

ESCOLA DE CUIDADORS

Quines són aquelles **situacions** que més ens cremen? *On podem dirigir-nos si necessitem ajuda?*
Coneixes els **recursos** de la dependència? *Davant d'un ennuegament, com creus que s'ha d'actuar?* **Us sentiu molt sols?** Coneixeu la importància d'una **dieta** equilibrada? **DOLÈNCIES D'ESQUENA AL LLARG DEL DIA?** Com puc **gestionar** millor el temps per cuidar-me? *Quin es l'entorn adequat pel dependent?*
Coneixes els recursos legals **protegeixen** una persona dependent?

SETEMBRE 2015 - JULIOL 2016

CONSULTA EL TEU ESPAI
MÉS PROPER

INICIEM EL 21 SETEMBRE

Per a més informació truca'ns:
972 26 72 12 / 972 59 08 38



**Un espai de trobada i formació per a cuidadors no formals.
Una sessió al mes durant tot l'any, Gratuït.**

Amb el suport de:



Organitzen:

