



Caro Associado,

Os Serviços Sociais do Montepio e a Associação dos Reformados do Montepio estão cada vez mais empenhados em disponibilizar diversos apoios na área social e de saúde aos seus Associados/Beneficiários.

Conscientes da dificuldade que existe em encontrar entidades que prestem apoio, a nós e aos nossos familiares, em situações de doença ou solidão, vimos convidar todos a participarem, **gratuitamente**, numa **ação de formação**, de aproximadamente 90 minutos, nos dias **22 e 29 de maio das 11h00 às 12h30**, cujo tema é "**Cuidadores Informais – Envelhecimento e Situações de Dependência Temporária ou Permanente**".

Temos por objetivo informar e sensibilizar os familiares e a rede de cuidadores informais no sentido de estarem mais preparados para acompanhar e cuidar de pessoas idosas no seu processo de envelhecimento e situações de dependência.

AÇÃO DE FORMAÇÃO CUIDADORES INFORMAIS
22 E 29 MAIO | 11H00 ÀS 12H30

CONTEÚDOS:

- A importância do cuidar
 - Principais atividades: higiene e conforto; organização dos espaços habitacionais;
 - Prevenção de quedas no domicílio e no espaço exterior;
 - Fatores a ter em conta na prestação de cuidados;
 - Aferição de necessidades e expectativas;
 - Identificação de pontos fortes e áreas de melhoria.
- Apoios sociais
 - Identificar os apoios disponíveis – Segurança Social;
 - Produtos de apoio;
 - Identificação das respostas sociais.
- Relação com os Serviços de Apoio
 - Hospitais;
 - Centros de Saúde;
 - IPSS;
 - ERPI.

A ação de formação será realizada via *on-line*, e implica inscrição prévia.

Mais próximo do evento disponibilizaremos a forma de aceder ao mesmo.

Participe! Contamos com a sua presença!!

INSCRIÇÕES: Deverão ser efetuadas [aqui](#)

A Direção

AÇÃO DE FORMAÇÃO CUIDADORES INFORMAIS
22 E 29 MAIO | 11H00 ÀS 12H30