

Talleres Seniors Cronograma 2022

Hora	Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			
9:00	Tai Chi y Equilibrio Marini 9 a 10			Tai Chi y Equilibrio Marini 9 a 10:30	Estimulación Cognitiva Marina 9 a 10:30				Tai Chi y Equilibrio Marini 9 a 10:30	Taller de Telefonía Móvil Antonio 9 a 10	Yoga en Silla Adriana 9 a 10:30			Yoga en Silla Adriana 9 a 10:30		
10:00	Tai Chi y Meditación Marini 10 a 11	Tai Chi Noemi 10 a 11	Consultorio Informático Martha 10 a 11	Tai Chi y Meditación Marini 10:30 a 12	Estimulación Cognitiva Marina 10:30 a 12	Estimulación Cognitiva Carolina 10:30 a 12			Yoga Instenso Marini 10:30 a 12	Taller de Telefonía Móvil Antonio 10 a 11:30	Yoga en Colchoneta Adriana 10:30 a 12		Estimulación Cognitiva Carolina 10 a 11:30	Yoga en Colchoneta Adriana 10:30 a 12		
11:00	Estimulación Cognitiva Jorgelina 11 a 12:30	Taller de Informática Martha 11 a 12:30			Estimulación Cognitiva Marina 12 a 13:30	Estimulación Cognitiva Carolina 12 a 13:30			Tai Chi en Silla Marini 12 a 13:30	Taller de Telefonía Móvil Antonio 11:30 a 13	Yoga en Silla Adriana 12 a 13:30	Entrenamiento Neurocognitivo Carolina 11.30a 13		Yoga en Silla Adriana 12 a 13:30		
12:00	Estimulación Cognitiva Jorgelina 12:30 a 14	Taller de Informática Martha 12:30 a 14														
13:00																
14:00	Movilidad y Prevención de Caídas Leandro 14 a 16	Ajedrez Nivel Inicial Rodolfo 14 a 15		Tai Chi y equilibrio Marini 14 a 15	Estimulación Cognitiva Marina 14:30 a 16	Estimulación Cognitiva Daniela 14:30 a 16		Ajedrez Nivel Inicial Rodolfo 14 a 15	Prevención de Caídas, Equilibrio y Flexibilidad Nancy 14 a 16	Taller de Informática Martha 13:30 a 15						
15:00		Ajedrez Nivel Rudimentos Rodolfo 15 a 16		Tai Chi y meditación Marini 15 a 16			Taller Literario Abril 15 a 16.30			Nivelación Informática Martha 15 a 16			Estimulación Cognitiva Daniela 14:30 a 16:30		Estimulación Cognitiva Jorgelina 14:30 a 16	
16:00	Reflexión y Diálogo Jorgelina 16 a 18				Estimulación Cognitiva Marina 16 a 17:30	Reflexión y Diálogo Jorgelina 16 a 18		Taller de Telefonía Móvil Antonio 16 a 17:30	Prevención de Caídas, Equilibrio y Flexibilidad Nancy 16 a 18					Estimulación Cognitiva Fabiola 16 a 17:30	Estimulación Cognitiva Jorgelina 16 a 17:30	
17:00		Estimulación Cognitiva Daniela 17 a 18:30		Estimulación Cognitiva Daniela 17 a 18:30				Movilidad y Prevención de Caídas Leandro 17:30 a 19					Estimulación Cognitiva Daniela 16:30 a 18			Taller Literario Abril 17 a 18.30
18:00																

Actualmente los talleres se desarrollan de forma virtual, por videollamada. En caso de retomar las actividades presenciales, nos pondremos en contacto para informarte en qué sedes tendrán lugar. Si querés participar del programa, escribinos a seniors@omint.com.ar

Ajedrez	Consultorio Informático	Entrenamiento Neurocognitivo	Estimulación Cognitiva	Movilidad y Prevención de Caídas	Nivelación Informática	Prevención de Caídas, Equilibrio y Flexibilidad	Reflexión y Diálogo	Tai Chi	Tai Chi en Silla	Tai Chi y Equilibrio	Tai Chi y Meditación	Taller de Informática	Taller de Telefonía Móvil	Yoga en Colchoneta	Yoga en Silla	Yoga Instenso	Taller Literario
---------	-------------------------	------------------------------	------------------------	----------------------------------	------------------------	---	---------------------	---------	------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	---------------------------	--------------------	---------------	---------------	------------------