

Taller de Inteligencia Emocional para Cuidadores de Personas con Demencia.



Un taller grupal cuyos objetivos son:
concernos mejor,
reconocer emociones y ponerlas al servicio de la calidad de
nuestro día,
mejorar la comunicación con las personas que nos vinculamos,
adquirir herramientas para hacer más eficaz el cuidado,
aceptar lo que nos cuesta y cambiar lo que se puede,
manejar la ansiedad y
vivir con nosotros mismos de la forma más amable posible.



Taller de Inteligencia Emocional para Cuidadores de Personas con Demencia.

Dirigido a: Familiares y Cuidadores formales de personas con demencias.

Duración: 8 sesiones.

Frecuencia: sesiones semanales de una hora de duración.

Horarios: Lunes 19 horas.

Costo: 3000 pesos uruguayos.

Socios de Audas: 2000 pesos uruguayos.

Modalidad: Virtual (Plataforma Zoom).

Comienzo: Lunes 5 de abril de 2021, 19 horas.

