

GRUPO DE AYUDA MUTUA PARA FAMILIARES CUIDADORES CON PERSONAS MAYORES A SU CARGO

Las personas cuidadoras necesitan saber que no están solas ante el cuidado de sus familiares dependientes, que hay mucha más gente en su misma situación. La actividad ofrece un espacio de intercambio de experiencias, donde aprender a manejar situaciones a las que se enfrenta cada día la persona cuidadora.

Con esta actividad que se realiza cada mes se pretende mejorar la calidad de vida de quienes cuidan, proporcionando un espacio en el que el cuidador se libera del estrés y tensiones asociados al cuidado.



CONTENIDO DE LA SESIÓN:

AUTOCUIDADOS PARA EL CUIDADOR PARA PODER CUIDAR MEJOR

Fecha: 16 DE MARZO 2015 (LUNES)

HORA: 16:30 h – 17:30 h

LUGAR: ASAMBLEA DE CRUZ ROJA CONSUEGRA

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

CRUZ ROJA CONSUEGRA

c/ GOYA 12

Teléfono: 92548 20 20

cecamo@cruzroja.es



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

 **Cruz Roja Española**