

# APOYO PARA APRENDER TÉCNICAS Y HABILIDADES PARA EL CUIDADO Y EL AUTOCUIDADO

Importante

**Atención: aquí solo encontrarás información sobre Servicios Sociales.**

Es decir, si buscas información sobre otros recursos como, por ejemplo, la Renta de Garantía de Ingresos (RGI), ayudas de conciliación para familias, escolarización de menores o acceso a servicios de salud, debes acudir a los respectivos portales de Educación, Familias e Infancia, Osakidetza o Lanbide para informarte.

Además de las prestaciones que se recogen en esta web, cada Ayuntamiento y cada Diputación pueden tener otros servicios y prestaciones diferentes en el ámbito de los Servicios Sociales.

## INFORMACIÓN COMPLETA DE LOS

**Persona cuidadora > Apoyo en el aprendizaje de técnicas y habilidades para el cuidado y el autocuidado**

Estás consultando la ficha completa. [Aquí la información resumida.](#)

### ¿En qué consiste este Servicio?

Este servicio ofrece a las y los cuidadores familiares de personas con dependencia, la posibilidad de adquirir habilidades para el cuidado, así como para el autocuidado ([ficha 1.4](#)). El servicio de apoyo a la persona cuidadora tiene como objetivo favorecer:

- la calidad de los cuidados ofrecidos por las personas cuidadoras,
- la calidad de vida de las personas que cuidan de modo familiar,
- la corresponsabilidad de otras y otros cuidadores,
- la adquisición de conocimientos, actitudes y habilidades de cuidado y auto-cuidado.

### ¿Quién puede recibir este servicio?

**Personas cuidadoras familiares** de personas con dependencia, sean o no personas cuidadoras principales, sean o no familiares.

### ¿Qué requisitos concretos se deben cumplir para solicitar el Servicio?

- La persona cuidadora principal debe estar **empadronada en el municipio donde se realiza**

**la solicitud.**

- Debe tener **necesidad de apoyo, información o formación** para el autocuidado, para realizar las tareas de autocuidado

## ¿Cuánto cuesta el servicio?

**Servicio gratuito.**

## ¿A quién corresponde prestar este servicio?

La prestación del servicio es **responsabilidad de los Ayuntamientos**.

## ¿Dónde puedo solicitar el servicio?

En los **Servicios Sociales de Base** de tu barrio, municipio o comarca.

Si te interesa este servicio o quieres saber más, puedes hablar con las personas que trabajan en los Servicios Sociales. Te explicarán cómo funciona y cómo puedes beneficiarte de él. Dinos tu municipio y te indicamos los lugares y datos de contacto a los que puedes dirigirte.

## ¿Qué normativa regula este servicio?

Acceso a la ficha original de la Cartera

[Volver a la ficha resumida](#)