



LOS 7 PILARES DEL PROFESIONAL SLOWCARE



1

Tranquilidade de presencia

2

Conocimiento pleno de la persona

3

Cuestionarme a mi mismo

4

Practicare la humildad

5

Haciendo lo mejor posible

6

Interactuar en ina red

7

Cuidar de uno mismo

WWW.SLOWCARE.FR

En todos los casos, siga l'as recomendaciones de las autoridades médica basadas en la evidencia científica.
(Evidence Based Medicine)



Carta del profesional SlowCare

El lema: "Tómese tiempo para cuidar "
Los 7 pilares

1 :Tranquilidad de presencia

Estar "aquí y ahora" en plena conciencia de la interacción con la persona. Observo la mirada, los gestos, escucho realmente las necesidades subyacentes. En mis interacciones con la persona, me centro en mi misión. Cuidar a la otra persona en todos sus aspectos físicos, emocionales, espirituales, ambientales, familiares y económicos, redescubriendo así los valores fundamentales de cuidar al ser humano en su totalidad.

2 :Conocimiento pleno de la persona

Antes de cualquier intervención, es necesario que conozca las patologías y posibles contraindicaciones, las necesidades, los deseos, los gustos y los hábitos de vida de la persona a la que voy a acompañar. Esta entrevista me permite conocer a la persona y optimizar mi servicio. A medida que avanzan las intervenciones y la relación que se crea, el perfeccionamiento a través de mis informes de transmisión, me permite participar en una atención más personalizada.

3 : Cuestionarme a mí mismo

Pongo todo en marcha para que mis servicios sean lo más eficaces posible, con sensibilidad y reactividad gracias a la gama de servicios que ofrezco; me adapto a las necesidades y deseos de la persona. Estoy en constante formación y me mantengo al día de las novedades a través de libros especializados, grupos de intercambio entre profesionales, reuniones, conferencias...

4 :Practicar la humildad

"La humildad viene del latín humilitas, tierra de humus. Se dice de un individuo que no tiene una visión distorsionada de sí mismo. Se trata de una conciencia de la propia condición en medio de los demás y del universo. No es ni modestia ni orgullo, que sería una devaluación o sobrevaloración del yo. Dado que nuestros sentimientos en las relaciones humanas son un reflejo de lo que somos, emprender el viaje del autoconocimiento saca a la luz nuestras propias zonas de sombra. Esto nos permite avanzar hacia una paz interior, ideal para abordar el cuidado sin prejuicios y "estar en una relación de Humano a Humano".

5 :Haciendo lo mejor posible

Como consecuencia de la práctica de la humildad y de ser consciente de mis límites, hacer lo mejor posible me ayuda a no sentirme culpable por los fracasos, sino a tenerlos en cuenta como una observación y una humilde oportunidad para estar abierto a hacer las cosas de forma diferente y así adaptar y personalizar mis servicios en función de cada persona y del entorno. Hacer lo mejor posible, incluso cuando nadie lo ve, también me lleva a la noción de integridad en mi misión.

6 :Interactuar en una red

La transmisión de información, la transparencia respetando la confidencialidad, la ayuda mutua, el intercambio de conocimientos, experiencias y evaluaciones, me permiten mejorar mi práctica, conocer mejor a la persona y mejorar su bienestar. Trabajo en colaboración con la persona a la que apoyo, su familia, mis colegas y otros trabajadores.

7 :Cuidar de uno mismo

Para cuidar de los demás, es esencial saber cuidar primero de uno mismo. En un avión en caída libre, la tripulación de vuelo aconseja a las personas con niños que primero se pongan la máscara de oxígeno y luego se la pongan al niño... Es el mismo principio para la asistencia personal. Tomar tiempo para uno mismo también significa tomar cierta distancia para recargar las pilas, tener las ideas claras para tomar las decisiones correctas y compartir su magnífica energía.