NOTÍCIA

28 outubro 2025
DCIPT

Encontro assinala o Dia do Cuidador Informal, a 5 de novembro

Cantanhede acolhe encontro regional dedicado aos cuidadores informais



No próximo dia 5 de novembro, o Auditório da Biblioteca Municipal de Cantanhede vai receber o encontro “Sou Cuidador Informal – Quero cuidar com competência e apoio, viver com equilíbrio”, uma iniciativa do Grupo Literacia para a Segurança dos Cuidados de Saúde de Enfermagem, das Unidades de Cuidados na Continuados (UCC) de Cantanhede, Mealhada e Penacova.
A ação conta com o apoio das Câmaras Municipais de Cantanhede, Mealhada e Penacova, e insere-se numa estratégia de valorização e capacitação dos cuidadores.
“O evento pretende promover a literacia em saúde e reforçar as competências dos cuidadores informais, reconhecendo o papel fundamental que desempenham no acompanhamento de familiares e pessoas dependentes”, sublinhou a vereadora da Ação Social e Saúde, Célia Simões.
O programa do encontro inclui a sessão “A Possibilidade de Ser Cuidador – Recursos de Apoio”, que reunirá profissionais e representantes de várias entidades nomeadamente Ana Isabel, enfermeira da UCC Bairradina, Zélia Almeida, do Grupo Literacia da Unidade Local de Saúde (ULS) de Coimbra, Ana Afonso, assistente social da UCC Bairradina, Liliana Matias, do Gabinete Municipal de Apoio ao Cuidador Informal da Câmara Municipal de Cantanhede, Liliana Gonçalves, da Associação Nacional de Cuidadores Informais, destacará o papel das associações e Carlos Fernandes, do Grupo Literacia da ULS de Coimbra.
De seguida vão ser apresentados os “Manuais de apoio ao cuidador” da ULS de Coimbra, por Barbara Guerra e João Pedro.
Durante a tarde, o encontro contará com um momento cultural seguido da tertúlia “O Bem-Estar do Cuidador: Uma Prioridade”. A sessão será moderada por Florbela Paiva, enfermeira da UCC

de Condeixa, e contará com diversas perspetivas complementares sobre o bem-estar físico, emocional e espiritual do cuidador.
Participam Júlio Azenha, enquanto cuidador informal, Maria José Alves, enfermeira da UCC Bairradina, e Elsa Feliciano, nutricionista das UCC Bairradina e Cantanhede. A atividade física será tema de Sofia Domingues, enfermeira de reabilitação.
O programa encerra com uma sessão de Yoga do Riso, dinamizada por Marina Sá Neto, da Associação Colourfuland, culminando num momento de homenagem aos cuidadores informais, de reconhecimento pela sua dedicação e pelo papel essencial que têm na comunidade.
As inscrições para participar no encontro podem ser feitas através do link https://shorturl.at/aYWVJ.