

THE CAREAWARE VIDEO SERIES

Help and Hope for Family Caregivers

INTRODUCING A **FREE** RESOURCE FOR CAREGIVERS

The role of the unpaid, family caregiver can be isolating and confusing. Whether you are new to the role and feeling overwhelmed, or you have been a caregiver for a while and are open to new insights, we invite you to view this **FREE** online resource.

Here's what you'll learn:

- ✓ Unique challenges of caregiving
- ✓ Key legal, financial and healthcare documents
- ✓ Tips for dealing with negative emotions
- ✓ How to reduce stress through self care
- ✓ The common signs of abuse
- ✓ Community resources for your journey



*"The videos are **AMAZING!**
They are so deep and rich,
and give such a sense
of empathy and community.
Thank you for such a
tremendous, practical,
life-changing series."*

*Larry Mudd, Pastor
and Family Caregiver*

LA SERIE DE VIDEOS CAREAWARE

Ayuda y Esperanza para Cuidadores Familiares

PRESENTACIÓN DE UN RECURSO GRATUITO PARA CUIDADORES

El rol del cuidador familiar no remunerado puede ser aislador y confuso. Si usted es nuevo en el rol y se siente abrumado, o ha sido cuidador por un tiempo y está abierto a nuevos conocimientos, lo invitamos a ver este recurso en línea GRATUITO.



Esto es lo que aprenderá:

- ✓ Desafíos únicos del cuidado
- ✓ Documentos de llave legal, financieros y de cuidado médico
- ✓ Consejos para lidiar con las emociones negativas
- ✓ Cómo reducir el estrés a través del cuidado personal
- ✓ Los signos comunes de abuso
- ✓ Recursos comunitarios para su trayecto

“¡Los videos son INCREÍBLES! Son tan profundos y ricos, y dan tanto sentido de empatía y comunidad. Gracias por una serie tan tremenda, práctica, y que cambio la vida.”

*Larry Mudd, pastor
y cuidador familiar*