

**Os Grupos de Ajuda Mútua (GAM's)** são constituídos por um conjunto de pessoas que partilham o mesmo problema ou situação e que se reúnem para a resolução de uma dificuldade ou satisfação de uma necessidade.

O seu objectivo geral é fornecer apoio emocional, trocar informação, desenvolver competências interpessoais e promover estratégias para lidar com os diversos desafios.

Existem dois Grupos de ajuda mútua:

GAM constituído por indivíduos com Paralisia Cerebral;

GAM constituído por pais de indivíduos com Paralisia Cerebral

## Quem pode participar

Todos os indivíduos com Paralisia Cerebral, com mais de 16 anos, que sejam clientes da APPC.

Todos os Pais ou Familiares de indivíduos com Paralisia Cerebral, clientes da APPC.

## Horário de Funcionamento

Quinzenalmente, em horário a definir com os participantes.

**A participação nos GAM's  
é gratuita.**

## Informações

Sandra Felgueiras (Psicóloga)

e-mail: [gam-appc@appc.pt](mailto:gam-appc@appc.pt)

tlm: 225 191 400

**APPC PORTO**

Rua Delfim Maia, 276  
4200-253 Porto  
T. 225 573 790  
direcaoporto@appc.pt

**APPC GONDOMAR**

R. D. Francisco D'Almeida, 153  
4420-425 Gondomar  
T. 224 641 531  
direcaocondomar@appc.pt

**APPC CENTRO DE REABILITAÇÃO**

Alameda de Cartes, 192  
4300-008 Porto  
T. 225 191 400  
direcaocentrodereabilitacao@appc.pt



[www.appc.pt](http://www.appc.pt)  

**gam** APPC  
GRUPOS DE AJUDA MÚTUA

APPC   
associação do porto  
de paralisia cerebral

