

# ADULTO MAYOR

## **Habilidades para la Vida**

Promover el bienestar biopsicosocial a través de enseñanzas que te ayudaran a afrontar los desafíos de la vida diaria con mayor destreza, aumentar el éxito en el desempeño escolar, las competencias personales (afectivas y sociales), favorecer así el autocuidado y la adopción de estilos de vida saludables y disminuir conductas de riesgo (alcohol, drogas, violencias).

## **Programa Envejecimiento Activo**

Conocer la metodología que se aplica en las personas adultas mayores para sensibilizar y capacitar a el capital humano institucional y comunitario; identificación, fortalecimiento y ampliación de las redes sociales de apoyo familiares, institucionales y comunitarias a través de los servicios e intervenciones sociales de acuerdo con la valoración gerontológica para mantener, prolongar y recuperar su independencia funcional física, mental (cognoscitiva), emocional y social.

## **Ocupación Terapéutica**

Reconocer la importancia de la ocupación terapéutica en el proceso de envejecimiento activo y saludable que conlleva beneficios físicos, emocionales, cognitivos y sociales.