



Los adultos mayores residentes del Hogar del Corazón de Jesús recibieron una segunda capacitación sobre 'Envejecimiento Exitoso'.

"En 1.999 se declaró el año del envejecimiento activo, y para cada motivo y razón debemos encontrar la solución, usando ejemplos vivenciales comprobados. Además, podemos ser creativos sin dominar las dependencias tecnológicas. Recuerden que ustedes son más que el paso del tiempo" expresó, Camila Valdivieso, Jefe del Departamento de Gerontología del Hogar.

"Hay que romper los estereotipos de la vejez siendo creativos" afirmó José Varas, luego de apreciar el video sobre un atleta de 94 años.

"Debemos acrecentar nuestra edad biológica y sentirnos contentos por estar en un medio ambiente adecuado para ser felices y lograr un envejecimiento exitoso", señaló el Dr. César Moyano.

Estas capacitaciones interactivas son aplicadas y compartidas por los adultos mayores con personas de su entorno, generando satisfacción a los mismos e influyendo positivamente en su bienestar y salud.