# GRUPO DE APOYO PARA PERSONAS QUE CUIDAN - PROGRAMA CUIDARTE

## Red adscrita \*\* Salud Comunitaria Aragón

#### **Temas**

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Personas cuidadoras.

### Descripción

A través de los Grupos de Apoyo para personas que cuidan se fomenta el refuerzo de capacidades personales y la adquisición de habilidades para cuidarse y afrontar el momento que viven. Están coordinados por una Trabajadora Social y por una Terapeuta Ocupacional de la Residencia Hogar Doz del I.A.S.S. en Tarazona.

Van dirigidos a todas aquellas personas que tienen a su cuidado a una persona en situación de dependencia y que quieran mejorar su estilo de vida. Los cuidadores, debido a su tarea de cuidar, pueden presentar problemas de agotamiento físico y/0 psíquico, estrés, ansiedad, soledad...

Se pretende crear un espacio para relacionarse y aprender de la experiencia común, donde reconocer y potenciar las capacidades personales y mejorar el autocuidado.

#### Contacto

Amparo García Vela (Trabajadora Social), Paula Lara Ruiz (Terapeuta Ocupacional), Pilar Pérez Lapuente (Directora Hogar Doz) - 976199280 - agarciave@aragon.es

#### Fecha de última actualización del recurso

29/09/2022

#### Situación actual del recurso

Activa

#### Localización



## Imagen del Recurso

