

Formar en resiliencia a los más mayores

Publicado: Sábado, 03 Octubre 2020 01:15

Escrito por Rafaela Santos

"Nadie es tan fuerte que no necesite ayuda, ni tan débil que no pueda ayudar a los demás"

La psiquiatra **Rafaela Santos**, autora del libro [Mis Raíces](#) (Palabra), anima a las personas mayores a formarse en resiliencia para ser felices en la última etapa de la vida, centrándose en lo que tienen en lugar de pensar en lo que han perdido.

Fuente: hacerfamilia.com.