

CHARLA PARA FAMILIARES DE **PERSONAS DEPENDIENTES**

AFRONTAR EL CUIDADO DE PERSONAS DEPENDIENTES: AUTO-CUIDADO DEL CUIDADOR

- 1. ¿POR QUÉ CUIDAR ES DIFÍCIL?**
- 2. ORGANIZACIÓN DE CUIDADOS FAMILIARES.**
- 3. PENSAMIENTOS Y SENTIMIENTOS EN EL CUIDADOR.**
- 4. SALUD PSICOLÓGICA EN EL CUIDADO.**
 - 1) IDENTIFICACIÓN DE LOS SIGNOS DE FATIGA PSICOLÓGICA.**
 - 2) NUTRICIÓN**
 - 3) TERAPIAS ALTERNATIVAS: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN Y EL REIKI.**

LUGAR: CENTRO DE DÍA DE MADRIDEJOS

FECHA: 25/06/2013 (MARTES)

HORA: 17:00 – 19:00



Cada vez más cerca de las personas

