



**NGÀY:**

Thứ Tư tuần  
thứ nhất và thứ  
ba hàng tháng

**GIỜ:**

10:30 AM - 11:30 AM

**ĐỊA CHỈ:**

Zoom

**ĐỀ TÀI BAO GỒM:**

- Chăm sóc và “không cảm thấy có tội”
- Săn sóc nhu cầu cá nhân của quý vị
- Thông cảm trong đối thoại
- Lợi ích của khôi hài
- Cách đối phó lạc quan
- Cơ hội sinh hoạt và nghỉ ngơi

*Sinh hoạt của nhóm để giúp quý vị thành công hơn trong khi đối đầu với các sự khó khăn trong việc chăm sóc.*

**MUỐN THAM GIA NHÓM HỖ TRỢ HAY CÓ THẮC MẮC VỀ NHỮNG DỊCH VỤ CỦA TRUNG TÂM TÀI NGUYÊN DÀNH CHO NGƯỜI CHĂM SÓC THÂN NHÂN:**



**657-566-1267**



[Thanhha.nguyen@providence.org](mailto:Thanhha.nguyen@providence.org)



[www.caregiveroc.org](http://www.caregiveroc.org)