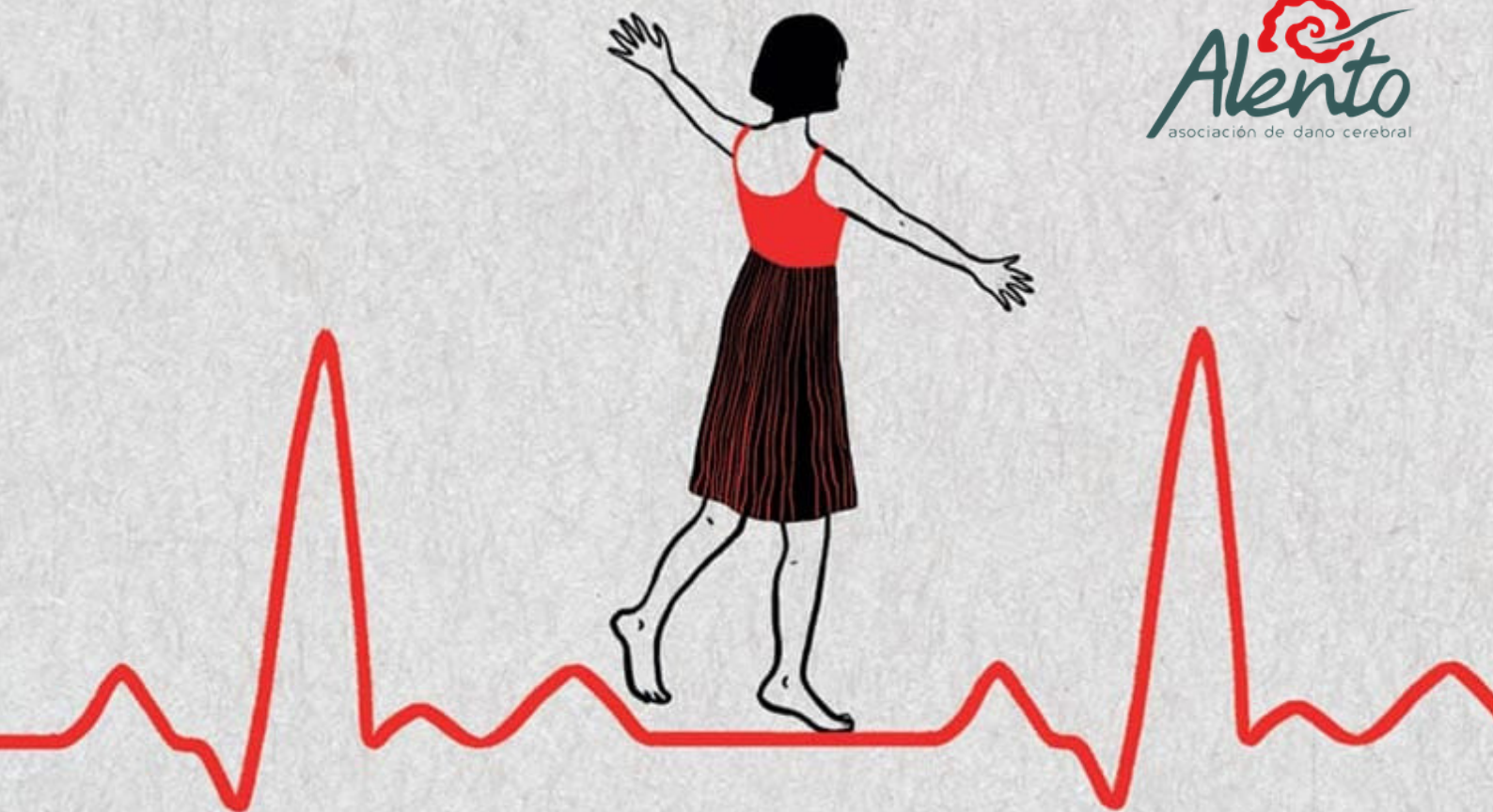


CHARLA FORMATIVA



CUIDARSE PARA PODER CUIDAR

Necesidades de apoyo y cuidado emocional



Impartido por Laura Ramírez Ramos (Psicóloga y coordinadora del Centro de Día de la Asociación ALENTO)



¿Dónde? En las instalaciones de la Asociación ALENTO (Rúa Pedra Seixa, s/n (Navia - VIGO))



¿Cuándo?

4 de julio de 2018, de 10:30 a 12:30 horas
5 de julio de 2018 de 17:00 a 19:00 horas.



Más información: info@alento.org - 986 229 069

4-5 julio



CUIDARSE PARA PODER CUIDAR

Necesidades de apoyo y cuidado emocional

¿POR QUÉ?

El Daño Cerebral marca un antes y un después en cualquier familia que lo sufre. En la gran mayoría el comienzo es súbito: la familia estaba viviendo una realidad que de forma repentina se ve interrumpida, por lo que se ven sometidas a vivir un proceso de cambio. Cada familia presenta una serie de necesidades, formas diferentes de afrontarlas y una serie de recursos que permitirán alcanzar un determinado grado de adaptación. Una adaptación que no siempre es la adecuada, pudiendo en determinados casos tener que soportar elevados niveles de estrés que desencadenan situaciones familiares de difícil manejo y deterioro. Y porque el tiempo no sólo “lo cura todo” sino que con frecuencia, el paso del tiempo y el cuidado pueden llevar al familiar a mayor sobrecarga.

El objetivo de esta formación es proporcionar estrategias, claves y sugerencias que puedan serles de utilidad para afrontar situaciones difíciles que comúnmente aparecen en un gran número de familiares con DCA, ayudándoles en el camino que va de la máxima dependencia al máximo nivel de autonomía.



Impartido por Laura Ramírez Ramos

(Psicóloga y coordinadora del Centro de Día de la Asociación ALENTO)



¿Dónde? En las instalaciones de la Asociación ALENTO

Rúa Pedra Seixa, s/n 36209 (Navia - Vigo)



¿Cuándo?

4 de julio de 2018, de 10:30 a 12:30 horas

5 de julio de 2018 de 17:00 a 19:00 horas.

CONTENIDOS

1. Impacto del DCA en las familias: efectos y necesidades psicológicas.
2. Estrategias de afrontamiento ante: el duelo, toma de decisiones, vínculos y roles familiares...
3. Aprender a cuidarse.
4. Puesta en práctica: Relajación física y mental.

4-5 julio



CUIDARSE PARA PODER CUIDAR

Necesidades de apoyo y cuidado emocional



Impartido por Laura Ramírez Ramos
(Psicóloga y coordinadora del Centro de Día de la Asociación ALENTO)



¿Dónde? En las instalaciones de la Asociación ALENTO
Rúa Pedra Seixa, s/n 36209 (Navia - Vigo)



¿Cuándo?
4 de julio de 2018, de 10:30 a 12:30 horas
5 de julio de 2018 de 17:00 a 19:00 horas.

NOTIFICACIÓN DE ASISTENCIA

Don/Doña _____,
confirmando que quiero asistir a la Charla Formativa de la Escuela DCA, sobre "Cuidarse para poder cuidar" que se celebrará los próximos días 4 y 5 de julio de 2018 en Vigo.

*Puedes confirmar la asistencia a la Charla formativa a través de esta notificación que se entregará en Administración en ALENTO o llamando al 986 229 069.

INFORMACIÓN

*Para cualquier duda, ponte en contacto con nosotros



986 229 069



info@alento.org