

Zaintzen dutenak zainduz

Senideen zaintzaile ez profesionalei laguntzeko lantegia

Cuidando a quienes cuidan

Taller de apoyo a personas cuidadoras de familiares, no profesionales



DOAKOIA

- > 1. saioa Norbera zaintzea besteak zaintzeko
- > 2. saioa Tratu ona eta laguntza emozionala
- > 3. saioa Zaintza eroso
- > 4. saioa Baliabide komunitarioak
- > 5. saioa Zaintzen laguntzeko baliabide digitalak

Gurutze Gorriko boluntarioek zaindu beharreko pertsonari laguntzea, behar izanez gero. Izena ematean adierazi.

DATAK

> DONIBANE San Juan Xar auzo-lokalan (Irantzuko Monasterio plaza 6)	Otsailak 4, 11, 18 eta 25, martxoak 4 (astearteak) 16:30-18:30
> MENDILLORRI Mendillorriko Civivoxan (Sarrigurengo Kontzejua kalea 3). 5. aretoa.	Otsailak 6, 13, 20, 27 eta martxoak 6 (ostegunak) 16:30-18:30

IZEN-EMATEAK deiak jasotako hurrenkeran izanen dira, leku guztiak bete arte, **apirilaren 4tik aurrera, 010 (948420100) telefonora deituta**. Erroldatutakoak

GRATUITO

- > Sesión 1. Autocuidado para cuidar
- > Sesión 2. Buen trato y acompañamiento emocional
- > Sesión 3. Cuidado confortable
- > Sesión 4. Recursos comunitarios
- > Sesión 5. Recursos digitales de apoyo al cuidado

Acompañamiento de la persona a cuidar por parte del voluntariado de Cruz Roja en caso de ser necesario. Indicarlo en el momento de la inscripción

FECHAS

> SAN JUAN Local vecinal de San Juan Xar (plaza Monasterio de Iranzu, 6)	24 de abril y 8, 15, 22 y 29 de mayo (jueves) 16:30-18:30
> MENDILLORRI Civivox Mendillorri (c/ Concejo de Sarriguren, 3) sala 5.	23 y 30 de abril y 7, 14 y 21 de mayo (miércoles) 16:30-18:30

INSCRIPCIONES por orden de llamada hasta completar plazas **a partir del 4 de abril llamando al 010 (948420100)**. Personas empadronadas



Área de Igualdad, Acción Comunitaria, Barrios, Participación Ciudadana y Euskera

Berdintasuneko, Ekintza Komunitarioko, Auzoetako, Herritarren Partaidetzako eta Euskarako Alorra

ORGANIZA:
ANTOLATZAILEA:



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala