

Cuidar a Quienes Cuidan



Bienestar para personas que sostienen responsabilidades de cuidado.

¿Para quién es?

Cuidadores familiares, equipos y organizaciones.

¿Qué trabajaremos?

- Carga del cuidador.
- Culpa y límites.
- Pausas y recuperación.
- Redes de apoyo.
- Plan mínimo de autocuidado.

¿Qué te puede aportar?

- Reconocer desgaste temprano.
- Disminuir aislamiento.
- Fortalecer redes y límites.
- Construir autocuidado posible.

Modalidad

Online para Chile e Iberoamérica. La agenda publicada corresponde a atención online. Otros horarios online y la atención presencial se coordinan previamente, sujetos a disponibilidad.

Taller evergreen: fechas y cupos activos se informan en felipeagurto.cl.

CONSULTA PRÓXIMOS CICLOS Y CUPOS

Más información: felipeagurto.cl · Material evergreen, sin fechas.