



## Ayudamos a reducir el estrés de los cuidadores familiares en Idaho

Aunque muchas personas no se consideran ser un “cuidador”, más de 8 millones de Latinos en los Estados Unidos apoyan a un ser querido que tiene alguna discapacidad o condición médica. En Idaho, hay más de 55,000 cuidadores Latinos. Muchos de ellos no saben de los recursos y apoyo que está disponible.



Nuestro programa ofrece consultas y recursos a todos los cuidadores familiares en la área del Suroeste de Idaho sin costo. Nuestra meta es apoyar a los cuidadores para que ellos pueden seguir cuidando de sus seres queridos. Los cuidadores también necesitan nuestro apoyo, los navegantes de cuidadores están aquí para ayudarles construir un plan que te ayudara.



## Cómo Funciona

### 1. MARQUE NOS O MANDA UN SOLICITUDE PARA SU CONSULTA

- Habla con un navegante de cuidadores

### 2. HAS EL EVALUACIÓN

- Un navegante le ayudara con un evaluación sobre sus niveles estrés y obligaciones

### 3. SU PLAN

- El navegante le ayudará crear su plan que le conectará a los recursos, servicios, educación, y apoyo emocional que usted como cuidador familiar necesita.

## Calificaciones

Nuestro programa es gratis y confidencial para todos los cuidadores familiares o informales de una persona que tenga algún discapacidad o condición de salud crónica. No es necesario tener seguridad médica, ni estatus de ciudadanía, o cualquier otra documentación. Se requiere que el cuidador tenga por lo menos 18 años. Servimos los residentes de Idaho.

## Cómo Contactarnos

208-426-5899

[caregivernavigator.org/español](http://caregivernavigator.org/español)

[info@caregivernavigator.org](mailto:info@caregivernavigator.org)

Lunes a Viernes, 8am-5pm



**Ana Villanueva,  
Navegadora**



**Sandra  
Zuidema,  
Navegadora**



**BOISE STATE UNIVERSITY**  
CENTER FOR THE STUDY OF AGING



**IDAHO DEPARTMENT OF  
HEALTH & WELFARE**

