

Curso-taller virtual

Promoción del envejecimiento activo y saludable

Del 21 de agosto al 21 de septiembre de 2023

Dirigido a trabajadores UV (Administrativo, Técnico y Manual, Confianza, Eventual y Funcionarios)

Objetivo. Desarrollar estrategias de autocuidado, basado en estilos de vida saludable, que promuevan y fomenten la capacidad funcional que permita el bienestar en la vejez.

Unidades:

- Aspectos generales del envejecimiento
- Envejecimiento activo y saludable
- Estrategias para lograr un envejecimiento activo y saludable
- Proyecto de vida

Inscripciones

<https://forms.office.com/r/rXhcewZHEQ>



Sistema de Atención Integral a la Salud
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana
Secretaría de Administración y Finanzas

Más información: saludpublicasais@uv.mx