Finanziato dall'Unione europea NextGenerationEU

COMUNE DI BRESCIA — AMBITO DISTRETTUALE 1 — Comune di Collebeato

Fondazione Brescia Solidale Onlus

Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia ASST Spedali Civili

Un corso per noi caregiver che assistiamo in famiglia

Per chi?

- Per noi caregiver che assistiamo il nostro famigliare non autosufficiente

Perché?

- Per confrontarci con chi si trova nella nostra stessa situazione di assistere un proprio caro
- Per organizzare al meglio il nostro lavoro di assistenza e cura

Come?

- Partecipando ad una serie di incontri dove, con l'aiuto di operatori sanitari e sociali esperti, guardiamo insieme i brevi video del sito www.miprendocuradite.org con suggerimenti pratici su come assistere a casa, chiediamo informazioni, poniamo i nostri dubbi, ci scambiamo le nostre esperienze



Se vuoi fare il corso per caregiver

A chi chiedere informazioni e come iscriversi?

- Telefono: 030 2978066
  da lun. a ven. ore 9.00-16.00
- Email: sstsud@comune.brescia.it

Dove?

- Centro aperto "*6 in Compagnia*"
  a Brescia in via Lottieri, 3

Quando?

- Lunedì 12/01/2026 ore 16.30-18.30
- Lunedì 26/01/2026 ore 16.30-18.30
- Lunedì 09/02/2026 ore 16.30-18.30
- Lunedì 23/02/2026 ore 16.30-18.30
- Lunedì 09/03/2026 ore 16.30-18.30
- Lunedì 23/03/2026 ore 16.30-18.30

MI PRENDO cura di te

VISITA IL SITO: miprendocuradite.org

Finanziato dall'Unione europea NextGenerationEU

COMUNE DI BRESCIA

AMBITO DISTRETTUALE 1

Comune di Collebeato

Fondazione Brescia Solidale Onlus

Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia ASST Spedali Civili

Il programma del corso

Primo Incontro

Affrontare l'impegno dell'assistenza

Come posso reggere l'impegno di assistere il mio famigliare
Che cosa succede all'anziano che perde la capacità di badare a se stesso
Come posso essere più efficace nell'assistere il mio famigliare

Comunicare e relazionarmi con il mio famigliare

Come devo relazionarmi con il mio famigliare
Come comunicare con il famigliare che assisto e come aiutarlo a sentirsi bene
Come far fronte alla fatica del prendersi cura

Secondo incontro

Organizzare la casa per assistere al meglio

Il bagno - Cucinare e mangiare - Dislivelli verticali
Soggiorno e camera da letto - Tecnologia e domotica

Organizzare l'assistenza del mio familiare che ha bisogno di cure

Come posso aiutare il mio familiare a lavarsi e vestirsi
Come posso aiutare il mio familiare a mangiare
Come posso aiutare il mio familiare che ha problemi ad urinare e a scaricarsi

Terzo incontro

Esempi pratici di come prestare assistenza al mio familiare che ha bisogno di cure

Sedersi e alzarsi dalla sedia/carrozzina
Camminare e fare le scale
Le corrette posizioni nel letto
Entrare ed uscire dal letto
Prevenire le lesioni della pelle

Quarto incontro

Riconoscere e affrontare le manifestazioni delle malattie nell'anziano

La dispnea - Le palpitazioni - Le cadute - Disidratazione ed edema - Il dolore

Quali operatori sanitari mi possono aiutare

Quali operatori sanitari mi possono essere utili

Quinto incontro

Dove e come trovare i servizi sociali che mi sono necessari – La rete dei servizi

Dove trovare chi mi può aiutare a casa
Come posso trovare aiuti economici
Come posso avere momenti di sollievo dall'impegno di cura
Ci sono questioni giuridiche e amministrative da considerare?

Sesto incontro

Come assistere il mio familiare che ha disturbi del comportamento

Che cosa è la demenza
Vivere la quotidianità insieme alla persona con demenza
Suggerimenti e strategie per far fronte ai disturbi comportamentali della persona con demenza