



Universidad Austral de Chile

Facultad de Medicina

## **ESCUELA PARA PERSONAS MAYORES**

### **MARTES 15 DE ENERO**

Coordinadora: Elizabeth Flores

SALA 426, Edificio de Ciencias Biomédicas, Campus Isla Teja UCh.

### **MAÑANA**

09:00 Bienvenida

09:30 10:30 hrs. Taller 1: Adultos mayores en movimiento: Nicol Fritz (Kinesiología) Jardín Botánico.

10:30 a 11:00 hrs. Café

11:00 a 12: 30 Taller 2: Estimulación cognitiva: Christiane Stehr (Terapia Ocupacional)

### **TARDE**

14:30 a 15:30 hrs Taller 3: Autocuidado: Claudia Paredes (Enfermería)

15:30 a 16:00 hrs Taller 4: Yoga de la Risa. Daniela Águila (Enfermería)

16:00 a 16:30: Café

16:30 a 17:30 Higiene oral AM: Helmut Muñoz (Odontología)

17:30 a 18:00 Cierre y entrega diploma de asistencia