



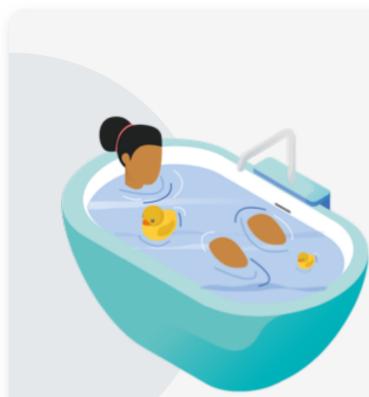
Recursos útiles

Consulte la sección [Soluciones de aprendizaje en el entorno laboral](#) para obtener ayuda en materia de capacitación durante la pandemia de COVID-19.

Cómo cuidar de seres queridos

Cuidar de un ser querido puede ser una experiencia gratificante y a la vez desafiante. Implementar medidas prácticas puede resultar útil si usted cuida de otra persona y trabaja al mismo tiempo, y hallar apoyo emocional puede ayudarle a afrontar el estrés.

Vida



Cómo evitar la crisis del cuidador

Si usted cuida de un ser querido, es posible que se sienta agobiado(a) por todas sus responsabilidades. Es importante reservar un tiempo para sí mismo(a) y evitar el agotamiento del cuidador.

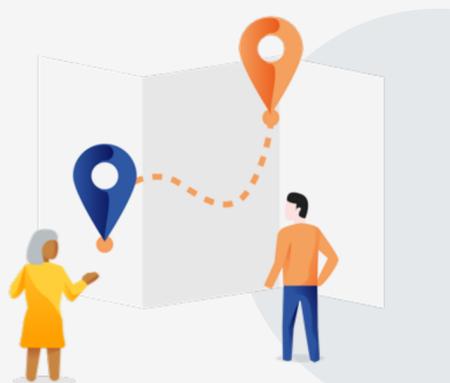
[Leer más](#)

Vida

Cómo cuidar de otra persona cuando usted vive lejos

Cuidar de un familiar mayor o de un adulto dependiente puede ser una tarea desafiante cuando usted vive en la misma casa o comunidad. Pero esa tarea puede resultar mucho más difícil cuando no puede visitar a la persona.

[Leer más](#)



El rincón del líder



Cómo proporcionar apoyo a empleados que cuidan de un familiar mayor

Quizá no resulte evidente para usted en su función de supervisor(a), pero es posible que muchos de los empleados que supervisa tengan a su cargo a un familiar o amigo(a) mayor.

[Leer más](#)

Recomendado para usted

Video

Cómo cuidar de otra persona durante una emergencia

[Haga clic aquí](#)



[Página de inicio del boletín Heartbeat](#)



895 Don Mills Road, Tower One, Suite 700
Toronto, ON M3C 1W3 CANADÁ

© 2020 Morneau Shepell Ltd.