

Inscripción a los talleres

Recorta por la línea de puntos y entrégalo en los lugares habilitados:

- Centro Social (conserjería)
- Centro de Salud (mostrador)

Datos personales:

Nombre y Apellidos:

Fecha de nacimiento:

Dirección:

Teléfono de contacto:

Relación con la persona dependiente:



Contacta con nosotras.
¡Te resolveremos tus dudas!

CONTACTO



Servicios Sociales



967 46 09 03



Unidad de Trabajo Social
Centro de Salud



967 46 07 91

Espacio cuidadores

Ofrecemos un espacio de encuentro, autocuidado y reflexión, donde las personas cuidadoras compartan información, vivencias y recursos para mejorar su bienestar y el de su entorno.



delega
cuidate
descansa
pide ayuda

Organiza:

Colabora:



Servicios Sociales
Ayto. Casas Ibáñez



Unidad de Trabajo Social
Centro Salud Casas Ibáñez

Agredecemos la colaboración de los profesionales que voluntariamente han contribuido para que este proyecto pueda realizarse.

Talleres

ENERO
Martes 27

"EN PRIMERA PERSONA"

Imparte: Isabel M^a Valiente Aroca.
Directora Centro de Día de Mayores
de Fuentealbilla.

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

FEBRERO
Martes 24

"CUIDAR SIN DESCUIDARSE"

Imparte: Lucía Torrente Pérez.
Geriatra GAI Albacete

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

MARZO
Martes 31

"AUTONOMÍA: AYUDAS TÉCNICAS Y PRODUCTOS DE APOYO"

Imparte: Carmen Cañizares Castillo.
Terapeuta Ocupacional CRMF
Colabora Cruz Roja Casas Ibáñez

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

ABRIL
Martes 28

"VIVIR SIN TROPIEZOS" (Prevención de caídas)

Imparte: Lucía Torrente Pérez.
Geriatra GAI Albacete

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

MAYO
Martes 26

"LA FARMACIA, UN APOYO ESENCIAL EN LA ATENCIÓN A LOS CUIDADORES"

Imparte: Responsable farmacia CABOT

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

JUNIO
Martes 16

"TÉCNICAS DE TRASLADO, MOVILIZACIÓN, DEAMBULACIÓN"

Imparte: David Herrero Diez.
Fisioterapeuta Centro Salud

Horario: de 10 a 11 - Lugar: Gimnasio del Centro de Salud

Talleres

SEPTIEMBRE
Martes 22

"PASEOS CON HISTORIA"

Imparte: Fco. José Tébar Hernández.
Técnico de Turismo.

Horario: de 11 a 12 - Punto de encuentro Centro Social

OCTUBRE
Martes 27

"HABLEMOS DE DUELO"

Imparte: M^a Trinidad García García y
Marta Santiago Cabrera,
Psicóloga y Trabajadora Social
Equipo de Atención Psicosocial

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

NOVIEMBRE
Martes 24

"LECTURA Y ESCRITURA COMO TERAPIA"

Imparten: Jose Arsenio Vergara Cano.
Bibliotecario Municipal y M^a Teresa Nohales
Fuentes, Psicóloga Servicios Sociales

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Biblioteca Municipal

DICIEMBRE
Martes 15

"ATENCIÓN PLENA Y ARTETERAPIA PARA PERSONAS CUIDADORAS"

Imparte: M^a Isabel Romero Belluga.
Pediatra Centro Salud

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro de Salud

ENERO
Martes 26

"YOGA"

Imparte: Elisa Moliné Fusalba.
Profesora de Yoga y Chicun

Horario: de 11 a 12 - Lugar: Centro Social

En caso de producirse cambios en el programa, se avisará con antelación a los asistentes.

Marca aquellos talleres a los que vayas a asistir:

- ☐ En Primera Persona (27 enero).
- ☐ Cuidar sin descuidarse (24 febrero).
- ☐ Autonomía: ayudas técnicas y productos de apoyo (31 marzo).
- ☐ Vivir sin tropiezos. Prevención de caídas (28 abril).
- ☐ La farmacia, un apoyo esencial en la atención a los cuidadores (26 mayo).
- ☐ Técnicas de traslado, movilización y deambulación (16 junio).
- ☐ Paseos con Historia (22 septiembre).
- ☐ Hablemos de duelo (27 octubre).
- ☐ Lectura y escritura como terapia (24 noviembre).
- ☐ Atención plena y arteterapia para personas cuidadoras (15 diciembre).
- ☐ Yoga (26 enero).