

# ¿Quieres ser PACIENTE ACTIVO FORMADOR?



G CONSELLERIA  
O SALUT  
I SERVEI SALUT  
B ILLES BALEARS

Si eres una persona con un problema crónico de salud o cuidas de algún paciente crónico **ESTE PROGRAMA PUEDE INTERESARTE.**

## ¿QUÉ FINALIDAD TIENE?

Aprender a cuidarse mejor compartiendo conocimientos y experiencias con otros pacientes y personas cuidadoras.

## ¿QUÉ REQUISITOS HE DE REUNIR?

Voluntariedad para ayudar a los demás.  
Buen control de mi problema de salud.  
Habilidades comunicativas.  
Ganas de aprender.  
Motivación.


## ¿QUÉ APORTA SER PACIENTE ACTIVO?

Mejorar mi calidad de vida.  
Conocer a otras personas con mi problema de salud.  
Experiencias gratificantes al ayudar a otras personas.

## ¿CÓMO PUEDES CONTACTAR?

Con tu equipo de salud (centro de salud u hospital).  
Con la asociación de pacientes, si perteneces a alguna.  
Directamente con el equipo coordinador del Programa.

 [gapm.pacientactiuib@ibsalut.es](mailto:gapm.pacientactiuib@ibsalut.es)

 971175883 / 971175884 de 8 a 15h

**TAMBIÉN  
POR ESTOS  
MEDIOS:**

 @pacientactiuib  
 @pacientactiu\_ib  
 Pacient Actiu IB

**TAMBIÉN  
A TRAVÉS DE ESTE  
FORMULARIO:**



# Voleu ser PACIENT ACTIU FORMADOR?



G CONSELLERIA  
O SALUT  
I SERVEI SALUT  
B ILLES BALEARS

Si ets una persona amb un problema crònic de salut o cures d'algun pacient crònic

**AQUEST PROGRAMA POT INTERESSAR-TE.**

## QUINA FINALITAT TÉ?

Aprendre a cuidar-vos millor compartint coneixements i experiències amb altres pacients i cuidadors

## QUINS REQUISITS HE DE REUNIR?

Voluntarietat per a ajudar els altres.  
Bon control del meu problema de salut.  
Habilitats comunicatives.  
Ganes d'aprendre.  
Motivació.


## QUÈ APORTA SER PACIENT ACTIU?

Millorar la meva qualitat de vida.  
Conèixer a altres persones amb el meu problema de salut.  
Experiències gratificants per ajudar altres persones.

## COM POTS CONTACTAR?

Amb el teu equip de salut (centre de salut o hospital).  
Amb l'associació de pacients, si pertanys a alguna.  
Directament amb l'equip coordinador del Programa.

 [gapm.pacientactiuib@ibsalut.es](mailto:gapm.pacientactiuib@ibsalut.es)

 971175883 / 971175884 de 8 a 15h

**TAMBÉ**  
PER AQUESTS  
MITJANS:

 @pacientactiuib  
 @pacientactiu\_ib  
 Pacient Actiu IB

**TAMBÉ**  
A TRAVÉS D'AQUEST  
FORMULARI:

