

## A QUI ESTÀ ADREÇAT?

- Si tens al teu càrrec a un familiar en **situació de dependència**, aquest curs està pensat per a tu!
- En aquests cursos aprendrem sobre: persones grans, persones amb **malalties degeneratives**, discapacitats **físiques** o **funcionals**, discapacitats **psíquiques** i **intel·lectuals**, discapacitats **sensorials** i **malalties mentals**.



Amb el suport de

 Generalitat de Catalunya  
**Departament de Treball, Afers Socials  
i Famílies**

Amb càrrec a l'assignació del 0,7 % de l'IRPF



Av. Principat d'Andorra, 61  
43002 Tarragona  
Telèfon gratuït inscripcions: 900 105 301  
Telèfon Tarragona: 977 24 50 62  
<http://www.creuroja.org/>  
[crojafor@creuroja.org](mailto:crojafor@creuroja.org)

## PROJECTE D'ATENCIÓ A CUIDADORS



Humanitat Imparcialitat Neutralitat Independència Voluntariat Unitat Universalitat

Cada cop més a prop de les persones



## QUÈ FEM?

- 1. Formar** i donar **estratègies** de manera pràctica a les persones cuidadores per facilitar i millorar la seva tasca de cuidar persones en situació de dependència.
  - Donar **eines de treball** relacionades amb els aspectes comuns a tots els col·lectius dependents: limitacions en l'activitat, la cura personal, la mobilitat i les transferències, l'alimentació i la nutrició, la realització d'activitats en l'àmbit domèstic i la capacitat cognitiva.
  - **Informar** sobre els recursos comunitaris existents en relació amb l'atenció a la dependència.
  - **Compartir l'experiència de cuidar** com a element conductor per reflexionar sobre les conseqüències del fet de cuidar i de la necessitat d'aprendre a cuidar-se.
- 2. Facilitar** que les persones dependents puguin viure en el **seu entorn amb el màxim de qualitat possible**.
  - Oferir a les persones cuidadores **estratègies de comunicació i de resolució de conflictes** i aspectes relacionats amb la pèrdua i el dol per facilitar la relació d'ajuda.
  - **Sensibilitzar** sobre els drets de les persones dependents.

## COM HO FEM?

- Les **experiències** dels participants, els cuidadors, prenen un paper més que important.
- Els **continguts** es desenvoluparan basant-se en l'experiència i la reflexió, així com amb dinàmiques i activitats molt properes a la realitat de les cuidadores.



## PERQUÈ HO FEM?

- Perquè les famílies de les persones dependents necessiten recolzament.
- Perquè volem formar una xarxa informal de suport.
- Perquè volem repensar la nostra tasca i fer-la amb la màxima qualitat i humanitat.

## QUÈ OFERIM?

- **Cursos, monogràfics, tallers i xerrades** en relació a la temàtica d'interès per als cuidadors:
  - Cursos de Cuidadors, de 10 sessions.
  - Monogràfics de Mobilitzacions i Transferències, de 4 sessions.
  - Monogràfics de Comunicació i Suport emocional, de 4 sessions.
  - Monogràfics de Primers Auxilis, de 4 sessions.
  - Monogràfics d'Estimulació Cognitiva, de 4 sessions.
  - Tallers i xerrades informatives d'una sessió.

