

## OBJETIVOS DE LA JORNADA:

Con este taller se aportarán conocimientos sobre las principales tareas de intervención como cuidador de personas diagnosticadas de Esclerosis Múltiple, ELA, enfermedades neurodegenerativas afines o en definitiva cualquier enfermedad que genere una discapacidad o dependencia.

## HORARIO:

La formación tendrá una duración aproximada 12 horas, viernes y sábado intensivo en horario de mañana y tarde según programa. **Fechas: 20 y 21 de octubre ( viernes y sábado ) de 2.017**

## IMPARTIDO POR:

Trabajadora Social de ASBEM : D<sup>a</sup> Begoña Castro Ortega  
Psicóloga General Sanitaria de ASBEM : D<sup>a</sup> Mónica García Nieto  
Fisioterapeutas de ASBEM : D<sup>a</sup> Miriam Rodríguez López

## CONTACTO Y FECHA INSCRIPCIÓN:

Necesaria Inscripción para saber el número de personas y a nivel de organización

**Telfs.:** 947310322 y 640563421

**Email:** [asbemiranda@hotmail.com](mailto:asbemiranda@hotmail.com)

## DIRIGIDO A:

Familiares y /o cuidadores de personas con discapacidad/dependencia  
Cualquier persona o profesional interesado en el tema

**Máximo 15 personas**

**Incluye Certificación del Curso**

## LUGAR DE ENCUENTRO:

Local ASBEM en Calle Monte Gorbea, 13- bajo  
Miranda de Ebro

## COSTE: Gratuito

**Patrocinan:**

# TALLER FORMATIVO PARA FAMILIAS CUIDADORAS DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y /O DEPENDIENTES

**Saber más, Vivir Mejor  
Saber Cuidarse para Poder Cuidar**



**Organiza:**



**Asociación Burgalesa de Esclerosis Múltiple "ASBEM"**  
Calle Monte Gorbea, 11 – bajo  
09200 –Miranda de Ebro (Burgos)

Teléfono: 947-310322. Correo electrónico: [asbemiranda@hotmail.com](mailto:asbemiranda@hotmail.com)

Página web: [www.asbem.org](http://www.asbem.org)

**Declarado de interés social y sanitario**





ASBEM trabaja desde 1.997 por mejorar la calidad de vida de las personas con Esclerosis Múltiple, ELA y enfermedades neurodegenerativas afines y sus familias. Consideramos que la sensibilización y divulgación de estas enfermedades rompiendo mitos y desechando falsas ideas supone un pilar fundamental que contribuye a promover su reinserción y normalizar su entorno.

Aunque cada día se conoce más sobre estas enfermedades, todavía no se sabe con exactitud muchas cosas y gracias a esta actividad formativa trataremos de responder a dudas, preguntas incluso que no se atreven a hacer y sobre todo proporcionaremos los medios para ofrecer una información veraz y certera y dotar de herramientas y apoyos para mejorar la calidad de vida de dichos pacientes y familiares. De esta manera y aplicando la máxima " No hacer más daño del que existe" podemos llegar a una estabilidad dentro de lo posible en la vida diaria del paciente afectado

## **PROGRAMA DEL TALLER FORMATIVO:**

**DÍA 20 DE OCTUBRE- VIERNES**

**16:30-20:30 ( 4 horas)**

**INAUGURACIÓN A CARGO DE :**

**Dr. D. Teófilo Lozano**  
**Gerente de Salud de Área de Burgos**

### **Aspectos Sociales:**

- 1.-Información sobre Recursos Comunitarios y Ayudas: Certificado de Discapacidad, Dependencia, Transporte Adaptado, eliminación de barreras arquitectónicas, prestaciones económicas y otros temas de interés**
- 2.- El entorno familiar. Espacio para la Comunicación y apoyo**

**DÍA 21 DE OCTUBRE- SÁBADO**

**10:00-14:00 ( 4 horas)**

### **Aspectos psicológicos:**

- 1.- Esfera emocional y personal del cuidador familiar: Pensamientos erróneos, soledad y aislamiento, Insomnio, problemas físicos, ansiedad y depresión**
- 2.-Habilidades en el control del cuidado emocional**

**DÍA 21 DE OCTUBRE- SÁBADO**

**16:30-20:30 ( 4 horas)**

### **Aspectos físicos:**

- 1.- La importancia de la movilidad de personas en situaciones de dependencia: Movilidad y Autonomía, Transferencias, Cuidados posturales y prevención de úlceras, Facilitación de las actividades de la vida diaria**
- 2.- Ejercicios dirigidos a la persona cuidadora para mantenerse activos y en forma**