

Spanish | Español



liveup

Welcome to the *upside* of ageing
Bienvenido(a) al lado positivo del envejecimiento

liveup.org.au



LiveUp es una guía digital gratuita sobre el envejecimiento saludable a la que se puede acceder desde la comodidad de su propio hogar.

Le proporciona las ideas, herramientas y orientación para seguir haciendo las cosas que ya le gustan o para probar algo un poco diferente.

LiveUp cuenta con un sencillo cuestionario y asesoramiento experto que lo(a) conecta con actividades locales, redes de apoyo y productos de asistencia para ayudarlo(a) con su proceso de envejecimiento saludable.

La ciencia muestra que solo el 25 % del envejecimiento se atribuye a los genes que heredamos, el 75% restante del envejecimiento son las elecciones de estilo de vida que hacemos.

LiveUp está diseñado para brindarle una amplia gama de oportunidades para mantener o incluso mejorar su independencia, y agregar vida a sus años, ¡no solo años a su vida!

ESCANÉEME PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN



1800 951 971



support@liveup.org.au



LiveUpAus

LiveUp está financiado por el Departamento de Salud y Asistencia Adultos Mayores (Department of Health and Aged Care).