



Defendemos la dignidad a lo largo de la vida.  
Especialmente de quienes están en situación de dependencia,  
así como de las personas cuidadoras.



Ayuntamiento de Rojales

Y el apoyo de:



Ayuntamiento de Almoradí

Centro Municipal Ciudad Quesada  
Plaza Blanca, s/n  
Ciudad Quesada (Rojales)  
[cuidamoscontigo.rojales@fundacionpilares.org](mailto:cuidamoscontigo.rojales@fundacionpilares.org)

Centro Servicios Sociales  
Plaza San Andrés, s/n  
Almoradí  
[cuidamoscontigo.almoradi@fundacionpilares.org](mailto:cuidamoscontigo.almoradi@fundacionpilares.org)

Inscrita en el Registro de Fundaciones con el número 28-1617 - foto: (CC BY 2.0) Manuel Marín Vicente

# Cuidamos contigo

¿Estás cuidando a una persona en  
situación de dependencia?  
No lo hagas en solitario.

Te acompañamos, te orientamos, te  
ofrecemos servicios.



## Cuidamos contigo

### Programa de apoyo integral y personalizado

Cuidar de una persona en situación de dependencia y/o con discapacidad no es fácil; plantea situaciones con las que no habíamos contado, requiere que invirtamos mucha energía y en ocasiones, nos hace renunciar a nuestros deseos. Sin embargo, siempre estamos a tiempo de introducir cambios que repercutan positivamente en nuestra calidad de vida y en la de la persona a la que cuidamos.

Desde Fundación Pilares para la autonomía personal ponemos en marcha un programa de apoyo para personas en situación de fragilidad, discapacidad o dependencia y para personas cuidadoras, donde:

- Cada persona es singular, por tanto, con cada una trabajamos de forma personalizada.
- Además de las dificultades, tenemos en cuenta los deseos, preferencias y gustos de quien necesita apoyos y de su familia cuidadora.
- Ofrecemos respuestas integrales porque trabajamos en cooperación y colaboración con los recursos de la comunidad.

## ¿Qué podemos ofrecerte?

### Un servicio integral y personalizado

- Entrevistas en el domicilio para conocer a la persona que requiere apoyos y a la que se los presta, sus necesidades y deseos y valorar la adaptabilidad de la vivienda.
- Acompañamiento y seguimiento de la situación.
- Asesoramiento sobre recursos de la comunidad (públicos o privados). Gestión y prestación de servicios de proximidad, en función de las posibilidades y las necesidades y demandas de las familias:
  - Respiro familiar y acompañamiento a la persona
  - Podología, fisioterapia, peluquería, etc.
- Orientación y formación sobre adaptaciones de la vivienda y utilización de tecnología y productos de apoyo.
- Formación para el cuidado y el autocuidado en el propio domicilio (entrega de la Guía Cuidar, cuidarse y sentirse bien).
- Organización y dinamización de actividades individuales y grupales (extraescolares, ocio, culturales, educativas, etc.).
- Creación de grupos psicoeducativos y de apoyo mutuo.

