

Aprèn a cuidar i a cuidar-te (programa online)

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

El programa online “Aprèn a cuidar i a cuidar-te” és un recurs de suport emocional i formació per a **persones que cuiden familiars amb Alzheimer**, amb un enfocament pràctic i orientat a les necessitats del dia a dia.

Alguns dels **temes** que es treballen són:

- L'evolució de la malaltia d'Alzheimer i els seus símptomes.
- L'afectació sobre les activitats de la vida diària.
- Estratègies per millorar la comunicació amb la persona diagnosticada.
- Aprendre a reconèixer els propis límits i a demanar ajuda de manera assertiva.
- La importància de cuidar-se per poder cuidar.
- La gestió emocional de les pèrdues que suposa la malaltia.

El programa és **gratuït** per als participants i es realitza per **videoconferència** amb la dinamització d'un/a **professional de la psicologia**. Consta d'un total de 8 sessions d'una hora de durada cadascuna, que es realitzen un cop per setmana en grups de 10 persones. Es recomana per a familiars que cuiden a persones amb Alzheimer en fase lleu a moderada.

Per a participar en el programa, cal emplenar aquest qüestionari web amb les dades de la persona interessada:

<https://fpmaragall.org/ca/cuidant-al-cuidador/>

Un cop emplenat el qüestionari, des de la Fundació Pasqual Maragall s'informarà de les properes convocatòries amb els horaris disponibles.

Per a qualsevol aclariment complementari, pots escriure a cuidadors@fpmaragall.org

Contacto

93 326 31 90 - cuidadors@fpmaragall.org

Fecha de última actualización del recurso

18/04/2024

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Wellington 30 08005 Barcelona Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

https://fpmaragall.org/ca/area-social/grups-terapeutics-alzheimer/?_gl=1*3pf3zs*_up*MQ..*_ga*MTczODcyMjY0LjE3MTI1NzAxMjg.*_ga_NQY3BZ1QB0*MTcxMjU4MTk1OS4yLjAuMTcxMjU4

Imagen del Recurso

Aprèn a Cuidar i a Cuidar-

**PROGRAMA ONLINE
DE FORMACIÓ I SUPORT
EMOCIONAL PER A PERSONES
QUE CUIDEN FAMILIARS
AMB ALZHEIMER**

