



CASA DE DÍA

Para pensionados y pensionistas del ISSEMYM

Horario de actividades



HORA



LUNES



MARTES



MIÉRCOLES



JUEVES



VIERNES



Ingreso a las instalaciones y toma de signos vitales

Ingreso a las instalaciones y toma de signos vitales

Ingreso a las instalaciones y toma de signos vitales

Ingreso a las instalaciones y toma de signos vitales

Ingreso a las instalaciones y toma de signos vitales



Yoga
Higiene postural y activación física
Taller de elaboración de bisutería

Gimnasia para adultos mayores
Calistenia (calentamiento para articulaciones)

Calistenia (calentamiento para articulaciones)
Ejercicio aeróbico e isotónicos
Yoga
Aeróbics para adultos mayores

Rehabilitación respiratoria
Yoga
Taller de hortalizas

Higiene postural y activación física
Yoga



Carpintería básica
Clases de baile de salón
Taller de círculo de lectura
Aeróbics para adultos mayores

Clases de rondalla
Taller de elaboración de jabón

Taller de círculo de lectura 10:00 a 11:00
Carpintería básica
Clases de baile de salón 11:00 a 12:00

Tai chi
Clases rondalla

Karaoke
Reiki
Clases de baile de salón 11:00 a 12:00



Gimnasia cerebral (estimulación cognitiva)
Intervenciones gerontológicas, psicológicas o nutricionales individualizadas

Taller de elaboración de velas
Intervenciones gerontológicas, psicológicas o nutricionales individualizadas

Dominó y ajedrez
Intervenciones gerontológicas, psicológicas o nutricionales individualizadas

Clases de canto
Intervenciones gerontológicas, psicológicas o nutricionales individualizadas

Gimnasia cerebral (estimulación cognitiva)
Intervenciones gerontológicas, psicológicas o nutricionales individualizadas



Taller de repostería fría
Ludoterapia (juegos de mesa trivias, basta, jenga, lotería, uno, rummy, etc)

Taller de manualidades de temporada
Taller de pintura

Taller de repostería fría
Ludoterapia (juegos de mesa trivias, basta, jenga, lotería, uno, rummy, etc)

Taller de manualidades de temporada
Arteterapia
Pláticas de promoción de la salud

Taller de pintura
Bingo



Taller de tejido
Clases de inglés básico

Ludoterapia (juegos de mesa trivias, basta, jenga, lotería, uno, rummy, etc)
Taller de manejo de la tecnología de la información y comunicación (tic's)

Taller de tejido
Taller de elaboración de jabón

Taller de elaboración de bisutería
Taller de manejo de la tecnología de la información y comunicación (tic's)

Tarde de cine



Clases de baile folclórico y regional

Taller de estudio de la Biblia

Clases de baile folclórico y regional

Taller de círculo de lectura

Tarde de cine



OFICIALÍA MAYOR

ISSEMYM

