

**Cronograma de Actividades**  
**Grupo Autoayuda**  
**Año 2022**

| <b>Día y hora</b>                             | <b>Tema</b>  | <b>Encargado/a</b>   |
|---|--|--|
| <b>21 de marzo<br/>2:00 p.m.</b>              | Manejo y aceptación de emociones para personas cuidadoras.   | MsC. Ginnette Rivera Mora.<br>Psicóloga Clínica y de la Salud Mental                                 |
| <b>18 de abril<br/>2:00 p.m.</b>              | Recomendaciones prácticas para el manejo conductual en personas con trastornos neurocognitivos.              | Dr. Allis Sellek Rodríguez.<br>Especialista en Medicina Familiar                                     |
| <b>16 de mayo<br/>2:00 p.m.</b>               | Técnicas de higiene  | Licda. Andrea López. Enfermera   |
| <b>20 de junio<br/>2:00 p.m.</b>              | Vivir sin violencia: cómo actuar cuando hay sospecha que una persona adulta mayor sufre de maltrato o abuso. | Licda. Paola Cordero y Licda. Alejandra Jiménez.<br>Trabajado Social                                 |
| <b>18 de julio<br/>2:00 p.m.</b>              | Alimentación en la persona adulta mayor y la persona cuidadora.  | Nutrición. FECRUNAPA   |
| <b>15 de agosto<br/>2:00 p.m.</b>             | Celebración día de la madre-padre.   | Señora. Ana Lucía Hernández y equipo interdisciplinario  |
| <b>19 de setiembre<br/>2:00 p.m.</b>          | Día Mundial del Alzheimer.   | Equipo interdisciplinario  |
| <b>17 de octubre<br/>2:00 p.m.</b>            | Celebración de la persona adulta mayor   | Equipo interdisciplinario  |
| <b>21 de noviembre<br/>2:00 p.m.</b>          | Técnicas de relajación para personas cuidadoras.   | Licda. Melissa Montiel. Terapeuta física. Especialista en Síndromes Demenciales y Terapeuta Snozelen |
| <b>Diciembre<br/>(Día y hora a confirmar)</b> | Actividad especial cierre de año.  | Equipo interdisciplinario  |

