



# Southern Caregiver Resource Center

*Cuidando a quienes cuidan de otros*

## **Hoja Informativa:** **Servicios**

Southern Caregiver Resource Center (SCRC) ofrece servicios para los familiares que estén cuidando de algún otro familiar o amigo con condiciones crónicas o debilitantes en los Condados de San Diego e Imperial. SCRC se especializa en ayudando a aquellas personas que se encargan del cuidado por los demás a través de servicios comprensivos proporcionados por un personal experimentado, profesional y compasivo. Los servicios incluyen: información especializada, asesoría familiar y manejo de casos, cuidado temporal, consejería a corto plazo, grupos de apoyo, consulta legal y financiera, educación y capacitación profesional, y alternativas para el empleado.

Los servicios están disponibles sin costo para los clientes. SCRC ofrece citas en el hogar o en la oficina. Los servicios específicos pueden tener requisitos adicionales. Para más información, por favor comuníquese con SCRC al (800) 827-1008.

### **Información especializada**

SCRC proporciona información acerca de condiciones crónicas y degenerativas, el envejecimiento, asuntos relacionados con el cuidado de otras personas y recursos comunitarios. SCRC también tiene una librería que ofrece una extensa colección de recursos para el cuidador, como volantes informativos, libros y DVDs en inglés y español.

### **Asesoría familiar y manejo de casos**

El personal profesional de SCRC trabaja con familias y cuidadores para brindarles apoyo, aliviar el estrés, examinar opciones y ayudarles a tomar decisiones relacionadas con el cuidado de adultos. El personal clínico de SCRC proporciona una evaluación de las necesidades del cuidador/a (en su casa o en nuestra oficina), planeación para el cuidado a corto o largo plazo y consulta constante.

### **Cuidado temporal\***

SCRC puede tramitar ayuda temporal con el cuidado de su ser querido para ayudar a los cuidadores a descansar del estrés ocasionado por el cuidado constante. El programa está diseñado para proporcionar apoyo temporal en la casa de la persona, o en un entorno externo, tal como un centro de cuidado o en las instalaciones de una vivienda asistida.

### **Consejería a corto plazo**

SCRC ofrece seis sesiones individuales de una hora para cuidadores que buscan apoyo emocional, desarrollo de capacidades y estrategias útiles para manejar mejor su situación. SCRC tiene personal capacitado y personal en proceso de su licenciatura para proporcionar este servicio.

## **Grupos de apoyo**

SCRC ofrece grupos de apoyo que se reúnen en varios lugares a lo largo del Condado de San Diego. Estos grupos permiten a los cuidadores compartir sus experiencias e ideas para aliviar el estrés de su función como cuidadores de familiares.

## **Consulta legal y financiera**

SCRC ofrece consulta para varios asuntos legales y financieros relacionados con el cuidado de un adulto. La ayuda legal profesional puede orientar a los cuidadores con una serie de problemas, incluyendo la planificación patrimonial (fideicomisos, testamentos y derechos a recibir Medi-Cal), tutelas, cartas notariales duraderas, y directivas avanzadas de salud.

## **Educación y capacitación profesional**

SCRC ofrece educación y entrenamiento en una variedad de asuntos relacionados con el cuidado de un familiar o amigo. El personal profesional de SCRC puede organizar programas educativos para grupos de cuidadores o profesionales de la comunidad en cualquier lugar a lo largo del Condado de San Diego.

## **CALMA**

El programa CALMA es una serie educativa, basada en evidencia, para cuidadores de personas con Alzheimer o demencias relacionadas. Las clases se ofrecen junto a otros cuidadores y se enfocan en ayudar a manejar mejor su situación, cuidar mejor de sí mismo, aprender técnicas para manejar el estrés y desarrollar habilidades para comunicarse con la familia en forma efectiva.

## **Alternativas para el empleado**

El personal de SCRC le proporciona ayuda a quienes tienen empleados con responsabilidades en la tarea de cuidar a un familiar o amigo. Se proporcionan programas educativos, ferias de recursos y consultas en el lugar de trabajo.

*\*Este servicio es limitado y depende de los fondos que tengamos disponibles.*