



ASCATE
Asociación Costarricense de Atención
a Ciudadanos de la Tercera Edad

Calendario 2020 Grupo de Apoyo Mutuo

Fecha	Tema	Encargado (a)
17 de febrero	Estrategias de movilización para personas con síndromes demenciales	Licda. Melisa Montiel Zamora (Terapeuta Física)
16 de marzo	Síntomas, retos y estrategias de manejo para personas con síndromes demenciales.	Msc. Guiselle Solano Asenjo (Psicóloga)
20 de abril	Taller de autocuidado (yoga y relajación)	Gretel Sanabria Bermudez
18 de mayo	Herramientas y estrategias de actividades de la vida diaria para personas con síndromes demenciales.	Licda. Rosaura Rodríguez Pereira (Terapeuta Ocupacional)
15 de junio	Mitos y realidades de los síndromes demenciales	Licda. Rebeca Hernández Gamboa (Psicóloga)
20 de julio	Ejercicios físicos como herramienta de estimulación para personas con síndromes demenciales	Lic. Pablo Jiménez Meza (Terapeuta Físico)
17 de agosto	Conmemoración día de la madre/padre (tema a definir)	Guiselle Solano Asenjo/ Ana Lucía Calderón
Setiembre (fecha a definir)	Conmemoración Día Mundial del Alzheimer	Guiselle Solano Asenjo- Ruth Rivera Víquez
19 de Octubre	Técnicas de autocuidado para los familiares y cuidadores	Lic. Dario Leitón Hernández (Psicólogo)
16 de noviembre	Sexualidad en la persona adulta mayor	Lic. Ruthman Moreira (Psicólogo)
7 de Diciembre	Celebración Navidad y Evaluación del programa	Guiselle Solano Asenjo/ Ana Lucía Calderón

Lugar: Centro Diurno ASCATE. Ubicado 150 m al sur y 25 este del colegio Vicente Lachner

Horario: de 2 a 4 pm

Publico meta: Cuidadores (as) / Familiares de personas adultas mayores con algún tipo de síndrome demencial o enfermedad de Alzheimer