

# Taller Comunitario

# & QUIÉN CUIDA A QUIENES CUIDAN?



UN ESPACIO PARA QUE **TÚ** TAMBIÉN TE CUIDES

Las personas cuidadoras de una persona enferma o dependiente a menudo presentan **malestares** que afectan a su salud y calidad de vida. Es necesario facilitar el espacio donde compartir el día a día para tener herramientas que ayuden también a **construir su bienestar**.

TE INVITAMOS A PARTICIPAR EN UN GRUPO DE PERSONAS CUIDADORAS

**FECHAS:** Miércoles 6, 13, 20, 27 de noviembre y 4 y 11 de diciembre del 2024.

**HORARIO:** 16:00 A 18:00 Horas

**LUGAR:** Sala de Matrona - 4º Planta – C. S. José Aguado

**INCRIPCIONES:** 4º Planta C.S. José Aguado: Consulta 409 (Noelia González Marcos en Horario de Mañana) y Consulta 410 (Noelia Martínez Losada en Horario de Tarde) o Mostrador.

Organizado por la Gerencia de Atención Primaria de León