

JARDINERÍA
Miércoles 09:00 a 10:30 hrs.
Karen Georgi

NARRATIVAS Y LECTURAS BREVES
Viernes 10:45 a 12:15 hrs.
Gregorio Angelcos

LATINOAMERICA HOY
Jueves 12:30 a 14:00 hrs.
CONVULSIONES DEL SIGLO XX
Martes 14:30 a 16:00 hrs.
Elisa Díaz

TALLER LITERARIO
Martes 17:15 a 18:45 hrs.
Sylvia Acosta

**RELIGIONES COMPARADAS:
JUDAISMO Y MASONERÍA**
Jueves 14:30 a 16:00 hrs.
Macarena Torres

INGLÉS
Lunes 09:00 a 10:30 hrs. (Nivel intermedio)
Valeria Oltra

Martes 12:30 a 14:00 hrs. (Nivel intermedio)
Norah Peña
Martes 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel conversación)
Patricia Silva
Martes 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel conversación)
Raúl Acevedo
Martes 17:15 a 18:45 hrs. (Nivel conversación)
Norah Peña
Jueves 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel conversación)
Norah Peña
Jueves 09:00 a 10:30 hrs. (Nivel conversación)
Betty Rivas

SERVICIOS SIN COSTO PARA SOCIOS

CAMINATAS
Lunes 11:00 a 12:30 hrs. Parque Lo Gandarillas.
Ingrid Moreira

CUECA
Jueves 16:00 a 17:30 hrs. Círculo Los Dominicos.
Carolina Bechtold

CUENTO TERAPIA
Jueves 10:00 a 11:30 hrs.
Trinidad Siles

JUEGOS DE SALÓN
Viernes 14:30 a 16:00 hrs. Círculo Los Dominicos
Juanita Socías

USO DE CELULAR
Jueves 11:45 a 13:15 hrs.
Ignacio Pérez

INSCRIPCIONES

REQUISITOS
- 60 años o más.
- Residir en la comuna.
- Acreditar salud compatible para talleres de actividad física.

VALOR TALLERES
Con tarjeta vecino
- \$5.000 mensuales por taller.

MATRÍCULAS E INFORMACIONES
Av. Apoquindo N° 9082
Lunes a viernes de 09:00 a 13:30 y de 15:00 a 18:00 hrs.
Fono: 22 950 7660 – 22 950 7663
sociocondominicos@lascondes.cl ;
repciondominicos@lascondes.cl
www.lascondes.cl

DOCUMENTACIÓN NECESARIA
- Fotocopia cédula de identidad.
- Tarjeta vecino vigente o certificado de residencia.
- Certificado médico para participar en talleres de actividad física.

Sin tarjeta vecino
- \$12.000 mensuales por taller.



DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO / DECOM

TALLERES

CÍRCULO DE ENCUENTRO DEL ADULTO MAYOR

LOS DOMINICOS 2019

DEPTO. ADULTO MAYOR / DECOM :
www.lascondes.cl :
adultomayor@lascondes.cl :
Camino El Alba N° 9051 :
Fonos 22 950 7641 - 22 950 8440 :



Anualmente, en las dependencias del Centro de Encuentro Los Dominicos, se dicta una serie de talleres que han sido especialmente escogidos pensando en las necesidades de los adultos mayores, los que se encuentran agrupados en cuatro grandes áreas y están a cargo de un equipo de profesionales y personas altamente calificadas. Asimismo, se ofrecen actividades de extensión cultural, turísticas, recreativas, sociales y servicios sin costo para los socios.

Los talleres que forman parte del programa anual 2019 se realizarán entre el 1 de Marzo y el 30 de Noviembre.

ÁREA ARTÍSTICA

CREWELL

Lunes 12:30 a 14:00 hrs.
María Eugenia Gómez

GUIARRA

Lunes 12:00 a 13:30 hrs.
Mónica Lobo Puccio

JUGANDO ME RECONOZCO

Viernes 10:00 a 11:30 hrs.
José Tomás Pereira

COMO MEJORAR NUESTRA FOTOGRAFÍA (CÁMARA DIGITAL)

Lunes 16:15 a 17:45 hrs.
Christian Cisternas

PATWORK Y BORDADO

Lunes 14:30 a 16:00 hrs.
Claudia Valle

TEATRO

Martes 10:30 a 12:00 hrs.
Alejandra Farías

PUNTO CRUZ Y MULTIPUNTO

Viernes 10:45 a 12:15 hrs.
María Eugenia Gómez

PINTURA ÓLEO

Lunes 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel avanzado)
Martes 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel avanzado)
Miércoles 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel avanzado)
Miércoles 12:30 a 14:00 hrs. (Nivel básico II)
Cecilia Juillerat

Jueves 12:30 a 14:00 hrs. (Nivel avanzado)
Viernes 09:00 a 10:30 hrs. (Nivel avanzado)
Viernes 14:30 a 16:00 hrs. (Nivel avanzado)
Waldo Gómez

PINTURA TÉCNICAS MIXTAS

Viernes 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel II)
Waldo Gómez

PUNTO A PUNTO (CROCHET Y PALILLO)

Lunes 16:15 a 17:45 hrs.
Martes 18:00 a 19:30 hrs.
Miércoles 10:20 a 11:50 hrs.
Miércoles 16:15 a 17:45 hrs.
Marina León

ÁREA DESARROLLO PERSONAL

CONSTRUYENDO RELACIONES ASERTIVAS

Miércoles 16:15 a 17:45 hrs.
Alejandro Cárdenas

CREACIÓN POÉTICA

Viernes 09:00 a 10:30 hrs.
Gregorio Angelcos

ENCUENTROS, REENCUENTROS Y DESENCUENTROS

Jueves 14:30 a 16:00 hrs.
Lunes 14:30 a 16:00 hrs.
Alejandro Cárdenas

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Miércoles 12:00 a 13:30 hrs.
Susana Cabello

ESTIMULACIÓN DE LA MEMORIA

Miércoles 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel avanzado)
Jueves 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel avanzado)
Gemma Lusardi

Miércoles 12:30 a 14:00 hrs.
María Cristina Aguirre

ESTRATEGIAS PARA EJERCITAR LA MENTE

Martes 09:00 a 10:30 hrs.
Norma Lagazzi

REACTIVACIÓN DE LA MEMORIA

Lunes 12:30 a 14:00 hrs. (Nivel I)
Lunes 14:30 a 16:00 hrs. (Nivel I)
Martes 14:30 a 16:00 hrs. (Nivel III)
Lorena Pontigo

MENTE ACTIVA / MENTE CREATIVA

Miércoles 14:30 a 16:00 hrs.
Alejandra Farías

DINÁMICA COGNITIVA

Miércoles 14:30 a 16:00 hrs.
María Cristina Aguirre

HUMOR Y RESILIENCIA

Lunes 18:00 a 19:30 hrs. (Nivel II)
Martes 14:30 a 16:00 hrs. (Nivel I)
Jueves 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel II)
Alejandro Cárdenas.

SOFROLOGÍA

Lunes 10:45 a 12:15 hrs.
Jean Marie Isch

ÁREA ACTIVIDAD FÍSICA

BAILE

Lunes 16:00 a 17:30 hrs.
Miércoles 15:45 a 17:15 hrs.
Viernes 16:15 a 17:45 hrs.
José Barrera

BAILE ENTRETENIDO

Jueves 16:00 a 17:30 hrs.
Mónica Mardones

TANGO

Lunes 17:40 a 19:10 hrs. AVANZADO
Martes 16:30 a 18:00 hrs. INTERMEDIO
Miércoles 17:30 a 19:00 hrs. INTERMEDIO
José Barrera

HIDROGIMNASIA

Martes y jueves 15:30 a 16:15 hrs.
Centro Deportivo Rolf Nathan.
Luz Terreros

PILATES

Martes 08:30 a 10:00 hrs.
Patricia Hörmann
Martes 08:30 a 10:00 hrs.
Elisabeth Castro
Jueves 14:15 a 15:45 hrs.
Elisabeth Castro

GIMNASIA

Lunes y miércoles 09:00 a 09:45 hrs.
Lunes y miércoles 11:30 a 12:15 hrs.
Martes y jueves 14:15 a 15:00 hrs.
Martes y jueves 15:00 a 15:45 hrs.
Emiliana Donoso

Lunes y miércoles 10:00 a 10:45 hrs.
Gimnasio Estadio Paul Harris.
Lunes y miércoles 15:00 a 15:45 hrs.
Claudia Mellado

Martes y jueves 10:15 a 11:00 hrs.
Martes y jueves 11:15 a 12:00 hrs.
Martes y jueves 18:15 a 19:00 hrs.
Viernes 12:00 a 13:30 hrs.
Jaime Ingunza

GIMNASIA TERAPÉUTICA

Martes 12:30 a 14:00 hrs.
Jueves 08:30 a 10:00 hrs.
María Soledad Lobos

CHIKUNG

Viernes 16:15 a 17:45 hrs.
Maigualyda Santil

CAMPEONATO DE BRIDGE

Miércoles 14:30 hrs.
centro de día.

ÁREA DEL CONOCIMIENTO

AJEDREZ

Lunes 10:30 a 12:00 hrs.
Arnaldo Calvo

APRECIACIÓN DE LA ÓPERA

Martes 11:45 a 13:15 hrs.
Eduardo Rodríguez

FRANCÉS

Martes 14:30 a 16:00 hrs. (Nivel avanzado)
Miércoles 14:30 a 16:00 hrs. (Cultura Francesa)
Viernes 12:30 a 14:00 hrs. (Nivel intermedio)
Norma Muñoz

MAESTROS DEL ARTE UNIVERSAL

Miércoles 16:15 a 17:45 hrs.
María Eugenia López

SABIDURÍA Y MISTERIOS

Jueves 16:00 – 17:30 hrs.

LIBRO DE SABIDURÍA: TAROT

Jueves 17:45 – 19:15 hrs.
Jaime Hales D.

TAI-CHI Y CHI-KUNG

Jueves 12:15 a 13:45 hrs.
Viernes 14:15 a 15:45 hrs.
Guillermo Soto
Viernes 10:00 a 11:30 hrs.
Viernes 11:40 a 13:15 hrs.
Daniela Arias

YOGA

Lunes y Miércoles 10:00 a 11:00 hrs.
Martes 12:30 a 13:30 hrs.
Miércoles y Viernes 08:45 a 09:45 hrs.
Manuela Grau

Lunes 12:15 a 13:15 hrs.
Miércoles 12:15 a 13:15 hrs.
Valeska Araya

YOGA INTEGRAL

Jueves 09:00 a 10:30 hrs.
Carola Villegas

TENIS

Lunes 11:00 a 12:30 hrs.
Club de Tenis El Alba desde Abril.
Pedro Yáñez

BRIDGE

Lunes 16:15 a 17:45 hrs. (Nivel avanzado)
Lunes 17:50 a 19:20 hrs. (Nivel básico II)
Julia Urzúa

Jueves 10:45 a 12:15 hrs. (Nivel intermedio)
Lunes 09:00 a 10:30 hrs. (Nivel intermedio)
Sofía Barros

ESCRITORES Y ESCRITORAS DEL MUNDO

Martes 10:00 a 11:30 hrs.

GRANDES TEMAS DE LA LITERATURA Y LA VIDA II

Martes 11:45 a 13:15 hrs.
Claudia Gutiérrez