

VIVIR Y CUIDAR / BIZI TA ZAINDU

ICTUS y otras enfermedades sobrevenidas
ICTUS eta beste bapateko gaixotasunak

CHARLA-TALLER / HIZKETALDI-TAILERRA
Asistencia libre / Sarrera librea

Dirigido a/ Nori zuzendua: **FAMILIARES/CUIDADORES DE PERSONAS EN SITUACION DE DEPENDENCIA / MENPEKOTASUN EGOERAN DAUDEN PERTSONEN SENITARTE ETA ZAINZAILEEI**

Organiza/antolatzen du: **ZENTA** zure ondoan

Imparte/Emalea: **Sonia Figueroa**, psicóloga especialista en ansiedad y estrés/*psikologoa, estres eta antsietatean aditua.*

Después de un ictus, cáncer, alzheimer o accidente grave... surgen todo tipo de dudas y dificultades. Estar preparado a nivel emocional es fundamental para nuestra salud y poder ofrecer un cuidado de calidad a nuestro familiar.

Sonia Figueroa impartirá una charla sobre cómo afrontar la nueva situación.

Ictus, kantzer, alzheimer edo istripu larri baten ondoren, era guztietako zalantzak eta zailtasunak agertzen dira. Emozionalki ondo prestatuta egotea, ezinbestekoa da gure osasunarentzat eta gure senitartekoari kalitatezko zaintza eskeini ahal izateko.

Sonia Figueroak, egoera berriari aurre egiteko era egokiari buruzko hizketaldi bat emango du.

Fecha/Data: **Martxoak 24 de Marzo, 18.30tan**

Lugar/Lekua: **ZENTA, Aguila eraikina, Errekalde 59, Donostia – Tfno.:943105205**

Inscripción/ izen ematea: Se ruega confirmación mediante correo electrónico o teléfono.

Arren konfirmatu posta elektroniko edo telefonoz. (asesor.elena@zenta.es)



Aguila Eraikina, Errekalde 59
20018 Donostia-San Sebastián
Gipuzkoa
T.: 943 105 205
www.zenta.es

