

STARLAB NEWSLETTER

Recursos

El Centro de Recursos de California tiene muchos videos y publicaciones en blogs para cuidadores, sin importar donde vivas. Algunos temas incluyen consejos sobre seguridad en el hogar y como otras personas pueden ayudar a los cuidadores.

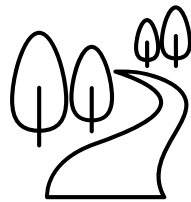
!Haz clic [aquí](#) para mas informacion!

Tambien, mira este [video](#) del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento que explica los beneficios de participar en investigaciones.

Actividades al Aire Libre Gratis!

A medida que el clima se calienta, aquí tienes algunas ideas para disfrutar del sol.

- Senderos para caminar en un
- parque
- Visitas al mercado de
- agricultores
- observacion de aves
- Visitas al zoológico
- Mini golf



Preparacion de emergencias

Las situaciones de emergencia – como tornados, huracanes, olas de calor, incendios y tormentas de nieve- pueden afectar significativamente la seguridad especialmente de las personas con Alzheimer y demencia, quienes pueden sentirse angustiadas y confundidas. Estar preparado es fundamental. Existen pasos y precauciones que puede tomar para estar lo mas preparado posible. Sin embargo, si se encuentra en medio de condiciones climaticas extremas o un desastre natural, aun puede tomar medidas para mantener la seguridad suya y de la persona que vive con demencia.

Por favor, consulte el articulo adjunto a este correo electronico para mas informacion.



Comparte Nuestro Estudio!

!Si conoces a cuidadores que quieran participar en nuestro estudio, pideles que escaneen este codigo QR.



Contactanos



starlab@uab.edu



205-996-0339



sites.uab.edu/pugastarlab/