

VII CONGRESO

ESCUELA DE #una familia PACIENTES de cuidado



ESCUELA ANDALUZA DE SALUD PÚBLICA

G R A N A D A

17 DE DICIEMBRE

2 0 1 9



ESCUELA DE
PACIENTES



Escuela Andaluza de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS



09:30

Recepción de los participantes – Café de bienvenida

Simultáneamente, se realizará un recorrido por la sede de la EASP para visitar diversos stands de **asociaciones andaluzas** de pacientes. A su vez, se podrá disfrutar de la exposición fotográfica La escuela de Pacientes: la formación entre iguales.

10:00

Bienvenida Institucional

Autoridades de la Consejería de Salud y Familias. Junta de Andalucía

10:15

Mesa de experiencias: #Unafamiliadecuidado

Mesa de experiencias con **familiares, cuidadoras/es y pacientes**.

11:30

Descanso y desayuno saludable

12:00

#Unafamiliadecuidado: ¿Cuál es la tuya?

Actividad plenaria alrededor de las diferentes experiencias con nuestras familias de cuidado.

13:00

La habitación saludable: cocinar rico y sano

Muestra teórico-práctica sobre alimentación orientada al cuidado de distintas enfermedades crónicas:

- ✓ **Hipertensión y dieta saludable**
- ✓ **Recetas para el cuidado de la diabetes**
- ✓ **EPOC y una buena alimentación**
- ✓ **Dieta y alimentación: Insuficiencia cardiaca**

14:00

Almuerzo

15:30

Talleres en paralelo

Abrimos un espacio para **aprender a cuidarnos y a cuidar**. Las **asociaciones andaluzas** compartirán con el aforo aquellas actividades que desarrollan en grupo, viéndose su salud beneficiada día a día:

- ✓ **“Cuidado mutuo: Taller de transferencias y movilizaciones ergonómicas para el cuidador y el paciente”**
- ✓ **“Aprendizaje de habla esofágica”.**
- ✓ **“Ejercicio terapéutico en cáncer de mama”.**
- ✓ **“Mima-Te: Taller de pañuelos y cuidados estéticos en pacientes oncológicos”.**
- ✓ **“Introducción a la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson”.**
- ✓ **“Gestión emocional y control del estrés”.**
- ✓ **“Cita médica con el Doctor Google”: Búsqueda de información FIABLE y SEGURA para los pacientes, familiares, cuidadores, amigos y asociaciones.**
- ✓ **Musicoterapia.**
- ✓ **Dolor y emociones.**

16:30

“IMPRO” de teatro saludable

Un grupo de actores y actrices nos ayudaran a poner en escena, a través de una improvisación guiada por los/as participantes del congreso, las **claves para el cuidado en familia**.

17:30

Conclusiones

18:00

Final del Congreso

OBJETIVO

Este año el congreso va dedicado a los cuidados que se ofrecen en las familias, con y junto a las personas que viven nuestra enfermedad día a día. Todas las familias, también familias elegidas (amigos/as o asociaciones de pacientes).

INSCRIPCIONES

En el siguiente enlace tenéis acceso a la preinscripción:
<https://si.easp.es/cepac/publico/bienvenida.aspx>

En la página web de la Escuela de Pacientes
(<https://escueladepacientes.es/congresos-escuela-de-pacientes/vii-congreso-2>)

Os adelantamos que las asociaciones de pacientes tendrán un protagonismo muy especial.

Como siempre, muchas gracias por vuestra inigualable energía, vuestras ganas de cambiar las cosas a mejor, vuestro inspirador compromiso... Nos vemos muy pronto en la Escuela de Pacientes, que cada día espera ser en vuestra vida:

#unafamiliadecuidado
¡TE ESPERAMOS!

SI TIENES DUDAS:

Contacta con nuestra secretaria técnica:
Elisabeth María-Ilidio Paulo
elisabeth.mariailidio.easp@juntadeandalucia.es
958027400

María Dolores Pardo
mariadolores.pardo.easp@juntadeandalucia.es

LUGAR CELEBRACIÓN

Escuela Andaluza de Salud pública
Campus Universitario de Cartuja
Cuesta del observatorio, 4-Granada

Patrocinadores

