

# Webinar: "Edadismo y envejecimiento activo: claves para ayudarnos a sentirnos mejor"



**21 de noviembre de 2023**

**18:30–19:00 horas**

**'Edadismo y envejecimiento activo: claves para ayudarnos a sentirnos mejor'**

Desde hace años se vienen estudiando y mostrando una vertiente positiva del envejecimiento. Conocemos ya formas de influir en nuestro proceso de envejecimiento para disfrutar de un mayor bienestar. Sin embargo, resulta muy frecuente encontrar imágenes negativas y estereotipadas sobre el envejecimiento que condiciona la imagen que tenemos de esta etapa vital y nuestro propio proceso de vida.

En esta webinar reflexionaremos sobre situaciones frecuentes en las que se manifiesta el edadismo y sobre la importancia que tiene mostrar la diversidad que acoge el envejecimiento para combatirlo.

**Ponente:** Sara Marsillas

Doctora en Psicología e Investigadora en Matia Fundazioa

Si quieres ver o participar en la webinar, haz clic [aquí](#)

