

¿Te sientes agobiada/o cuidando a tu/s familiar/es? ¡Para cuidar es necesario cuidarse!

TALLERES GRATUITOS ¡APÚNTATE!

¿QUIEN PUEDE HACERLOS? Mayores de 25 años, cuidadoras/es principales y a miembros de la familia que se corresponsabilicen de la tarea del cuidado familiar, población interesada en el cuidado.

TALLER CUIDAR AL CUIDADOR

En este taller vas a mejorar tu estado de ánimo, aprender a relajarte, nuevas habilidades, que te van a ayudar a resolver tus conflictos y mejorar tu bienestar.

TALLER COMPETENCIAS PERSONALES: AutoConocimiento, AutoEstima

¿Quién soy? ¿Cuáles son mis fortalezas y mis debilidades? ¿Cuál es mi plan de vida?

TALLER COMUNICACIÓN

¿Cómo puedo mejorar la comunicación con mi familiar?

PARA MÁS INFORMACIÓN ACUDE A LAS JORNADAS INFORMATIVAS EL PRÓXIMO 19/09/19 A LAS 11.00h

EN EL AYUNTAMIENTO DE EL PALMAR DE TROYA

CALLE GERANIO

TELÉFONOS DE CONTACTO: María Fernández 651419128 Clara Millán 635992692



ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL MEDIO RURAL:
FAMILIARES DE PERSONAS DEPENDIENTES



Colabora:



Financia:



Realiza:



Actividad subvencionada con cargo a la asignación tributaria del 0,7% del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas