

# GRUPO DE AYUDA MUTUA PARA CUIDADORES

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

---

## Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Personas en riesgo de exclusión, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras, Enfermedades crónicas.

---

## Descripción

Cuidadores de personas con demencia se juntan de forma periódica, para apoyarse en el cuidado de sus familiares. Se basa en el autocuidado y la confidencialidad de lo que se hable durante la sesión.

Se realizan sesiones quincenales de descarga emocional, ayuda con los cuidados, orientación y apoyo para afrontar el cuidado de sus familiares, con la dirección de un técnico que guía las dinámicas del grupo.

Las sesiones son de 90 minutos, se realizan los lunes a las 16,30 en el centro polivalente Valero Lecha de Alcorisa.

Esta actividad entra dentro de los servicios que ofrece la asociación de ADABA con la cuota de socio (25 euros/año).

---

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Preferentemente cuidadores de enfermos con demencia, o otro tipo de enfermedad que curse con deterioro cognitivo.)

---

## Persona de contacto

Maria Jose Aznar Guallar (630 48 58 45) (adabandorra@gmail.com)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

ADABA\_Asociación de Familiares y enfermos de Alzheimer y otras demencias del Bajo Aragón

---

## Fecha de última actualización de la actividad

24/01/2025

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle calle Marques de Lema 12 44550 Alcorisa Alcorisa Teruel Aragón España

