

PROGRAMA PARA MOTIVAR VIDAS ACTIVAS Y GRATIFICANTES PARA PERSONAS MAYORES
(PROGRAM TO ENCOURAGE ACTIVE, REWARDING LIVES, PEARLS)

¡Viva una vida **más** **feliz y saludable!**

PEARLS es:

- Gratis
- De corto plazo
- Individualizado
- Colaborativo
- Basado en competencias
- Orientado a resultados

Si tiene 60 años o más, vive en el condado de San Luis Obispo y siente tristeza, frustración, falta de motivación, ansiedad o soledad, puede ser elegible para participar en PEARLS.

PEARLS es un programa de entrenamiento basado en evidencia de renombre nacional que enseña competencias para afrontar sentimientos difíciles y mejorar la calidad de vida.

Para obtener más información, comuníquese con Coast Caregiver Resource Center (CCRC) al 805-451-2450 o en ccrc@sbhc.org.

CCRC se enorgullece de tener disponible el programa PEARLS en asociación con la Agencia de Servicios Familiares del Condado de Santa Bárbara y con fondos de la Comisión de la costa central para adultos mayores – Agencia de área para el envejecimiento.

