l'hora. Si no ho feu abans de 48 hores, haureu de pagar la visita. En cas d'emergència feu-nos-ho saber tan aviat com sigui possible.

## Els espais

• **Barcelona (Barcelonès)**

Carrer de la Indústria 93, baixos

• **Manresa (Bages)**

Carrer Nou 1

• **Girona (Gironès)**

Carrer Santa Eugènia, 18 4rt 4rta

• **Verges (Empordà)**

Espai La Placeta, La Placeta 4

**A banda de l'opció presencial, oferim acompanyament via online.**