



**Maipú 440 - San Bernardo**  
**cdc@saludsbdo.cl**





Es un programa de atención integral para personas mayores, con el objetivo de promover y fortalecer su autonomía e independencia. Las usuarias y usuarios que califican, asisten 1, 2 ó 3 veces a la semana, con una duración de 1 año, donde se exige constancia en la participación y la asistencia del programa completo. Se realizan talleres grupales para nuestras usuarias y usuarios a cargo de profesionales de la Salud y talleristas especializados, y también actividades abiertas a la comunidad de personas mayores, los que buscan incentivar el desarrollo del trabajo comunitario y afianzar las redes de apoyo para personas mayores de la comuna.

¿Quieres ser parte del Centro Diurno Comunitario?

## ¡Inscripciones en Agosto!



Personas mayores  
de 60 años



Estar bajo el 70% de  
vulnerabilidad en el RSH



Que tengan residencia  
San Bernardo



Personas que presentan  
dependencia leve

## Para mayor información

### Maipú 440 - San Bernardo



[cdc@saludsbdo.cl](mailto:cdc@saludsbdo.cl)



+56953041963



## SAN BERNARDO QUERIDO



Celebrando un nuevo aniversario de nuestra comuna, la semana del Martes 13 de febrero se da inicio a este ciclo de charlas dictadas por Marcelino Romero, Licenciado en Historia y Ciencias Sociales y Magister en Gestión del Patrimonio y Turismo Sostenible.

# TALLER DE RISOTERAPIA



**Miércoles  
28 de Febrero**

**13:00 HORAS**

**CENTRO DIURNO COMUNITARIO**

**MAIPÚ 440**



# TALLER DE RISOTERAPIA



EL MIÉRCOLES 28 DE FEBRERO SE  
REALIZA ESTE TALLER DE  
RISOTERAPIA, TAMBIEN  
CONOCIDO COMO YOGA DE LA  
RISA, CON SU CLOWN DE "RISAS  
QUE SANAN", DONDE LOS  
ASISTENTES LIBERAN TENSIONES  
FÍSICAS Y EMOCIONALES, A  
TRAVÉS DE LA RISA.

# DONACIÓN A LA REGIÓN DE VALPARAÍSO



EL JUEVES 7 DE MARZO SE HIZO ENTREGA AL PRESIDENTE DEL COLECTIVO SOCIOCULTURAL “LA LEY DE LOS CUEQUEROS”, FRANCISCO GONZALEZ, UNA CAJA DE ALIMENTOS NO PERECIBLES QUE RECAUDAMOS EN EL CENTRO DIURNO COMUNITARIO, PARA ENTREGAR A LOS DAMNIFICADOS EN LOS INCENDIOS DE LA REGIÓN DE VALPARAÍSO. GRACIAS A LA SOLIDARIDAD DE NUESTROS USUARIOS.



**EL 24 DE MARZO DE 2024 SE REALIZA CEREMONIA DE EGRESO, DONDE SE GRADÚAN NUESTROS USUARIOS QUE CUMPLIERON EL PLAN DE ATENCIÓN ASIGNADO CON 1 AÑO DE PERMANENCIA EN EL CENTRO DIURNO COMUNITARIO**





# TALLER DE TEATRO



En conjunto con la Casa de la Cultura de San Bernardo, la connotada actriz nacional, Soledad Pérez, estará realizando un taller de Teatro extraprogramático para nuestros usuarios

**Todos los Miércoles  
de 15:00 a 17:00  
Inicio de clases 3 de Abril**

# Obra "El Consultorio"



THEATRE



Luego de 3 meses de clases y preparación, el 12 de Marzo de 2024 nuestros usuarios realizan en nuestro Centro Diurno Comunitario, la presentación de la obra "El Consultorio", la primera obra realizada por el taller de teatro impartido por la connotada actriz nacional Soledad Perez.



# OPERATIVO VACUNACION



**COVID**

**INFLUENZA**

**NEUMO23**

**VACUNACIÓN DIRIGIDA A  
PESONAS MAYORES**

**VIERNES 12/ABRIL**

**9:30 A 14:00**

**CENTRO DIURNO COMUNITARIO  
MAIPÚ 440**



2DA FERIA DE LAS PULGAS

# PERSONA MAYOR PILCHAS AL SOL

El Centro Diurno Comunitario los invita cordialmente  
a participar de nuestra 2da feria de las pulgas  
para persona mayor "Pilchas al sol"

Para instalarse a vender, se piden los siguientes requisitos:

- Ser persona mayor de 60 años residente de San Bernardo.
- Ese día debes traer un paño para poner tus cosas en el suelo, ofrece prendas y accesorios en buenas condiciones y a precio justo

Previa inscripción en Centro Diurno Comunitario  
o al mail [rcruz@corsaber.cl](mailto:rcruz@corsaber.cl)

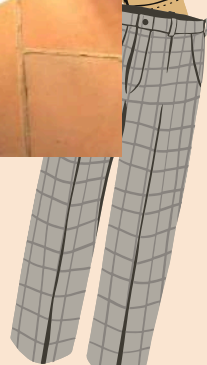
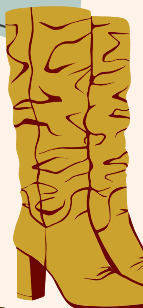
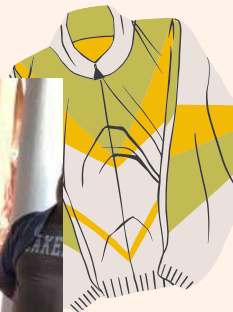
Viernes 26 de Abril  
de 15:00 a 18:00

América #504  
Casa de la Cultura

Se  
suspende  
en caso de  
lluvia



# 2DA VERSIÓN PILCHAS AL SOL



# Taller de Interculturalidad

Aprenderemos el uso medicinal de una variedad de plantas, así como también los beneficios de muchas cosas que nos entrega la naturaleza.

Son 25 cupos por clase y tienen que inscribirse con

Rocío:

 [rcruz@corsaber.cl](mailto:rcruz@corsaber.cl)

 +56942961329

**Todos los  
Miércoles de Mayo  
8, 15, 22 y 29  
15:00pm**

**Centro Diurno Comunitario  
Maipú 440  
San Bernardo**



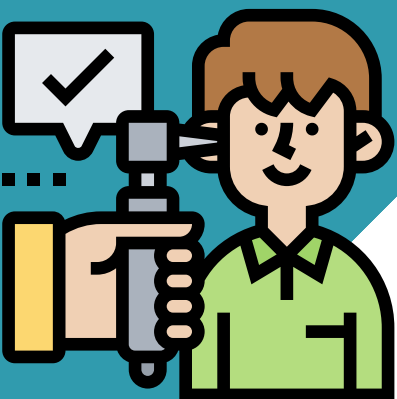
# CONSULTAS Y TALLERES FONOAUDIOLÓGÍA



A partir de Mayo, contamos con la fonoaudióloga Marcela Castillo, quien dará charlas y talleres, además de entregar atenciones privadas a nuestros usuarios.

## Atenciones

- ▶ Mejora del habla
- ▶ Lenguaje escrito y hablado
- ▶ Terapia auditiva
- ▶ Deglución
- ▶ Estética y terapia facial



# Taller de **YOGA**

para persona mayor



**TODOS LOS MIÉRCOLES  
GIMNASIO**

**CENTRO DIURNO COMUNITARIO  
15:00HRS**

**DIRECCIÓN**

MAIPÚ 440, SAN BERNARDO



# TALLER YOGA

Desde el 7 de Febrero y todos los miércoles, se realiza taller extraprogramático de Yoga para nuestros usuarios y abierto a la comunidad. Este taller es impartido por nuestro Psicólogo y es especialmente hecho para personas mayores.



Celebración del día del

# YOGA

y terapias complementarias

VIERNES

# 28 JUNIO

14:00 a 17:00 HORAS

MAIPÚ 440, CASA DE LA SALUD

- Variantes de Yoga
- Yoga Adaptado para Personas Mayores
- Reiki ● Masaje ● Entre Otras Actividades

# Celebración del Día del YOGA



Terapeutas



En conjunto con OTEC Municipal y Centro de Personas Mayores, se realiza el 28 de Junio de 2024 la Celebración del día mundial del Yoga



# CONOCIENDO *tus* DERECHOS

**8 y 9**  
**octubre**

**14:00 horas**  
**Centro Diurno**  
**Comunitario**  
Maipú N° 440

Taller  
extra  
programático

# Baile Entretenido

Lunes y Miércoles  
a las 12:30

Tendremos clases gratuitas y abiertas  
a la comunidad de persona mayor.

## Centro Diurno Comunitario

Maipú 440

San Bernardo



# Baile



# Entretenido



# ENVEJECIMIENTO ACTIVO

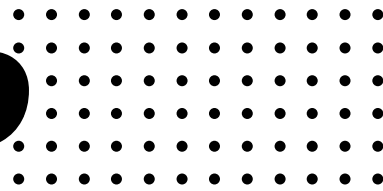


## JUEVES

### 9:00 a 10:00am

Centro Diurno Comunitario  
Maipú 440

# ENVEJECIMIENTO ACTIVO



# Charla Médica Intervención en Crisis y Resiliencia familiar



◆ Dictado por  
Dra Mónica Alvial



Se realiza charla sobre cómo abordar urgencias psicológicas, técnicas de conversación, resiliencia,

Centro Diurno Comunitario

# ¿QUIERES APRENDER UN POCO DE INGLÉS?

Escucharemos canciones en inglés  
e iremos aprendiendo vocabulario  
y un poco de gramática básica.

*¿Y tú, tienes  
alguna canción  
que quieras  
aprender?*



# TALLER DE BOCHAS

Para persona mayor



# MIÉRCOLES

DE 14:00 A 15:00 HRS

BUSCAMOS CREAR UN EQUIPO DEL CENTRO DIURNO COMUNITARIO, PARA PODER COMPETIR CONTRA OTRAS COMUNAS Y REGIONES DE NUESTRO PAÍS.

# TALLER DE BOCHAS



CUIDANDO CON AMOR



# Jornada

PARA USUARIOS

y

PERSONA SIGNIFICATIVA

Hacemos la invitación a usuarias y usuarios de nuestro Centro Diurno Comunitario, para que participen de esta jornada con su cuidador, persona significativa, familiar cercano o quien los acompaña la mayor parte del tiempo.

**Usuario + 1 acompañante mayor de edad**



**Sábado 1 de Junio  
10:00 a 13:00 hrs**



**Gimnasio Centro Diurno Comunitario  
Maipú 440, San Bernardo**



**[cdc@saludsbdo.cl](mailto:cdc@saludsbdo.cl)**



CUIDANDO CON AMOR



# Jornada

PARA USUARIOS  
Y  
PERSONA SIGNIFICATIVA



El Sábado 1 de Junio de 2024, se realiza Jornada especial para cuidadores y personas significativas.

En esta oportunidad, los asistentes tuvieron una interesante charla de la 3era Compañía de Bomberos, donde se explicó el uso de extintores y prevención de incendios en el hogar. Además de baile entretenido y una sesión de relajación.

# Taller

· INTERCULTURALIDAD ·



**Talleres de interculturalidad mapuche, donde se aprende a preparar lociones naturales, jabones, saquitos de abundancia, etc**



# ENCUENTRO DE BOCHAS

Para persona mayor

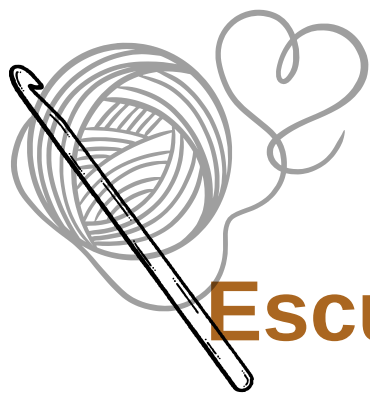


EL 3 DE JULIO SE DESARROLLÓ UN ENCUENTRO CON EL EQUIPO DE BOCHAS DE LA COMUNA DE LA GRANJA, DONDE SE EXPLICARON LAS REGLAS DE ESTE DEPORTE Y SE JUGARON 2 PARTIDAS: UNO ENTRE PERSONAS MAYORES Y OTRO ENTRE FUNCIONARIOS DE LA CORPORACIÓN DE SALUD DE SAN BERNARDO.



Fundación de las Familias  
Te invita a ser parte del nuevo

# TALLER DE Amigurumi



Lunes 22 de Julio  
10:00 a 12:00 horas

Escuela República del Perú  
Portales 980 (esquina Nogales)

Sólo debes llevar crochet y lana  
10 cupos  
Inscripciones con Rocío



# CICLO DE CHARLAS MEDICAS

para la persona mayor



**Ciclo de 6 charlas abiertas a la comunidad de persona mayor, durante los meses de Julio y Agosto, dictadas por médicos realizando su beca de Medicina familiar. Las temáticas fueron: sexualidad, deterioro cognitivo y envejecimiento saludable.**



## Charla Médica Sexualidad

Dictado por  
Dra Mónica Alvial

El jueves 18 de Julio se realiza una charla sobre sexualidad para persona mayor.



## Charla Médica Envejecimiento Saludable

◆ Dictado por  
Dr Luis Cisternas

El jueves 25 de Julio se realiza una charla sobre envejecimiento saludable, persona mayor.



# TALLER DE CUECA

para  
PERSONAS MAYORES

LUNES 5, 12 Y 26

AGOSTO

15:00 HRS

GIMNASIO DEL

CENTRO DIURNO COMUNITARIO

MAIPÚ 440, SAN BERNARDO

RECUERDA TRAER TU PAÑUELO



**TALLER DE CUECA**  
para **PERSONAS MAYORES**  
**LUNES 5, 12 Y 26 AGOSTO**  
**15:00 HRS**  
**GIMNASIO DEL CENTRO DIURNO COMUNITARIO**  
MAIPÚ 440, SAN BERNARDO  
**RECUERDA TRAER TU PAÑUELO**

EDIFICACIÓN  
VALLE DE LA ETERNA PRIMAVERA  
SAN BERNARDO

CASA SALUD  
CENTRO DIURNO COMUNITARIO

SAN BERNARDO  
SE TRANSFORMA CON SALUD



Durante Agosto y Septiembre, se realiza taller de Cueca Urbana abierto para personas mayores de la comuna.



# TRUEQUE POR LA SOLIDARIDAD



Celebremos el  
Día de la Solidaridad con  
una jornada de TRUEQUE:  
puedes traer ropa, artículos  
de casa o lo que quieras  
(en buenas condiciones) y  
hacer intercambio con otra  
persona por algo que  
ofrezcan...

Todo esto,  
sin intercambio de dinero

19 DE AGOSTO  
14:00 A 17:00

GIMNASIO

CENTRO DIURNO  
COMUNITARIO

MAIPÚ 440  
SAN BERNARDO

# Reiki



*Se realiza curso para aprender técnicas de Reiki, donde participan como alumnas un pequeño grupo de usuarias y la asistente de trato directo.*



**CENTRO DIURNO COMUNITARIO**

# **JORNADA PARA CUIDADORES**

**VIERNES 8**

**NOVIEMBRE**

**17:00 HORAS**

**MAIPÚ 440**



**TALLER MÉDICO  
TEATRO  
CHARLA**



**Celebración de Navidad grupal,  
con un desayuno para todos los  
usuarios que quisieran  
compartir.**





**Celebración de Navidad en el Parque, donde nuestros usuarios cantaron y bailaron los villancicos aprendidos durante Noviembre y Diciembre**