

Conéctese + Aprenda



Pláticas Educativas Gratuitas

Puede participar por internet o en persona
Para los horarios de pláticas programadas,
consulte por internet en nuestro sitio web:

AlzheimersLA.org/en-espanol#calendario

Para inscribirse llame al **323.930.6280**
o escríbanos a **rsvp@alzla.org**

Las inscripciones se cierran 24 horas antes del evento.
Duración de las charlas: 1 hora, seguidas por
preguntas y respuestas.

DICIEMBRE 2024

PRESENTACIONES EN ESPAÑOL

Hábitos saludables para su cerebro: Reduciendo el riesgo de Alzheimer

¿Sabía usted que puede mantener su cerebro saludable? Aprenda en como usted puede controlar lo que afecta la salud de su cerebro, identificar la conexión de otras enfermedades y la salud del cerebro, y la importancia de entender las señales de advertencias de la enfermedad de Alzheimer y las de demencias relacionadas.

- **MARTES, 3 de DICIEMBRE a las 10AM**

En conjunto con Belvedere Senior Center - 4914 E Cesar Chavez Ave, Los Angeles, CA 90022

- **SÁBADO, 14 de DICIEMBRE a las 10AM**

Participe por internet

Consejos para disfrutar las fiestas con seres queridos

Aprenda consejos y cómo estar preparado para las fiestas con su familiar que vive con demencia.

- **MIÉRCOLES, 4 de DICIEMBRE a las 4PM**

En conjunto con Kaiser Downey - 9400 Rosecrans Ave, Bellflower, CA 90706 (Room B2/B3)

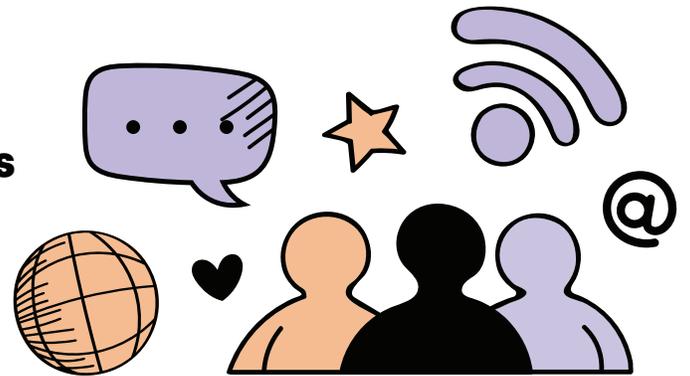
- **LUNES, 9 de DICIEMBRE a las 10AM**

En conjunto con YWCA Huntington Park - 7515 Pacific Blvd, Walnut, CA 90255



Servicios disponibles incluyen programas virtuales y programas en persona gratuitos

DICIEMBRE 2024



Consejería para cuidadores

Los servicios de consejería para cuidadores, le brindan apoyo a personas que cuidan de alguien con la enfermedad de Alzheimer u otras demencias. Si usted vive en casa con la persona con demencia, o esa persona vive en otro lugar, nuestros consejeros le pueden ayudar durante este momento difícil. Proporcionamos educación, recursos, consejería, estrategias para afrontar una situación, ideas para el cuidado de si mismo, también apoyo continuo y planificación de cuidado. Consejería es gratis y disponible por computadora (virtual) o por teléfono.

Grupos de apoyo

- Cada lunes de 1:30–3PM
- El segundo miércoles del mes de 7–8PM
- El segundo jueves del mes de 10–11AM

Para confirmar su asistencia a uno de nuestros talleres virtuales o participar en alguno de nuestros servicios:

Llame a nuestra línea de ayuda 844.HELP.ALZ (844.435.7259) o visite nuestro sitio web AlzheimersLA.org