

Ribera que Cuida es un proyecto de cuidados.

Los profesionales van a tu pueblo.

Ayudan a las personas mayores y a las personas con discapacidad que se hacen mayores.

Así pueden seguir viviendo en su casa.

Y hacer las cosas por sí mismas.

¿A quién ayudamos?

Personas mayores

Sobre todo, personas de 62 años o más.

Personas con discapacidad que se hacen mayores

Sobre todo, personas de 55 años o más.

Pueden estar solas sin querer estar solas.

Pueden necesitar ayuda en su día a día.

Familias y personas cuidadoras

Muchas son mujeres. A veces cuidan sin ayuda. Nosotros las apoyamos.

Toda la comunidad

Las personas del pueblo se ayudan. Así se evitan problemas.



Incluyendo Capacidades es una empresa de:



Con el apoyo de:



Lo promueven:



Contacto

Arantxa Beriain Herrero

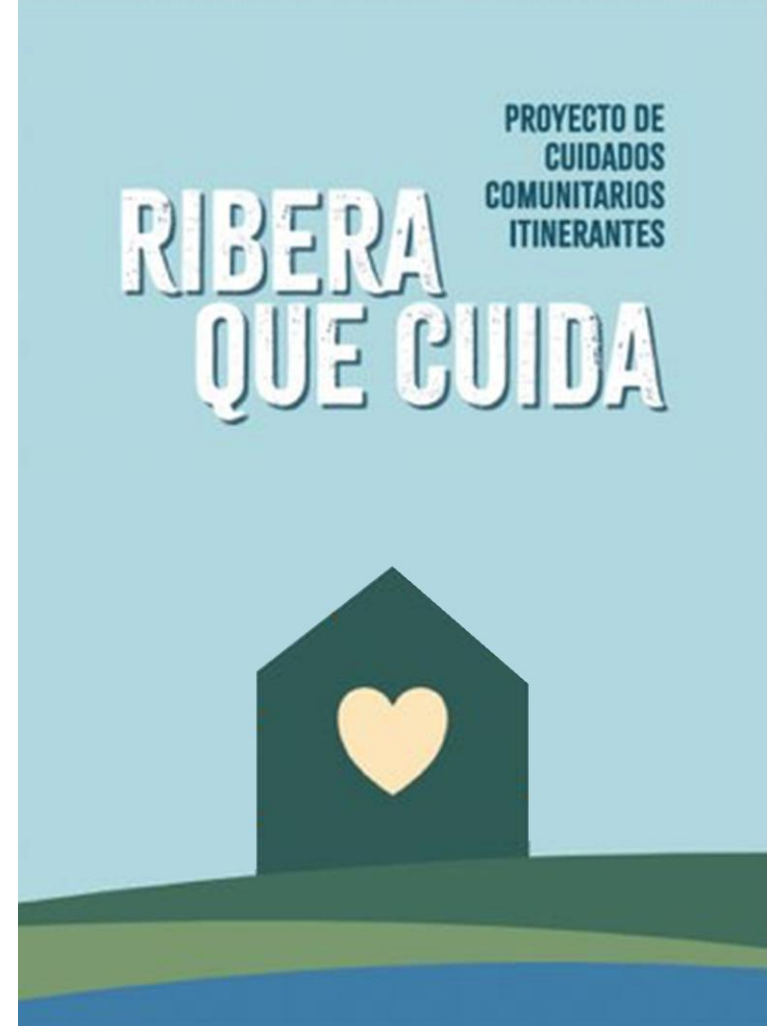
Coordina el proyecto Ribera que Cuida de Amimet.

Correo electrónico:

arantxaberiaín@amimet.com

Teléfono: 643 075 261

Web: amimet.com



PROYECTO DE
CUIDADOS
COMUNITARIOS
ITINERANTES

RIBERA QUE CUIDA

Para que puedas seguir viviendo
en tu casa y en tu pueblo.
Con la ayuda que necesites.



¿Qué hacemos en tu pueblo?



Ayuda en tu casa

Los profesionales van a tu casa.
Te escuchan.
Ven qué necesitas.
Hacen un plan solo para ti.



Pequeñas mejoras en la vivienda

Hacemos cambios sencillos.
Así hay menos riesgo de caídas.
Por ejemplo, ponemos más luz y agarraderas.
Y cambiamos los muebles de sitio.



Tecnología para ayudarte

Usamos aparatos y programas de ordenador.
Te ayudan a hacer las cosas por ti.
Por ejemplo, unas gafas de realidad virtual.
Con ellas ves imágenes que ayudan a recordar.



Actividades en grupo

Nos reunimos con otras personas.
Son para las personas mayores y sus familias.
Nos encontramos y participamos juntos.

Formarte y trabajar cuidando

Enseñamos a cuidar a personas que necesitan apoyo.

La formación tiene teoría y práctica.
Siempre hay una persona que te acompaña.

Las personas que participan pueden entrar en Incluyendo Capacidades.
Es una empresa de inserción: una empresa que ayuda a encontrar trabajo.
Se trabaja por un tiempo.
Se aprende con experiencia real, en casas y en el pueblo.
Después puede ser más fácil encontrar trabajo en otras empresas.

Tenemos materiales en castellano, en árabe y en Lectura Fácil.



Nuestro equipo

Coordinación del proyecto: es la persona de contacto.
Terapia ocupacional: te ayuda en las cosas de cada día.
Integración social: organiza talleres y actividades. Te acompaña.
Psicología: ve cómo estás de memoria y de ánimo. Hace un plan para cada persona.

Un pueblo que cuida

En un pueblo que cuida, las personas se acompañan y se ayudan.



Tiendas del pueblo



Grupos y asociaciones



Farmacias



Peluquerías

Red de centinelas
Son personas y lugares del pueblo que están atentos.
Si ven a alguien solo o con dificultades, avisan.
Así puede recibir apoyo.

Preguntas frecuentes

¿Tiene coste para la familia?
No. Es gratis.

¿Hace falta tener la dependencia reconocida?
No. No hace falta.

¿Ayudáis a las familias y a las personas cuidadoras?
Sí. Os damos apoyo y formación.

Si ya tenemos una persona cuidadora, ¿podemos participar?
Sí. Miramos cada caso.