



## Programa de Apoyo a Cuidadores Familiares

En Minuteman Senior Services, entendemos cómo puede ser de difícil la tarea de cuidar a una persona todos los días. El Programa de Apoyo a Cuidadores Familiares de Massachusetts está disponible para ofrecer apoyo a los cuidadores que viven en nuestra zona de servicio o cuidan a alguien que reside en nuestra zona de servicio.

Nuestro equipo de Apoyo a Cuidadores empodera a los cuidadores al proveer información, recursos y educación a los que cuidan a ancianos adultos y personas con discapacidades. Nuestra meta es mejorar la calidad de vida de los cuidadores, beneficiarios de la atención y las familias y trabajaremos personalmente para ofrecer guía y apoyo. Nuestro compasivo personal podrá brindar consultas telefónicas, reuniones virtuales o una visita domiciliaria dependiendo de las necesidades individuales. Las consultas son gratuitas y pueden ser programadas en nuestras oficinas en Bedford, en su domicilio o en otro lugar que le resulte conveniente.

Las siguientes poblaciones específicas de cuidadores son elegibles para recibir los servicios:

- Miembros adultos de la familia u otros cuidadores informales de 18 años y mayores que brindan atención a individuos de 60 años de edad y mayores
- Miembros adultos de la familia u otros cuidadores informales de 18 años y mayores que brindan atención a individuos de cualquier edad con la enfermedad de Alzheimer y trastornos relacionados
- Parientes ancianos (que no son los padres) de 55 años de edad y mayores que brindan atención a niños menores de 18 años, incluyendo a abuelos que crían a nietos y
- Parientes ancianos, que incluye a los padres, de 55 años y mayores que brindan atención a adultos de 18 a 59 años de edad con discapacidades

Nuestros Coordinadores de Atención Comunitaria están listos para asistirle con:

- Información sobre sugerencias y estrategias para el cuidado; proveedores de servicios de la comunidad; programas de beneficios; y recursos culturalmente diversos.
- Guía y recursos para apoyar el bienestar de los cuidadores tales como gestión del estrés, ayuda para entender y controlar las emociones; comunicación eficaz con profesionales y familiares; grupos de apoyo a cuidadores y autoatención del cuidador.
- Atención diaria y participación social de los que reciben la atención: Servicios domiciliarios de atención; programas comunitarios tales como centros de salud diurnos para adultos; estrategias para situaciones difíciles; y atención transitoria de respiro.
- Programas educacionales para cuidadores tales como clases sobre Vivir sanamente, talleres para cuidadores y entrenamientos en la comunidad.
- Planificación a largo plazo, que incluye listas de verificación de la seguridad en el domicilio, equipos de adaptación, planificación de cuidadores de respaldo y opciones para la vivienda.

**Para más información sobre este programa, comuníquese con nosotros llamando al 888-222-6171 o por correo electrónico a [elderinfo@minutemansenior.org](mailto:elderinfo@minutemansenior.org)**

*Hay servicios de intérpretes disponibles*

*Última actualización 01/22*