

CUIDAR DOS QUE CUIDAM...

Missão

Apoiar os cuidadores informais do concelho de Évora, prestando-lhes um serviço de qualidade que vá de encontro às suas necessidades.

História

A ideia do cantinho do cuidador germinou face à constatação, no terreno, de que o cuidador informal, devido ao seu desgaste físico, psicológico e emocional merece ser cuidado, apoiado, valorizado e acarinhado, de modo a poder, por sua vez, prestar melhores cuidados.



CANTINHO DO CUIDADOR

Contactos:

Unidade Cuidados na Comunidade do Centro de Saúde de Évora:

Rua Ferragial do Poço Novo
Évora (à Porta de Avis)

Acesso: Autocarros TREVO: Linha verde

☎ 266 760 010

✉ cantinhodocuidadorevora@gmail.com

Contacto presencial:

📄 Unidade de Saúde das Portas de Avis
(Rotunda da antiga fábrica dos Leões, em frente à Direção Regional de Educação do Alentejo)



Caso necessite de alguém que acompanhe o seu doente quando vier aos atendimentos e às sessões temáticas, contacte o Voluntariado de proximidade. Contacto: 266748300



Ano V

Cuidar dos que cuidam...

...é dar e receber

... é bem-estar e estar bem



Cantinho do Cuidador...

O Que é?



É uma resposta criada para satisfazer as necessidades de apoio, encaminhamento e formação dos Cuidadores Informais do Concelho de Évora.

Presta apoio/aconselhamento:

- Psicológico/emocional;
- Social;
- Médico/enfermagem.

Sessões Temáticas de Suporte e Informação com a duração de 1h30min:

Terças feiras às 15:00

Onde? Sala Metalentejo

(Casa de Madeira no estacionamento em frente ao Hospital do Patrocínio)

Sessões Temáticas de Suporte e Informação

Horário: 15h

Duração: 1h30m

MODULO I - 27 de Outubro de 2015

Turista na própria cidade. 15:00—Posto de turismo Praça de Giraldo

MODULO II - 24 de Novembro de 2015

Cuidar do Cuidador I

MODULO III - 15 de Dezembro de 2015

Conviver com a Demência

MODULO IV - 19 de Janeiro de 2016

Cuidar do Cuidador II

MODULO V - 23 de Fevereiro de 2016

Morte/ e luto - desafios no cuidar

MODULO VI - 22 de Março de 2016

Passeio a definir

MODULO VII - 19 de Abril de 2016

Cuidar do Cuidador III

MODULO VIII - 17 de Maio de 2016

Apoio nos cuidados diários - 15:00 - Escola de Enfermagem de São João de Deus

MODULO IX - 14 de Junho de 2016

Cuidar do Cuidador IV

MODULO X - Junho 2016

Jantar convívio Feira de São João



EU DESCOBRI

QUE SER GRANDE...

é poder sempre fazer coisas pequenas

QUE SER GRANDE...

é não desistir quando as coisas parecem difíceis

QUE SER GRANDE...

é ter humor para enfrentar os desafios

QUE SER GRANDE...

é simplificar as coisas complicadas

QUE SER GRANDE...

não é tocar no tecto com as mãos

e sim os outros com a alma,

ter coragem e saber que o medo não é um

conselheiro...

QUE SER GRANDE...

é ser pequeno no tamanho

e grande na vontade

Por isso eu penso sempre...

Insista, persista e nunca desista!

Denise Silvestre

Os serviços prestados neste projecto são confidenciais e gratuitos.

