



Serie de sobrevivientes de lesiones cerebrales (LC) de 2023 por Zoom

Por favor, acompaña a la Fundación de Esperanza Para Lesiones Cerebrales (FEPLC) para otro año emocionante e interactivo de la Serie de Sobrevivientes, diseñada exclusivamente para TI. Exploramos formas de lograr una vida mejor para las personas con LC y estrés postraumático (EP). Estas sesiones te ayudarán a lograr tu definición de éxito. Los cónyuges, familiares, miembros de los servicios militares, amigos y profesionales que sirven a la comunidad de LC son bienvenidos y los miembros de otras comunidades (lesión cerebral aguda, accidente cerebrovascular, Parkinson, EM, etc.) también son bienvenidos.

Inscríbete aquí: <https://www.braininjuryhopefoundation.org/eventos/?lang=es>

10 de Marzo, 2023: Fatiga cognitiva después de una lesión cerebral (en Inglés)

Acompaña a Mary Ann Keatley, Ph.D., CCC y cofundadora de la Fundación de Esperanza para Lesiones Cerebrales para aprender acerca de las más recientes investigaciones sobre la fatiga cognitiva / mental después de una lesión cerebral traumática, adquirida y/o relacionada con COVID. Este seminario en línea será facilitado por Joanne Cohen acerca de los síntomas que muchos sobrevivientes de lesiones cerebrales experimentan después de esta lesión, incluida la fatiga física, mental y emocional. La Dra. Keatley nos dará una comprensión de las causas de la fatiga mental, los trastornos del sueño y las herramientas y tratamientos para hacer frente a las secuelas de LC.

POR FAVOR, REGÍSTRATE EN LÍNEA EN

<https://www.braininjuryhopefoundation.org/inscripcion-en-linea/?lang=es>

Regístrate antes del 7 de febrero de 2023—**Cupo limitado a 100 participantes**

Debido a limitaciones de tiempo, NO serás inscrito si intentas registrarte el 10 de febrero (el día de este evento)

¿PREGUNTAS? Envía un correo electrónico gbrandenburg@BrainInjuryHopeFoundation.org

ZONAS HORARIAS: Por favor verifica tu zona horaria

12 pm – 1:30 pm Pacífico

1 pm—2:30 pm Montaña

2 pm—3:30 pm Centro

3 pm—4:30 pm Este

La inscripción es gratuita para los participantes y se financia con subvenciones y donaciones.

Asegúrate de proporcionar una dirección de correo electrónico para recibir una confirmación/recordatorio de tu registro por correo electrónico unos días antes del evento.

La Serie de Sobrevivientes de LC 2023

Patrocinadores de Nivel Superior: Dr. Steve y Debbie Cohen

Gracias a muchos en nuestra Comunidad de LC que también hicieron donativos generosos.

Estamos buscando patrocinadores adicionales para 2023. ¡Contacta a un miembro de la junta de FEPLC si tienes alguna idea!

Si no tienes una computadora con cámara, puedes ingresar a la reunión por teléfono. Todos los que se registren recibirán una invitación de ZOOM unos días antes del evento.

¡Reserva las próximas fechas!

REGÍSTRATE EN LÍNEA:

<https://www.braininjuryhopefoundation.org/inscripcion-en-linea/?lang=es>

14 de Abril, 2023: Panel de Nutrición: ¡Alimentando tu cerebro de manera saludable! (en Inglés)

Una dieta saludable durante la recuperación (y después) de una lesión cerebral es muy importante y beneficiosa. Aprende cómo ayudarte a ti mismo, alimentar sabiamente tu cuerpo y tomar decisiones saludables para mejorar la memoria, los recuerdos y la energía. Los panelistas incluyen: Julie Nygard, fundadora/propietaria de The Chocolate Therapist; Dr. Shane Steadman, Director de la Clínica, Sistemas Integrados de Salud, y Cavin Balaster, autor de *How to Feed a Brain: Nutrition for Optimal Brain Function and Repair*.

12 de Mayo 2023: Panel de socios de cuidados: Tus equipo de ensueño trabajando y entendiendo la vida desde sus perspectivas (en Inglés).

Únete a nuestros que tienen conocimiento de primera mano sobre el cuidado de un ser querido. Compartirán cariñosamente sus ideas, altibajos, perspectivas y mejores prácticas para apoyar a sus seres queridos y a ellos mismos en el proceso.

9 de Junio 2023: Cuentas ABLE: Ahorren dinero para su futuro mientras protegen su elegibilidad para los programas de asistencia pública (en Inglés)

