



INTERVENCIÓN EN CRISIS ANTE EL COVID-19



Desde el Equipo del Programa de Atención al Menor y a la Familia, ofrecemos la posibilidad de llamarte por teléfono y atenderte en estos momentos tan difíciles.

¿Cuándo lo puedes necesitar?

- Llevas muchos días en casa sin poder salir, y todo se está convirtiendo en una losa. Tanto para ti como para tus hijos/as.
- Te angustia la idea de no saber hasta cuándo vamos a estar así Te levantas y ya no sabes cómo entretener a tus hijos/as.
- Tienes pensamientos negativos de futuro constantes que te llegan a desbordar.
- Te sientes decaído/a y con poco interés por las cosas del día a día.
- Ya no sabes qué explicarles a tus hijos/as y ves que ellos/as también lo están pasando mal. Y necesitas que hablen con una psicóloga o educadora.
- Cada vez hay más discusiones en casa. Y no sabes cómo solucionarlo.
- Ya no consigues distraerte como antes.
- Tus hijos/as ya no hacen caso, y se convierte todo en una discusión.



Mancomunidad de
Servicios Sociales
Sierra Norte (Madrid)

***Contacta con tu trabajador/a social
y te ayudará a solicitarlo:***

UTS Buitrago: 918681001 UTS Torrelaguna: 918430655

UTS Rascafría: 918691053 UTS Bustarviejo: 918482343