

EDUCACIÓN

Octubre - Diciembre 2024

Todas nuestras clases son GRATIS. Para aprender más e inscribirse, visite alzsd.org/en-espanol o llame 858.492.4400. Asegúrese de consultar nuestro calendario educativo en línea para adiciones y actualizaciones.



En Español – Abierto a todos

Cafecito con Alzheimer's San Diego: La demencia y nuestras familias

Venga y hable con nosotros sobre cómo la demencia afecta a nuestros seres queridos.



Miércoles, 9 de octubre 10 – 11:30 AM ■ Molina Healthcare El Cajon One Stop Help Center

Martes, 3 de diciembre 11:30 AM – 1 PM ■ San Ysidro Library

Cafecito con Alzheimer's San Diego: Los cambios, la comunicación y la comunidad

Venga a hablar sobre cómo nos comunicamos con los nuestros sobre la demencia.

Miércoles, 13 de noviembre 10 – 11:30 AM ■ Molina Healthcare Chula Vista Resource Center

Lunes, 9 de diciembre 10 – 11:30 AM ■ El Cajon Branch Library

Estrategias de comunicación

Desarrolle nuevas habilidades y estrategias para conectarse y comunicarse de manera más efectiva con una persona con pérdida de memoria y cómo responder cuando las interacciones son desafiantes.

Lunes, 21 de octubre 1 – 2:30 PM ■ Bonita-Sunnyside Library

■ En Línea ■ En Persona



Conversando sobre la pérdida de memoria

¿Por qué es difícil hablar de este tema? Aprenda a prepararte y hacer un plan.

Martes, 1 de octubre 11:30 AM – 1 PM ■ San Ysidro Library

Miércoles, 18 de diciembre 9 – 10:30 AM ■ CARE Center - National City

Consejos sencillos para la seguridad en el hogar

Aprenda estrategias para crear y mantener un hogar más seguro para alguien que vive con demencia.

Miércoles, 23 de octubre 10 – 11:30 AM ■ Otay Mesa-Nestor Library

Miércoles, 20 de noviembre 9 – 10:30 AM ■ CARE Center - National City

Manteniendo saludable su cerebro

Aprenda sobre los cambios en el estilo de vida y las estrategias que todos pueden usar para mantener la salud de su cerebro.

Miércoles, 27 de noviembre 10 – 11:30 AM ■ Otay Mesa-Nestor Library

Lunes, 16 de diciembre 1 – 2:30 PM ■ Bonita-Sunnyside Library

Más información: alzsd.org/classes

Llamar: (858) 492-4400