

护理人员很重要

召开家庭护理人员会议

加入我们，享受为期一天的自我保健，收集宝贵资源，与家庭护理人员社区建立联系！学习如何在照顾他人的同时照顾自己。参加会议不收取任何费用，但需要注册。会议提供清淡的早餐和午餐。提供西班牙语和中文普通话口译。

研讨会主题：



- ▶ 自我照顾
- ▶ 预先护理计划
- ▶ 瑜伽
- ▶ 防止跌倒
- ▶ 法律规划
- ▶ 大脑健康
- ▶ 打鼓



会议详情：

参加人员：适用于照顾老年人、照顾痴呆症或其他慢性疾病患者的人员，或抚养孩子的祖父母和年长家属

会议内容：这是一项免费活动，旨在帮助护理人员在照顾他人的同时学会照顾自己，可能会有喘息机会

会议地点：Crowne Plaza Foster City, 1221 Chess Drive, Foster City 94404 免费停车场

会议时间：2023年11月11日星期六，上午9:30至下午2:00

会议主旨：了解自我保健，寻找资源，建立联系

点击此处注册：

立即注册，预留您的位置。

www.smccaregiverscollaborative.org



San Mateo County Caregivers Collaborative members include: Alzheimer's Association, Catholic Charities Adult Day Services, Coastside Adult Day Health Center, Edgewood Kinship Support Services, Family Caregiver Alliance, Kimochi, Legal Aid Society of San Mateo County, Mission Hospice & Home Care, Rosener House Adult Day Services, San Mateo County Public Authority for IHSS, Seniors at Home, and South San Francisco Adult Day Care Center. Funded by Aging and Adult Services.