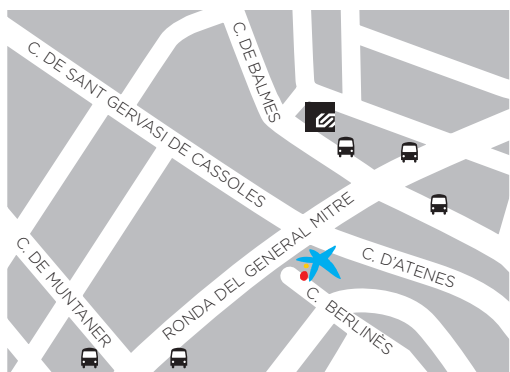


Escola de  
Cuidadors



Inscriu-t'hi i rep més informació:  
902 931 641  
escola@escolacuidadors.org  
De dilluns a divendres, de 9 a 20 h  
[www.lacaixa.es/ObraSocial](http://www.lacaixa.es/ObraSocial)



**L'escola de cuidadors** és un espai de transmissió dels valors essencials de la cura, que posa a disposició coneixements i habilitats necessaris per a promoure una atenció d'excel·lència al final de la vida.

Es pretén disminuir la càrrega emocional i física que suposa tenir cura d'una altra persona, proporcionant als cuidadors eines que ampliiin les seves competències per a millorar la qualitat de vida dels familiars.

Ajudarem a donar resposta a totes les qüestions relacionades amb la cura del malalt aportant-los coneixements i orientant-los en la tasca de cuidar.

L'escola de cuidadors s'emmarca en el programa per a l'atenció integral a persones amb malalties avançades de l'Obra Social "la Caixa" que es va impulsar l'any 2008.

L'escola vol ser un centre de referència on els experts més destacats en l'àmbit de l'atenció integral a persones amb malalties avançades ofereixin una formació d'excel·lència que reverteixi en la millora de l'atenció al final de la vida.

## A qui va adreçada?

**A familiars cuidadors i voluntaris** que atenen a persones amb malalties avançades

## On està ubicada?

**EspaiCaixa Bonanova**  
C. Berlinès, 4-6 Barcelona

## Quan es durà a terme?

Dimarts, dimecres i dijous de 16 a 20 hores.

L'escola de cuidadors ofereix acolliment a través de dues línies: **un cicle d'activitats formatives** que responen a les necessitats essencials i interessos dels cuidadors, i la dotació d'un **espai de suport** pensat per compartir amb altres persones i voluntaris i per poder rebre informació i orientació.

Cada persona es podrà inscriure a tot al cicle d'activitats formatives, o bé, només a un taller concret en funció del seu interès o de la seva disponibilitat.

## Activitats formatives:

### Adreçat a cuidadors familiars:

#### Taller:

"Com afavorir el confort físic de la persona atesa"  
(canvis posturals, higiene i alimentació)

#### Taller:

"Com afavorir el confort emocional i espiritual"

#### Taller:

"Cuidant al cuidador (tècniques de relaxació i autocura)

#### Taller:

"Parlem sobre el dol"

### Taula rodona informativa:

"Amb què compto? Amb qui compto? Com el voluntari pot ajudar?"

### Adreçat a voluntaris:

#### Taller:

"Com afavorir el confort físic de la persona atesa"  
(canvis posturals, higiene i alimentació)

#### Taller:

"Com afavorir el confort emocional i espiritual"

#### Taller:

"Construint espais d'acompanyament"

### Adreçats a cuidadors familiars i voluntaris:

#### Conferència col·loqui:

"L'art d'acompanyar al final de vida"

#### Espai de suport

"Construint xarxes de confiança" dinamitzat per professionals i voluntaris experts