



¡Necesito cuidarme!

**Grupo de apoyo para personas
que cuidan**



Ashecova

Asociación de Hemofilia
de la Comunidad Valenciana

¡Necesito cuidarme!

Cuidar de una persona que no puede hacerlo por sí sola es una tarea difícil y cansada. Nadie mejor que tú, lo sabe.

A nivel emocional son múltiples las emociones que surgen, muchas veces contradictorias:

“Lo quiero y también lo rechazo”...
“Le exijo pero me culpo por ello”...

Desde Ashecova queremos ofrecer un espacio profesional, de apoyo y cuidados para ti, porque pensamos que tus necesidades también son importantes y deben ser atendidas. ***¿No crees?***

El grupo de apoyo a personas que cuidan se dirige especialmente a padres y madres de niños con enfermedad crónica y personas de la comunidad que estén dedicadas al cuidado de personas dependientes (personas mayores, personas con enfermedades incapacitantes, mentales o físicas).

Nos gustaría contribuir, a través de un respetuoso trabajo en grupo, a mejorar tu satisfacción en la experiencia de cuidar a la vez que potencias tu crecimiento y desarrollo personal.

6 Sesiones de trabajo de 16:00h a 18:00h.

Jueves 3, 10, 17, 24 y 31 de octubre (trabajo en grupo)

Jueves 7 de noviembre (apoyo social)

Lugar de realización:

Ashecova. C/ Presen Sáez de Descatllar, nº 2 - 46018 Valencia

Facilitan:

Sonia Laguna. Psicóloga y Terapeuta Gestalt.

Esther Andrés. Trabajadora Social.

Inscripción gratuita:

Teléfono: 960 069 750 / Correo: psicologia@ashecova.org

Organiza



Ashecova

Asociación de Hemofilia
de la Comunidad Valenciana

Colaboran



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA