

## Hospital Teodoro Álvarez

### Talleres grupales comunitarios

Dirección: Aranguren 2701  
 División Promoción y Protección de la Salud  
 Informes: 4611-3642 – 4611-6666 (internos: 260/261/264)

Colectivos: 25,52,53,63,84,92,99,106,124,133,134,181  
 Jefa: Dra. Marta Brussino  
 Coordinadora: Dra. Alegre Romano

**Los talleres son gratuitos**, no requieren inscripción previa, y están coordinados exclusivamente por profesionales.

Los encuentros se realizan en la Sala Ramón Carrillo, en el 1º piso (Dermatología) del Pabellón I del hospital.

Día y Hora	Taller	Lugar
<b>Lunes</b>		
13:30	Diabéticos	Carrillo
16:00	Cortando Amarras con el Pasado	1º piso
16:15	Yoga	1º piso
16:30	Adelgazando	Carrillo
17:30	Danzas circulares	1º piso
18:00	Recuperar la alegría a través del movimiento. Bioenergética	1º piso
19:15	Nuestros sueños y nuestra autoestima	Carrillo
<b>Martes</b>		
13:30	Reflexión: cosas de mujeres	Carrillo
15:15	Recuperando la memoria	Carrillo
18:00	Manejando nuestra energía. Bioenergética	1º piso
<b>Miércoles</b>		
16:15	Taichi. Técnicas posturales de relajación	Carrillo
17 :30	Jugando con nuestros problemas	1º piso
19:00	El amor en los vínculos familiares	Carrillo
<b>Jueves</b>		
12:45	Adelgazando	Carrillo
14:30	Aprendiendo a conocernos a través del cuerpo	Carrillo
16:00	Potenciando nuestra inteligencia emocional	Carrillo
16:00	Meditación programada	1º piso
18:00	Alegría y movimiento. Bioenergética	1º piso
19:00	Aprendiendo y disfrutando nuestro folklore	Carrillo

<b>Viernes</b>		
15:30	Biodanza: Música y movimiento. Enfrentando los temores.	Carrillo
17:00	Canto	Carrillo
<b>Sábado</b>		
10:30	Danzas circulares (4º Sábado de cada mes)	Carrillo