

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

¿Eres una Persona Mayor y necesitas cuidados?

¿Estás cuidando a alguien de tu familia?

¿Te pesa la soledad?

CUIDAMOS CONTIGO

Programa GRATUITO

Subvencionado por

Con la colaboración de:







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**.