Mapa de mi red de apoyo

¿Quién me apoya en el cuidado?

Anota las personas o los servicios que puedan ayudarte:

Familia:.....

Amigos:

.....

Médico de cabecera / Médico de familia:.....

Servicios sociales:

.....

Otros cuidadores:

.....

¿Con quién podría ponerme en contacto más a menudo?