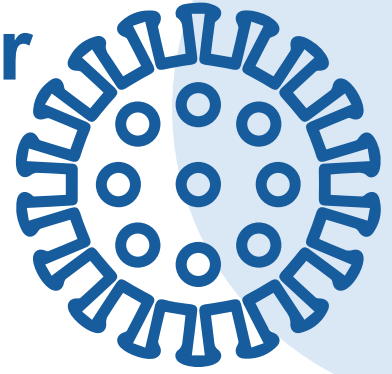


¿Como podemos **gestionar el duelo** durante la situación que vivimos?



/ El duelo es una **reacción normal** ante la pérdida de un ser querido.

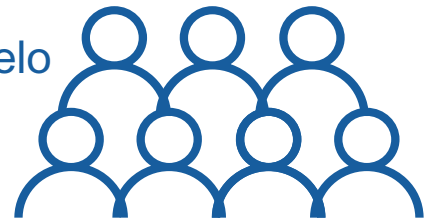


/ Las emociones de **rabia y tristeza** forman parte del proceso.

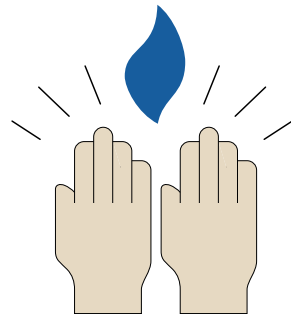
/ Todo se debe ir **recolocando y elaborando** a lo largo del tiempo.



/ En esta situación es más difícil **afrentar el duelo** acompañado.



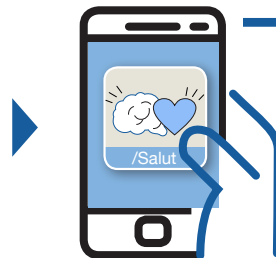
/ Se recomienda **hacer rituales individualmente y con la familia.**



/ Y cuando se pueda, **hacerlo colectivamente.**

#EnsEnSortirem

Cuida tu **salud emocional** mediante la app **GestioEmocional.cat**



/ Puedes acceder a través de este enlace

GestioEmocional.cat

Para más información, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus