

Si deseas **PARTICIPAR** en alguno de **ESTOS PROGRAMAS**, o **RECIBIR** más **INFORMACIÓN** sobre los mismos, sin ningún compromiso

CONTACTA CON NOSOTROS

OFICINA



C/ Mayor 1, entresuelo
03160 Almoradí (Alicante)

TELÉFONO o WHATSAPP



640 391 414

CORREO ELECTRÓNICO



cuidamoscv@fundacionpilares.org

MÁS INFORMACIÓN



www.fundacionpilares.org

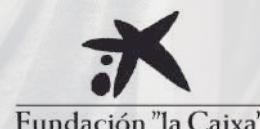
Subvencionado por



PER SOLIDARITAT
ALTRES FINS D'INTERÉS SOCIAL



Con la colaboración de:



¿Eres una Persona Mayor y necesitas cuidados?
¿Estás cuidando a alguien de tu familia?
¿Te pesa la soledad?

CUIDAMOS CONTIGO

Programa GRATUITO



**Fundación
PILARES**
para la autonomía personal

**Te asesoramos, te ofrecemos servicios y
te acompañamos para que puedas
cuidar, cuidarte y sentirte bien.**

¿QUÉ TE OFRECE NUESTRO **PROGRAMA GRATUITO?**

CUIDAMOS **CONTIGO**

Para Personas Mayores en situación de fragilidad, dependencia o soledad que viven en su domicilio

- INFORMACIÓN/ASESORAMIENTO.** Sobre recursos de la comunidad (públicos o privados).
- ACCESIBILIDAD EN VIVIENDAS.** Recomendaciones sobre la accesibilidad de tu vivienda.
- PRODUCTOS DE APOYO.** Asesoramiento y entrenamiento con productos de apoyo que faciliten tu día a día.
- OCIO Y AFICIONES.** Porque el ocio y el disfrute es importante; identificamos y organizamos actividades en función de tus gustos y aficiones.

Programa personalizado que se acerca a tu domicilio para conocerte y **ofrecerte servicios y apoyos que mejoren tu situación**, teniendo en cuenta tus deseos y preferencias, sin renunciar a una vida digna.

Para familias Cuidadoras:

Espacios de encuentro grupales donde:

- APRENDIZAJE**
Aprender sobre cuidados y autocuidados.
 - APOYO MUTUO.**
Generar relaciones de apoyo mutuo.
 - INTERCAMBIO.**
Intercambiar saberes y recursos.
 - OCIO Y AFICIONES.**
Realizar actividades de ocio ajenas al cuidado.
- Para facilitar tu participación, gestionamos y prestamos un servicio de acompañamiento a las personas mayores!

Además,
te regalamos
nuestra Guía:
*Cuidar, cuidarse y
sentirse bien*



Programa destinado a aliviar la **sobrecarga** de los **cuidados** y mejorar la satisfacción de los mismos, incluyendo el **autocuidado**.