



MÓDULO: Estilo de Vida

CURSO: Dinámica de Superación y Motivación Personal II

FACILITADOR/A: Roberto Cordero Masis

I. Descripción general del curso

Motivar y elevar la autoestima de la persona adulta mayor para una vida más sana y completa. Aprender cómo sobrellevar las situaciones de la vida de una manera sencilla y tranquila. Promover un proyecto de vida concreto y efectivo y colaborar en su promoción. Fomentar la socialización entre ellos como un instrumento para facilitarles las relaciones positivas entre adultos mayores y romper con la timidez.

II. Contenidos

Motivación y superación, sentido de pertenencia de si mismos, desarrollo de sus capacidades y programarles un proyecto de vida.