

# Apoyo para los *Cuidadores*



¿Cuida a menudo de un ser querido que tiene alguna discapacidad o enfermedad crónica?

20D0181

*Podemos ayudarle.*

855-937-2372  
TAKETIMETEXAS.ORG



## CUIDARSE A USTED MISMO

es una de las **cosas más importantes** que puede hacer como **cuidador**.



Los servicios de **respiro** permiten descansar a personas que, como usted, cuidan de un niño o un adulto que tiene alguna enfermedad crónica o discapacidad.

Los servicios de **respiro** le dan la posibilidad de hacer mandados, tomar una siesta, ver a los amigos o pasar tiempo con otros familiares. Los servicios de respiro también le dan a su ser querido la oportunidad de pasar tiempo con otras personas.



**"Él se beneficia porque su mamá está feliz. Es saludable para mí, y es saludable para él".**

**– Rosalba, madre de un niño con discapacidad.**

## CUANDO SUS NECESIDADES ESTÁN ATENDIDAS

usted puede **cuidar mejor** de su ser querido.



Los servicios de **respiro** pueden usarse con frecuencia o solo de vez en cuando, como por ejemplo en casos de emergencia, durante sus vacaciones, una vez a la semana o al mes, los fines de semana o siempre que lo necesite.

Los servicios de **respiro** se pueden prestar a domicilio o en un entorno donde se brinden cuidados. Los distintos lugares donde se ofrecen estos servicios son:

- Su propia casa
- Una iglesia o lugar de culto, o un centro comunitario
- Un centro certificado de vida asistida o un centro de reposo



Visite **TAKETIMETEXAS.ORG** para más información, o llame al **855-937-2372**.