

»» NEWSLETTER

EL CIES CREA GUÍA DE BENEFICIOS DEL ESTADO PARA PERSONAS MAYORES

Julio 2024
Edición N°7

El manual reúne 47 informaciones sobre servicios y programas disponibles para las personas mayores en distintas áreas; salud, tiempo libre, educación, desarrollo personal, subsidios, ayudas financieras, vivienda, asesoría jurídica, entre otros temas.

La iniciativa surgió del Eje de Políticas Públicas del CIES con la participación del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA).

Actualmente se están imprimiendo manuales para ser distribuidos en distintos espacios públicos del país.



»» Académicos del CIES crean aplicación móvil para Personas Mayores

Se trata de una App para celulares cuyo objetivo es mejorar el acceso a la educación en salud oral, por ello hay variadas cápsulas informativas y otros recursos.

La iniciativa se enmarca en uno de los 9 proyectos CIES.

El poroto posee una fuente importante de polifenoles que ayudan a preservar la función y estructura celular, prevenir enfermedades cardiovasculares, diferentes tipos de cáncer, diabetes, osteoporosis y enfermedades degenerativas.

»» En conferencia expertos destacaron las propiedades del poroto



»» Destacan beneficios de la Marcha Nórdica

Entre los atributos se encuentra que mejora la postura, el trabajo activo del pie, la conciencia corporal, aumenta la resistencia aeróbica, el equilibrio dinámico, se reduce el impacto en las articulaciones y es un ejercicio aeróbico para estimular toda la musculatura.



»» El CIES conmemoró el mes de las personas mayores con 4 actividades interuniversitarias.

Durante junio, el CIES realizó 3 conversatorios en el marco del mes del Buen Trato hacia las Personas Mayores. Se llevaron a cabo 3 conversatorios; en la Universidad Arturo Prat, Universidad de Chile y Universidad de Talca. También llevó a cabo una jornada interuniversitaria en la Universidad del Bío-Bío.