



¡Pasa el día con nosotros!

Participa en actividades integrales para vivir mejor.



Centro Día

Aprende
Fortalécete
Diviértete

Disfruta tu día en compañía, participando en actividades sociales, físicas y de estimulación cognitiva, diseñadas por terapeutas especializados.

Practicar ejercicio, mantener la mente activa, relacionarse con los demás, continuar aprendiendo, una buena nutrición y un entorno alegre y saludable, impactan de manera positiva tu cuerpo, tu mente y tu salud emocional, mejorando la calidad de tu vida.

Carrera 7B No 124 - 60, Bogotá - Teléfonos +57 (1) 745 7839 +57 (300) 206 4297
reservas@ninahogarsenior.com - www.ninahogarsenior.com

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	FÍSICA	FÍSICA	FÍSICA	FÍSICA	FÍSICA
	MEDIAS NUEVES				
10:00 - 12:00 am	ESTIMULACIÓN SENSORIAL	GIMNASIA CEREBRAL	DINÁMICA OCUPACIONAL	GIMNASIA CEREBRAL	EXPRESIÓN CORPORAL
	ALMUERZO				
3:00 - 5:00 pm	FÍSICA	CLUB DE HISTORIA	FÍSICA	CLUB DE MÚSICA	FÍSICA
	ONCES				
	ACTIVIDAD FORMATIVA	CLUB DE HISTORIA	DINÁMICA OCUPACIONAL	CLUB DE MÚSICA	DINÁMICA OCUPACIONAL

Experiencias integrales

Ven a conocer CENTRO DÍA y elige tu plan de actividades

Dinámica Ocupacional

Disfruta de las manualidades. Realiza Origami, tejido, tableros de sueños y pintura.

Gimnasia Cerebral

Ejercicios para estimular el equilibrio, la concentración, la agudeza y la conexión de los hemisferios cerebrales.

Entrenamiento Físico

Entrena tu cuerpo, fortalece tus músculos, activa los sentidos, mejora la flexibilidad y la coordinación y ejercita tu equilibrio.

Club de Historia

Aprende historia de las ciudades, de las guerras, entre otros temas.

Actividades formativas

Participa en charlas sobre auto cuidado, manejo del estrés, relaciones interpersonales.

Estimulación Sensorial

Aprende con todos los sentidos: la piel, el gusto, el olfato, el tacto, el oído y la visión. Experimenta la música y ritmos, esencias y texturas.

Expresión Corporal

Exprésate a través de la mímica, poesía, actuación, imaginación.

Club de Música

Adivina las canciones, canta en karaoke, comparte tus géneros musicales preferidos.

Supervisión de enfermería 24 horas al día

¡Inscríbete! - Teléfono +57 (1) 745 7839

