

Hablemos de Cuidar

AARP y Parkinson's Foundation se han unido para ofrecer 12 maneras en que las personas que cuidan de un ser querido con Parkinson pueden animar la conversación entre ambos.

aarp.org/cuidar
parkinson.org



Cuidando a los nuestros

Cómo usar las cartas:

- 1.** Baraja las cartas y colócalas en una sola pila, boca abajo.
- 2.** La primera persona toma una carta y la lee en voz alta.
- 3.** Todos los participantes contestan cada pregunta. Se pueden hacer preguntas de seguimiento.
- 4.** La persona siguiente repite el proceso. Pueden escoger contestar todas las preguntas en una sesión o solo algunas.



Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Cómo te has sentido desde que se diagnosticó a tu ser querido? ¿Qué medidas has tomado para procesar el diagnóstico?

The background of the page is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which features the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like fashion, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿De qué manera ha cambiado tu vida desde el diagnóstico?

The background of the page is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which consists of the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Qué preguntas tienes sobre la enfermedad de Parkinson? ¿Dónde buscas respuesta a tus dudas?

The background of the page is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which features the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like fashion, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿De qué manera tu ser querido que sufre de la enfermedad de Parkinson te demuestra su agradecimiento?



Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Qué preocupaciones tienes sobre el futuro a medida que la enfermedad de Parkinson de tu ser querido avanza?

The background of the page is a repeating pattern of logos for the Parkinson's Foundation and AARP Family Caregiving. The Parkinson's Foundation logo consists of a stylized 'P' inside a circle, followed by the text 'Parkinson's Foundation'. The AARP Family Caregiving logo features the letters 'AARP' in a bold, sans-serif font, with a horizontal line underneath, and the words 'Family Caregiving' below that. The logos are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from each other, and are rendered in white against a teal background.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Dónde encuentras
apoyo emocional en
tu vida?



Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Qué recursos comunitarios usas para ocuparte de tus necesidades y las de tu ser querido?



Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Cómo expresas en este momento los sentimientos y las emociones que conlleva cuidar de un ser querido?



Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Cómo mantienes la conexión con tu ser querido que sufre de la enfermedad de Parkinson? ¿Cómo permaneces fiel a la relación original entre ustedes?

The background of the page is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which consists of the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Cómo gestionas las tareas que se deben hacer? ¿Qué pueden hacer tus amigos y familiares para ayudarte?

The background is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which consists of the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿Cómo cuidas de ti mismo? ¿Cómo puedes encontrar más tiempo para ti?

The background of the page is a repeating pattern of two logos: the Parkinson's Foundation logo, which consists of a stylized 'P' inside a circle followed by the text 'Parkinson's Foundation', and the AARP Family Caregiving logo, which consists of the letters 'AARP' above a horizontal line and the text 'Family Caregiving' below it. The logos are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from each other.

Hablemos de Cuidar

Hablemos de Cuidar

¿De qué manera
tú y tu ser querido
sobrellevan el estrés?
¿Qué haces cuando
sientes tristeza o
ansiedad?