



Yo soy la que le ayudo a mi padre a pagar sus cuentas.



Hago las compras y cocino para mi madre cada semana.

¿Yo soy un cuidador?

Usted es, si usted ...

- Ayuda a una persona mayor con los quehaceres del hogar, deberes o citas.
- Ayuda a una persona mayor con el cuidado personal, como bañarse o asearse, comer y vestir.
- Tiene menos tiempo para usted mismo, ya que está al cuidado de una persona mayor.

Sin embargo, usted no está solo, hay ayuda para usted.

CaringTogetherLompoc.org
O llame 805.925.9554

Esta ayuda es una colaboración de agencias locales y organizaciones no lucrativas.

