

[Suara](#), cooperativa de professionals compromesos amb el sector de l'atenció a les persones, amb una experiència acumulada de gairebé 40 anys, hem engegat un **servei gratuït online** per donar suport emocional i físic durant el confinament que us pot ser útil per als vostres equips.

L'estat d'alarma per pandèmia pot generar inquietuds, incertesa, estrès, despertar algun dolor muscular, problemes de convivència domèstica o podem adoptar postures inadequades per fer teletreball, entre d'altres... L'equip de professionals de Suara a casa, en sessions de 30 a 45 minuts, contribueixen a millorar el benestar de les persones davant d'aquesta situació excepcional.

Per demanar hora de forma gratuïta, cal que seguiu aquests passos:

1. Connecta't al web [Suara a casa](#), selecciona qui vols que t'atengui i agenda una cita.
2. Et contactarem per confirmar la cita i establir l'eina de videoconferència
3. Comença a sentir-te més acompanyat en aquests temps difícils.

Les sessions són gratuïtes però, si voleu, tindreu l'oportunitat de fer una aportació econòmica voluntària: tots els diners recaptats aniran destinats al projecte [#JoEmCorono](#) del metge i investigador Oriol Mitjà.