

AÑO 2026 - CURSOS FORMATIVOS DESTINADOS A CUIDADORES DE PERSONAS DEPENDIENTES

Curso 1: CENTRO CÍVICO SAN AGUSTÍN

Sala Conferencias 1 (Torre Este – Primer piso)

Horario: Martes de 16.00 a 18.00h

Calendario:

8 septiembre	15 septiembre	22 septiembre	29 septiembre
6 octubre	13 octubre	20 octubre	27 octubre
3 noviembre	10 noviembre	17 noviembre	24 noviembre
1 diciembre	15 diciembre	22 diciembre*	

Curso 2: CENTRO CÍVICO RÍO VENA

Sala Taller 3

Horario: Jueves de 10.00 a 12.00h.

Calendario:

10 septiembre	17 septiembre	24 septiembre	1 octubre
8 octubre	15 octubre	22 octubre	29 octubre
5 noviembre	12 noviembre	19 noviembre	26 noviembre
3 diciembre	10 diciembre	17 diciembre*	

Curso 3: CENTRO CÍVICO CAPISCOL

Sala de Conferencias 3

Horario: Viernes de 11.30 a 13.30h

Calendario:

11 septiembre	18 septiembre	25 septiembre	2 octubre
9 octubre	16 octubre	23 octubre	30 octubre
6 noviembre	13 noviembre	20 noviembre	27 noviembre
4 diciembre	11 diciembre	18 diciembre*	

Curso 4: CENTRO CÍVICO SAN JUAN

Sala de formación- 1ª planta

Horario: Viernes de 16.30 a 18.30h.

Calendario:

11 septiembre	18 septiembre	25 septiembre	2 octubre
9 octubre	16 octubre	23 octubre	30 octubre
6 noviembre	13 noviembre	20 noviembre	27 noviembre
4 diciembre	11 diciembre	18 diciembre*	

* El contenido de la sesión 15 de los cursos, se impartirá en las anteriores sesiones, ampliándose en media hora.

Los principales contenidos teórico-prácticos que se abordarán a lo largo de las sesiones serán los siguientes:

- Cuidar al que cuida: Síndrome del Cuidador
- Higiene diaria
- Alimentación
- Hábitos intestinales
- Incontinencia urinaria
- Medicación
- Inmovilización. Ejercicios
- Descanso
- Úlceras por presión
- Accidente vascular cerebral (Ictus)
- Demencia senil. Alzheimer
- Paciente terminal. Proceso de duelo
- La adaptación del entorno y productos de apoyo
- Servicios o ayudas sociales
- Gestión del estrés. Autoestima. Relajación
- Habilidades para la comunicación
- Primeros auxilios