

Évora, 26 de Outubro 2010



Cantinho do Cuidador

Cuidar dos que cuidam...



Com o apoio



Cantinho do Cuidador

Cuidar dos que cuidam...

Atendimento individual

Apoio Psicológico;
Apoio Social;
Apoio Médico
Apoio Enfermagem

Sessões Temáticas de Suporte e Informação

De 3/3 semanas á 5ªfeira ás 16h

Como poderei gerir o stress?	18/11/2010
Estar ocupado é estar estimulado	09/12/2010
SOS Ajuda	06/01/2011
É impossível não comunicar	24/01/2011
Como lidar com a Depressão	17/02/2011
Como lidar com a Demência	10/03/2011

aos cuidadores e familiares de pessoas com doença crónica

e/ou incapacitante

Cantinho do Cuidador

Atendimento individual

Presencial ou via telefone

Tipos de apoio e respostas disponíveis:

- Apoio Psicológico;
- Apoio Social;
- Apoio Médico/Enfermagem.

Horários:

3^a-feiras das 18h às 19 horas

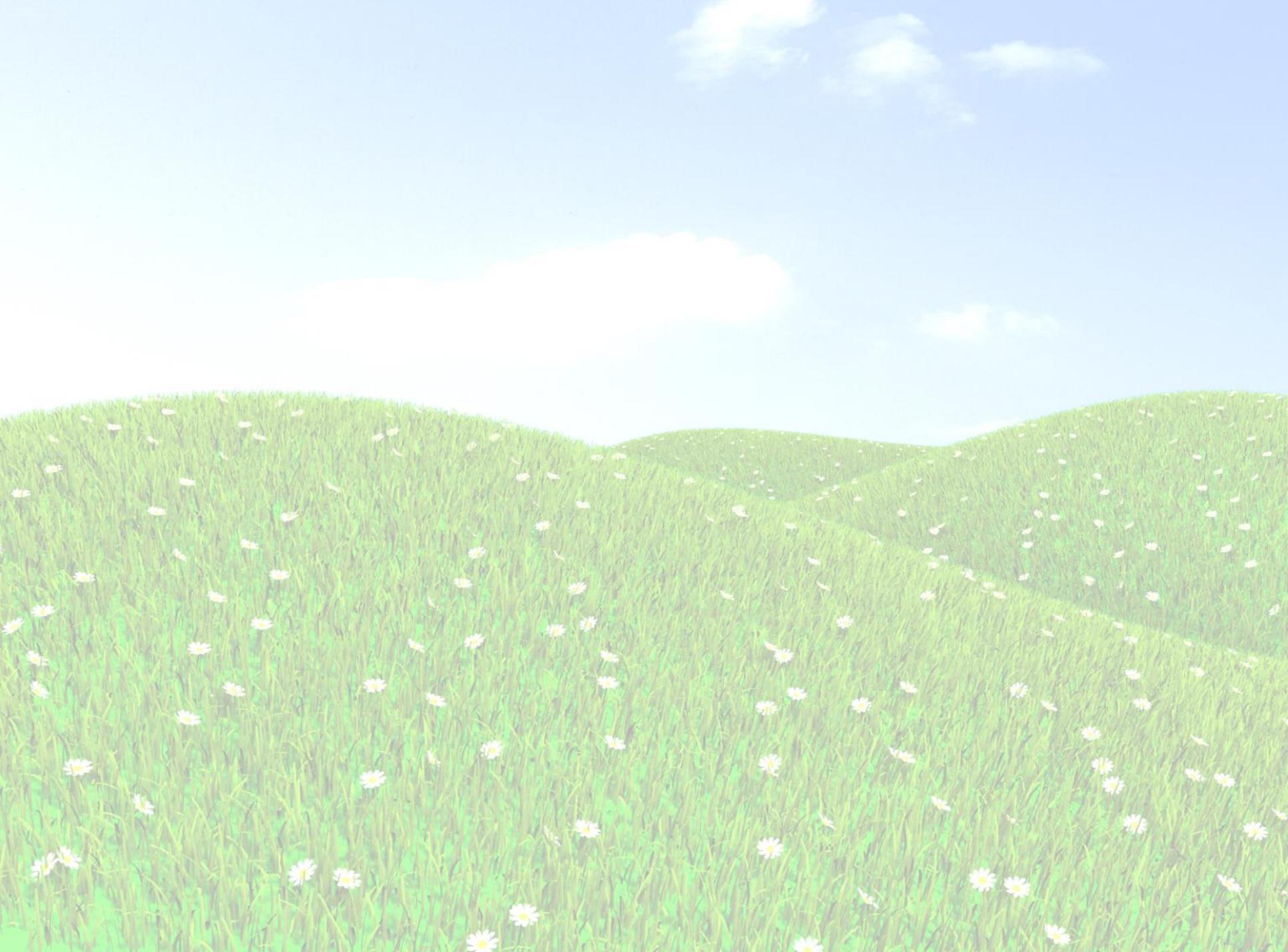
6^a-feiras das 10h às 11 horas

Contactos:

266760010

cantinhodocuidadorevora@gmail.com

Local: Centro de Saúde de Évora – Portas de Avis



Cantinho do Cuidador

Sessões Temáticas de Suporte e Informação

Objectivos:

- Sensibilizar os cuidadores e familiares em relação aos tipos de apoios e tratamentos prestados ao doente;
- Optimizar estratégias adequadas aos cuidadores e familiares na adaptação à doença e suas consequências – *Gestão das expectativas*;
- Promover a qualidade da prestação dos cuidados de saúde diários, potencializando a aquisição de estratégias de resolução de problemas;
- Promover um ajustamento emocional à doença;
- Fornecer suporte informativo;
- Proporcionar suporte social e partilha de experiências.

Faça a sua inscrição connosco...

Horas: 17 horas

Duração: 1h30min

Local: Centro de Saúde de Évora, Portas de Avis

Cantinho do Cuidador

Sessões Temáticas de Suporte e Informação

Módulo	Temática	Data
I	A vida do Cuidador - <i>Princípios básicos</i>	16/09/2010
II	O cuidador e o seu doente na comunidade	07/10/2010
III	Mais Vale Prevenir que Remediar – Acidentes Domésticos	28/10/2010
IV	Como poderei gerir o stress?	18/11/2010
V	Estar ocupado é estar estimulado	09/12/2010
VI	SOS Ajuda	06/01/2011
VII	É impossível não comunicar	24/01/2011
VIII	Como lidar com a Depressão	17/02/2011
IX	Como lidar com a Demência	10/03/2011

*O seu bem-estar é importante para nós
Obrigado por ter vindo...*

