

7

Consejos para que los mayores pasen una navidad especial

centro
virtual.
sobre el
envejecimiento



Es posible que se pongan tristes por las faltas familiares. Una sonrisa y una abrazo en el momento adecuado les ayudarán



Cantad villancicos tradicionales y animadles a que os cuenten cómo los aprendieron



Déjales que formen parte de los preparativos y aporten ideas en el menú y la decoración

Garantizad momentos de tranquilidad



Pregúntales por las navidades de su infancia y ved fotos juntos si las tenéis ¡Hablad de las diferencias con las de ahora!



Anima a los más pequeños a pasar tiempo con ellos, son momentos para disfrutar en familia



Ten en cuenta su dieta, adapta los menús en la medida de lo posible para que las respeten pero sin que se sientan excluidos

