

Confieren el presente Certificado de Reconocimiento a:

Lilibeth Martínez

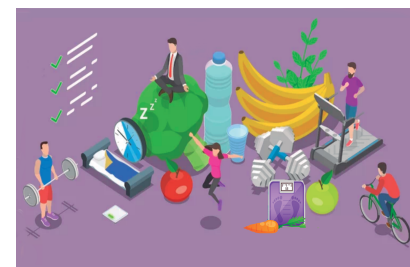
C.I.P. 8-433-270

Institución: Caja de Seguro Social

Por su participacion como facilitadora en la charla virtual especializada:

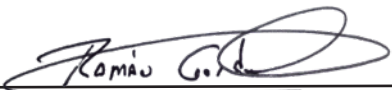
“HÁBITOS SALUDABLES PARA UNA VIDA PLENA ”

DURACIÓN: 3 HORAS



Charla Virtual Especializada realizada el 23 de septiembre de 2022

Dado en Panamá, Provincia de Panamá a los 23 días del mes de septiembre de 2022


Mgter. Román Gordón Randolph
Director Técnico



CHARLA: HÁBITOS SALUDABLES PARA UNA VIDA PLENA

Modalidad: Presencial/virtual

Objetivos:

- Generar las condiciones para entender los cambios que afrontamos con los años.
- Prepararnos para tomar decisiones oportunas y puntuales en el área laboral y personal.

Temática de formación a abordar:

- La vejez
- Envejecimiento: éxito o dificultad
- ¿Todos envejecemos de la misma forma?
- Cómo lidiar con familiares ancianos.
- Realidad de hoy día.
- Consejos para una vejez tranquila.