

## DATOS DEL CURSO

**Lugar:** Biblioteca del Museo Arqueológico Municipal, Plaza del Castillo, 1, CEHEGÍN (Murcia)

**Duración:** 15 HORAS

**Plazas limitadas**

**Precio:** GRATUITO, previa inscripción

**Plazo de Inscripción:** Hasta el 6 de Septiembre

## Información e Inscripciones:

### TIEMPO DE AYUDAR Y CUIDAR

C/ MATARÓ, 25 (CENTRO DE REFERENCIA TIC)

TLFS. 968 00 20 63 - 619 77 55 69

E-Mail: [hola@tiempodeayudarycuidar.com](mailto:hola@tiempodeayudarycuidar.com)

La admisión al curso se hará teniendo en cuenta orden de inscripción y criterio de valoración.

## NORMAS DEL CURSO

Al final del curso, se entregará diploma acreditativo de la asistencia y aprovechamiento del curso.

Para ello, se controlará la asistencia y puntualidad mediante documento recogida de firmas diario.

Debido a la índole de los temas que se abordarán, por parte de ponentes y asistentes, se hace necesario mantener la confidencialidad de los mismos.



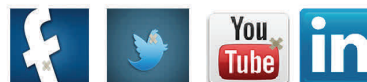
Tiempo de Ayudar y Cuidar  
SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

C/ Mataró, 25 (Centro de Referencia TIC)  
30430 CEHEGÍN (Murcia)  
Telfs.: 968 00 20 63 - 619 77 55 69

[hola@tiempodeayudarycuidar.com](mailto:hola@tiempodeayudarycuidar.com)  
[www.tiempodeayudarycuidar.com](http://www.tiempodeayudarycuidar.com)



Síguenos en:



# CURSO

## Cuidar al Cuidador



**CEHEGÍN**

**24, 26 y 27 de Septiembre de 2013**

ORGANIZA:

COLABORA:

  
Tiempo de Ayudar y Cuidar  
SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

  
AYUNTAMIENTO DE CEHEGÍN  
Concejalía de Mujer e Igualdad

# CURSO: CUIDAR AL CUIDADOR

## Dirigido a:

Cuidadores familiares de personas dependientes, Familiares de personas dependientes, Cuidadores profesionales, y a cualquier persona interesada en el tema.

## Objetivos:

Ofrecer orientaciones a las personas cuidadoras para entender mejor muchos de los problemas que les preocupan.

Reducir la sobrecarga emocional generada por el cuidado de familiares dependientes, ofreciendo pautas de autocuidado.

Informar sobre herramientas o soluciones que apoyen la tarea de cuidar.

La didáctica del curso es innovadora porque permitirá establecer una relación de ayuda mutua: las sesiones están planteadas como una posibilidad de intercambiar conocimientos y experiencias semejantes entre personas con un mismo rol, contando para ello con diferentes profesionales así como testimonios en primera persona.

## Programa:

### MARTES DÍA 24

#### Mañana

**9:00** APERTURA DEL CURSO

**9:30-10:30** ¿QUIÉN CUIDA Y POR QUÉ? APROXIMACIÓN HISTÓRICO-SOCIAL

*Laura Caballero Escamez, Licenciada en Psicología y Máster en Gerontología*

**10:30-11:00** PAUSA-CAFÉ

**11:00-12:00** SEÑALES QUE ALERTAN DE UNA POSIBLE DEPENDENCIA

**12:00-13:30** TOMA DE CONCIENCIA DE QUE MI FAMILIAR ES DEPENDIENTE

*Francisco García Durán, Psicólogo del Centro de Día "Virgen de las Maravillas" de Cehegín.*

Coloquio.

### JUEVES DÍA 26

#### Mañana

**9:00-11:00** CONSECUENCIAS DEL CUIDADO: "SÍNDROME DEL CUIDADOR QUEMADO"

*Laura Caballero Escamez, Licenciada en Psicología y Máster en Gerontología*

**11:00-12:30** VISITA AL CENTRO DE DÍA "VIRGEN DE LAS MARAVILLAS".

**12:30-13:30** LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO

*Mª Rosario González Sánchez, Licenciada en Psicología*

#### Tarde

**17:00-19:00 TALLER DE EXPERIENCIAS: "Quiero contarte mi experiencia"**

Reflexiones a cargo de Familiares, Usuarios y Cuidadores Profesionales.

### VIERNES DÍA 27

#### Mañana

**09:00-10:00** RECURSOS SOCIALES PARA MAYORES Y PARA CUIDADORES

*(Asistente Social Ayto.)*

**10:00-11:00** ANÁLISIS DE LOS MECANISMOS EXTERNOS DE AYUDA I

*Juan José Gómez Matallana, Trabajador Social y Director del Centro de Día "Virgen de las Maravillas"*

**11:00-11:30** PAUSA-CAFÉ

**11:30-12:00** ANÁLISIS DE LOS MECANISMOS EXTERNOS DE AYUDA II

*Mª Victoria Pérez Fernández, Diplomada en Rel. Laborales y Directora del Servicio de Ayuda a Domicilio "Tiempo de Ayudar y Cuidar"*

**12:00-13:00** PRESENTACIÓN DE CONCLUSIONES Y COLOQUIO

*Laura Caballero Escamez, Licenciada en Psicología y Máster en Gerontología*

**13:00-13:30** CLAUSURA Y ENTREGA DE DIPLOMAS

*Dª Mª del Mar de Béjar Martínez, Concejala de Mujer e Igualdad del Excmo. Ayto. de Cehegín.*