

## Charla sobre habilidades sociales para el autocuidado de las personas mayores fue un éxito rotundo en Santa Cruz

Por Manuel R. Pacheco Vargas

Santa Cruz, 3 de octubre, más de 140 personas mayores asistieron a la charla "HABILIDADES SOCIALES PARA EL AUTOCUIDADO DE LAS PERSONAS MAYORES" dictada por la psicóloga y escritora Marcela Lechuga en el salón Municipal de Santa Cruz. El evento fue auspiciado por el Departamento de Salud Municipal Cesfam y organizado por el Programa MAS Adultos Mayores Autovales, que lideran las profesionales Yaritza González y Fernanda Muñoz y un equipo de colaboradores. En el desarrollo de la Charla, Marcela Lechuga compartió valiosos consejos y estrategias para que las personas mayores puedan desarrollar habilidades sociales que les permitan mejorar su calidad de vida y bienestar. Los asistentes mostraron gran interés y participación, y al final de la charla, muchos expresaron su gratitud y felicidad por lo aprendido.

"Estoy muy contenta con la respuesta de los asistentes, dijo Marcela Lechuga", es importante que las personas mayores tengan acceso a información y recursos que les permitan cuidarse a sí mismo y vivir una vida plena y satisfactoria.

Decir que Marcela Lechuga es autora de dos libros especializados, a saber: "Arriesgarse a Vivir" y "Así es la vida", los cuales, ya están en la biblioteca del Cesfam.

El Departamento de Salud Municipal, se compromete a seguir apoyando eventos como éste que promuevan el bienestar de las personas mayores en la comunidad. "Estamos muy satisfechos con el éxito de esta charla y esperamos repetirla pronto", dijo una representante del departamento.

La charla fue un éxito rotundo y se espera que sea el inicio de una serie de



eventos que promuevan el auto cuidado y el bienestar de las personas mayores de la comuna.

Entre las autoridades presentes, destaca el edil de la comuna que en su alocución dio vestigios de los paradigmas que existían muchos años atrás, en comparación a la actual tendencia. También hizo uso de la palabra la directora subrogante del Departamento de Salud Claudia Contreras, la coordinadora Regional de SENAMA Karin Ortiz Cepeda, representando al Concejo Municipal estuvo Rossana González Vargas y dirigentes sociales que componen las directivas de los Clubes del Adulto Mayor.

Esta charla se enmarca dentro de la celebración del mes del Adulto Mayor, que

se inició el día 1° de octubre en cumplimiento a lo acordado por la asamblea General de las Naciones Unidas el 14 de diciembre de 1990, que designó para todo el planeta este día con el objetivo de concientizar sobre la situación de las personas mayores en todo el mundo y promover su bienestar y derechos. El Día Internacional de las Personas de Edad se celebra cada año el 1 de octubre, desde hace 34 años, para reconocer la contribución de las personas mayores a la sociedad y abogar por sus derechos y bienestar. Chile no podría estar ausente.

**"CORONAR EL TIEMPO,  
HONRANDO NUESTRA  
VIDA Y NUESTRA  
MISIÓN"**

