

**TALLER APRENDER A CUIDAR,
APRENDER A CUIDARSE.
“CUIDAR A LOS QUE CUIDAN”
DIRIGIDO A CUIDADORES DE PERSONAS CON
ENFERMEDAD DE ALZHEIMER
Y OTRAS DEMENCIAS**



INSCRIPCIONES: A partir del 22 de septiembre de 2022.
SOLICITUDES: Concejalía de Familia, Servicios Sociales y Distrito Centro.(atencionsocial@lasrozas.es)

ACTIVIDAD :GRATUITA

IMPARTE: AFA

DÍAS DE CELEBRACIÓN: MIÉRCOLES

HORARIO: 16 A 19 h.

LUGAR: Centro Municipal “El Abajón” .

C/ Comunidad de La Rioja-2.

Más Información: 917 57 95 00 / 665 085 932



Ayuntamiento de
Las Rozas
Concejalía de Familia,
Servicios Sociales
y Distrito Centro



Asociación de familiares
de personas enfermas de
Alzheimer y otras demencias

PROGRAMA

La finalidad de este taller tiene como objetivo principal, por un lado entrenar a la familia cuidadora en conocimientos y habilidades especializadas que mejoren la eficacia de los cuidados socio sanitarios que ha de dispensar a la persona enferma, potenciar la autonomía y la autoestima de la persona dependiente y por otro poner en valor, la importancia y la necesidad de cuidarse a sí mismos, facilitando herramientas para gestionar los efectos de los cuidados.

Además, se proporciona un espacio de encuentro, para que las personas cuidadoras, tengan la oportunidad de conocer a otras personas en su misma situación, para que compartan de forma cercana su experiencia y puedan contar con un apoyo psicológico especializado, para el abordaje de los distintos problemas y circunstancias a las que se enfrentan en la tarea del cuidado.

DIA 1 (5/10). La Enfermedad de Alzheimer y otras demencias

Aspectos básicos de la Enfermedad de Alzheimer y otras demencias que producen pérdida de autonomía.

DIA 2 (19/10). La Persona con demencia

Necesidades y sentimientos de una persona con demencia. La organización y planificación de los cuidados

DIA 3 (26/10). Síntomas Psicológicos y Conductuales asociados a las demencias.

Descripción, propuestas de manejo e intervención.

DIA 4 (02/11). La comunicación con una Persona con demencia Cambios en la comunicación de una persona con demencia Estrategias de comunicación

DIA 5 (09/11). El cuidador principal y la familia cuidadora

Necesidades del cuidador principal Efectos en el Sistema Familiar

Necesidades y sentimientos de la familia cuidadora.

Sobrecarga y Burnout. Factores de riesgo y protectores de sobrecarga.

DIA 6 (16/11). El Bienestar del Cuidador. La gestión eficaz del estrés, una nueva forma de relacionarse con lo que sienten y piensan los cuidadores.

Nivel Mental: Pensar bien, sentirse bien

Nivel emocional: Inteligencia y Bienestar emocional

DIA 7 (23/11). Ayudas terapéuticas para persona enferma en casa.

Intervenciones Psicosociales

Psicoestimulación y

Reminiscencia Psicomotricidad

Terapias creativas

DIA 8 (30/11). El proceso de duelo en las demencias y los cuidados como experiencia humanizadora.

Resiliencia e Inteligencia

Aceptación y Compromiso

Evaluación, cierre y despedida del Taller