

# FORMACION CUIDADORES DE SUS FAMILIARES EN SITUACION DE DEPENDENCIA O FRAGILIDAD

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras.

## Descripción

La actividad se realizara los viernes de 16,30-18,30 h del 17oct. al 19 dic en el Hogar de Personas Mayores.

Son 10 sesiones teórico -prácticas impartidas por Fisioterapeuta, terapia ocupacional y Trabajador social del Servicio del PAP.

Entre los temas que se trataran : Ansiedad y Depresión , como cuidar a las personas con ansiedad o depresión . Recursos para información fiable y adecuada en la red

discapacidades físicas, cognitivas y Daño Cerebral Adquirido (ICTUS) , estrategias para el manejo de las secuelas y

comportamentales y Estrategias generales de comunicación.

Autoconocimiento del cuidador y estrategias de autocuidado

con personas con Alzheimer Alzheimer conductas ilógicas e incoherentes . Como reaccionas .la comunicación

Técnicas para superar las situaciones de estrés

Autoestima, empatía y resiliencia

## Población

Población General - Cualquiera ()

## Persona de contacto

Gloria Yus Trabajadora Social del Hogar de personas Mayores (974481047) (gyus@aragon.es)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

HOGAR PERSONAS MAYORES IASS SABIÑANIGO

## Fecha de última actualización de la actividad

20/03/2023

## Situación actual de la actividad

Histórica

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle Serrablo s/n 22.600 Sabiñánigo HOGAR PERSONAS MAYORES Sabiñánigo Huesca Aragón España



## Fecha de la Actividad

De 17/10/2022 a 19/12/2022