

# ¿Es usted el cuidador de un adulto de tercer edad?



## ***Usted hace o necesita?:***

- **¿Brindar atención no remunerada a alguien: familia, amigo o vecino?**
- **¿Necesita unirte a un grupo de apoyo?**
- **¿Necesita recursos y apoyos?**

### **Caring Together, Living Better (CTLB) esta aquí para ayudar!**

Caring Together, Living Better es una asociación de organizaciones religiosas y comunitarias que sirven a los cuidadores familiares en el condado suburbano de Cook. Los servicios se le brindan sin costo alguno.

## ***Ofrecemos:***

### **Talleres de Bienestar\***

Recargue y aprenda sobre el autocuidado como cuidador

### **Talleres basados en evidencia\***

Hay una variedad de talleres disponibles, tales como: Hágase cargo de su salud, Hágase cargo de su diabetes, Tai Chi para la artritis y más.

### **Grupos de apoyo para cuidadores \***

Comparta sus experiencias como cuidador y aprenda de los demás

### **Talleres educativos\***

Obtenga información sobre los recursos que lo ayudarán en la prestación de cuidados, como información sobre la enfermedad de Alzheimer, Medicare y más.

### **Talleres Recreativos\***

Estos talleres incluyen terapia de arte, club de diversión para personas mayores, excursiones y más.

\*actualmente estos servicios se ofrecen de forma virtual o híbrida de forma virtual y presencial.

***Para obtener más información sobre CTLB o conectarse con un socio en su área, llame a AgeOptions al (708) 383-7258 o (800) 699-0943.***

***También puede ponerse en contacto directamente con los socios de CTLB que aparecen en la página siguiente.***

# CARING TOGETHER, LIVING BETTER COMPAÑEROS

## **Cicero Area Project**

Morton College  
3801 S. Central Ave, Room 238C  
Cicero, IL 60804  
(708)222-8301

## **Neighborhood United Methodist Church**

1817 Washington Blvd  
Maywood, IL 60153  
(708)681-5887

## **Community Development Corporation of Bellwood**

3100 St. Charles Rd  
Bellwood, IL 60104  
(708)493-4972

## **Rock of Ages Baptist Church**

1309 Madison St.  
Maywood, IL 60153  
(708)344-0704

## **New Hope Christian Center**

14 S 19th Ave  
Maywood, IL 60153  
(708)343-4441

## **Quinn Center of St. Eulalia**

1832 S. 8th Ave  
Maywood, IL 60153  
(708)397-6111

## CENTROS DE RECURSOS PARA CUIDADORES

### **Aging Care Connections**

*Lyons, Riverside, Proviso, Leyden,  
Norwood Park*  
111 W Harris Ave.  
LaGrange, IL 60525  
(708)353-1323

### **Solutions for Care**

*Berwyn, Cicero*  
7222 W. Cermak Rd #200  
North Riverside, IL 60546  
(708)447-2248

**[Visítenos en Facebook](#)**

**<https://www.facebook.com/Caring2gether>**