

Iniciativa integra um ciclo mensal de testemunho

## Cantanhede acolhe encontro dedicado aos Cuidadores Informais



O Gabinete dos Cuidadores Informais promove um encontro aberto à comunidade no Museu da Pedra, na próxima sexta-feira, dia 22 de maio, pelas 14:30.

A iniciativa, dedicada à partilha de experiências e à valorização do papel dos cuidadores informais, contará com o testemunho de Emília Pimentel, que irá partilhar com os presentes a sua experiência de vida enquanto cuidadora informal. Este será um momento que se pretende de proximidade, empatia e reflexão em face dos contextos de vida de cada cuidador, sendo que indutivamente se criam redes de apoio e acolhimento entre os participantes.

O Gabinete Municipal de Apoio ao Cuidador Informal (GMACI) dá a possibilidade aos cuidadores informais de usufruírem de serviços de informação, aconselhamento, atendimento psicossocial, formação psicoeducativa, grupos de ajuda mútua e banco de voluntariado.

Os Grupos de Ajuda Mútua (GAM) permitem aos cuidadores informais encontrarem o suporte social e emocional que necessitam, bem como um espaço onde livremente possam partilhar os seus sentimentos, opiniões e experiências. Os objetivos dos GAM consistem em reduzir o isolamento, partilhar estratégias e conhecimentos, promover o bem-estar dos cuidadores informais, desenvolver competências e fortalecer redes de apoio.

O cuidador informal pode ser atendido presencialmente todas as segundas-feiras, entre as 09h30 e as 12h30, na Divisão da Ação Social e Saúde do Município, na Casa Francisco Pinto, ou mediante marcação prévia através do número 910 807 060.