

Plan Médico & Usted

AÑO XXII

NÚMERO
254

febrero
2015

35
años



Publicación para los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán



URGENCIAS
y pedido de
médico a domicilio
5777-5568

PLAN MÉDICO
4827-7070

CONMUTADOR
(único número)
4827-7000
(líneas rotativas)

Reduzca su cuota, recomiende a un conocido



¿Sabía usted que un gran porcentaje de las personas que se asocian al Plan Médico lo hacen por recomendación de los propios Socios?

Es por ello que, si una persona, grupo familiar o empresa contrata nuestro servicio por recomendación suya, hemos decidido brindarle a usted a modo de reconocimiento por su confianza, importantes bonificaciones que le permitirán reducir su cuota del Plan Médico hasta un 100%.



BONIFICACIÓN DE HASTA EL
100% DE SU CUOTA

¿Qué beneficio recibo si se asocia quien recomiendo?

Plan Individual: si quien usted ha recomendado se asocia a un plan individual, usted recibirá por única vez un descuento del **50%** del valor de una cuota del nuevo socio.

Plan Familiar: si quien usted ha recomendado se asocia como grupo familiar, usted recibirá por única vez un descuento del **75%** del valor de una cuota del nuevo grupo.

Plan Empresa: si la empresa** que usted ha recomendado se asocia a un plan corporativo, usted recibirá una bonificación especial por única vez correspondiente al **50%** del valor de una cuota facturada a la nueva empresa.

¿Cómo recomiendo a un conocido y reduzco mi cuota del Plan Médico?

- Comunicándose gratuitamente al **0800 555 2700**, donde un Ejecutivo de Cuentas del Plan Médico recibirá sus datos y los de la persona o empresa a contactar (nombre, teléfono, horario)
- Ingresando en nuestra web **www.hospitalaleman.org.ar**
- En las **oficinas del Plan Médico:** Av. Pueyrredón 1640 PB, Buenos Aires
Agencia Zona Norte: Galería Queen's Village, Belgrano 333 Local 24, San Isidro
- Enviando un mail a: **jconte@hospitalaleman.com** con sus datos completos y los de la persona o empresa que desea recomendar

* Los descuentos y bonificaciones se aplicarán a partir del segundo mes de permanencia del nuevo socio individual, grupo familiar o empresa.

** Para empresas con una dotación desde 5 empleados más sus grupos familiares.

IMPORTANTE: En ninguna opción se entregará dinero en efectivo. El monto a bonificar quedará como crédito a favor en la cuenta del socio que recomendó al nuevo socio, grupo familiar o empresa.

Oferta no acumulable con otras promociones. La presente promoción sólo tendrá validez en aquellos períodos que sean informados a los socios del Plan Médico mediante su publicación en el News Letter.

La aplicación de los beneficios está sujeta al ingreso al Plan Médico del nuevo socio (individual, grupo familiar o empresarial) y a que el socio que recomienda se encuentre al día con su cuota.

Promoción no válida para incorporaciones al grupo familiar primario del socio que recomienda el ingreso.

HA Hospital
Alemán
Deutsches Hospital

147 años

Dra. Paula Luna
Servicio de Dermatología

Fotoprotección: Cómo protegernos de los rayos ultravioletas del sol

El sol emite 3 tipos de rayos ultravioletas (UV). Estos rayos se dividen, según su longitud de onda, en UVA, UVB y UVC. Estos últimos no llegan a la tierra ya que quedan en la atmósfera. Los rayos UVB, son parcialmente bloqueados por la atmósfera y eventualmente por las nubes y tienen un pico de mayor intensidad entre las 10 de la mañana y las 16. Son los responsables de las quemaduras solares agudas y del cáncer de piel por daño directo del ADN de las células. Por último los rayos UVA, no son filtrados por la capa de ozono, ni las nubes, ni los vidrios y están presentes durante todo el día con la misma intensidad. Son los responsables del envejecimiento y también de la producción de cáncer pero de una manera indirecta sobre el ADN.

Dada la estricta relación que existe entre la exposición al sol y el desarrollo de cáncer de piel es muy importante conocer qué medidas tomar para poder estar protegidos.

Fotoprotección

La correcta protección solar se basa en 3 pilares fundamentales:

- **No exponerse en los horarios en los que el sol es más dañino (entre las 10 y las 16 h.)**
- **Utilizar medios físicos de protección (sombillas, ropa, sombreros, anteojos).**
- **Utilizar correctamente el fotoprotector.**

Los fotoprotectores son sustancias químicas que, aplicados correctamente, disminuyen los daños que el sol puede producir en la piel. No son "bloqueadores", esto quiere decir que no actúan como una barrera completa y permanente contra el sol.

¿Cómo protegerse correctamente del sol?

- Aplicar factor 30 o mayor
- Utilizar un fotoprotector de amplio espectro (UVA y UVB)
- Reaplicar el protector cada 2 a 3 h
- Reaplicar luego de transpirar o sumergirse en el agua
- Su dermatólogo puede orientarlo sobre qué protector es el más indicado para su tipo de piel

Cabe destacar que los protectores **NO** están autorizados en menores de 6 meses, por lo que estos niños no deben estar expuestos directamente al sol y deben utilizar las otras 2 medidas de cuidado (sombra y ropa en horarios permitidos).

Durante la infancia y la adolescencia, la piel es más vulnerable porque es más fina, tiene menos melanina y un sistema de inmunidad poco desarrollado.

El 80% de la radiación solar que se recibe durante la vida se produce durante los primeros 18 años y, teniendo en cuenta que durante el verano son propensos a estar durante largos períodos al sol, es muy importante que tengan siempre los recursos para protegerse ante la exposición.



ADOLESCENCIA Y APTO FÍSICO

Durante los meses de febrero y marzo el equipo de adolescencia realizará los aptos físicos escolares y deportivos los sábados por la mañana.

La ficha médica o apto físico que solicitan en el colegio es el momento ideal para hacer un control de salud completo. El médico controlará peso, altura, presión arterial, columna vertebral, desarrollo madurativo y sexual entre otras cosas. En algunas ocasiones, dependiendo de los antecedentes y del examen físico o del tipo de certificado de aptitud que se solicita, hace falta profundizar la evaluación con un electrocardiograma, o con una ergometría y un ecocardiograma o con estudios de laboratorio. En definitiva, el apto físico nos permite ver la buena salud de los adolescentes y detectar problemas que pueden pasar inadvertidos.

Es un momento para orientar al adolescente en hábitos saludables relacionados con la alimentación, el deporte, vacunación, anticiparse en consejería sobre salud sexual y sus cuidados.

Venir a hacer un apto físico puede ser una oportunidad para que el o la adolescente conozca a los médicos referentes, quienes lo podrán acompañar y orientar en relación a las preocupaciones que surgen en esta etapa.

EDAD DE ATENCIÓN:

12 a 20 años

DÍAS Y HORARIO:

desde el sábado 7 de febrero hasta el sábado 28 de marzo inclusive de 9 a 12 h.

Se atiende con turno y **SÓLO** para aptos físicos. Traer el carnet de vacunas.

TURNOS:

4827-7000 opción 2

Certificado Escolar



Con motivo del inicio de las clases ponemos en marcha el Programa de Ingreso Escolar para nuestros Socios que comienzan el nivel primario. Dicho programa consiste en un control visual, auditivo, odontológico y cardiológico que completan el examen clínico pediátrico. Eventualmente se realiza también vacunación de ingreso escolar, en caso de requerirlo.

DÍAS Y HORARIO:
Sábados de los meses de febrero y marzo, de 9 a 12 h. en el sector de Policlínica.

SOLICITAR TURNO PREVIO al tel. 4827-7000 opción 2.

SE ENTREGARÁ UN CERTIFICADO DE APTITUD POR ESPECIALIDAD.

ASISTENCIA
AL VIAJERO

ASSIST CARD
ANYTIME, ANYWHERE, ANY REASON



DESAFÍO ILVEM
PARA SOCIOS PENSANTES

¡VIAJE TRANQUILO!

Cobertura internacional incluida

Topes de asistencia más altos

60 días por viaje

Asistencia médica y odontológica

Asistencia legal



TOPES DE ASISTENCIA

Producto	Cobertura del socio		
	Asistencia médica	Medicamentos	Odontología
Servicio Nacional	\$ 8.000	\$ 500	\$ 500
Servicio Regional	USD 7.000	USD 500	USD 500
Servicio Internacional	USD 10.000	USD 500	USD 500

Asistencia Internacional: 60 días por viaje • Asistencia Nacional: 60 días por viaje • Asistencia médica en caso de accidente y enfermedad no preexistente • Traslados sanitarios • Repatriaciones sanitarias • Traslado funerario • Acompañamiento de menores
Traslado urgente del titular por ocurrencia de siniestro en su domicilio • Asistencia legal en el exterior, pago de honorarios
Transmisión de mensajes urgentes • Localización de equipaje

ENCONTRÁNDOSE EN CUALQUIER PUNTO DEL INTERIOR DEL PAÍS Y A MÁS DE 100 KM. DE SU DOMICILIO.

**SOLICITAR
ASISTENCIA**

En Argentina
011 5555 1500
0800 288 2222

En el Exterior
+54 11 5555 1500

ASSIST CARD ofrece a los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán **TARIFAS SUPER ESPECIALES** en caso de que prefieran aumentar su cobertura.



COMUNÍQUESE AL
4827 7000 Int. 2883

ILVEM presenta este espacio para jugar y ganar resolviendo problemas de su carrera de Técnicas de estudio, Lectura Veloz, Memoria, Oratoria e Inteligencia.

Consigna:

¿Puedes elegir seis dígitos de los que ves en la ilustración que sumados den 21? Ayuda: puedes invertir la hoja para hallarlos.

9	9	9
5	5	5
3	3	3
1	1	1

Respuestas: a concursos@ilvem.com o por teléfono al 4821-5411

Resultados del desafío Plan Médico & Ud. mes de Enero '15:

Consigna:

Es un fruto blanco por dentro. Hay varios, así que espera y lee bien la consigna antes de responder. ¿Cuál es?

Respuesta:

Pera.

Ganadores: Ernesto Leiserson, María Cecilia Basso y Gloria Berbery.

Premio para todos los que aciertan y resultan sorteados: Media beca en cualquier curso a elección.

Premio general: Todos los que participaron se hicieron acreedores a un demotest gratuito para medir su rendimiento intelectual y el potencial de desarrollo.

Informes sobre premios: Tel. 4821-5411

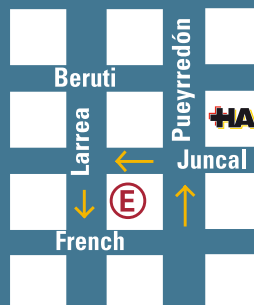
Parking Larrea

TARIFAS ESPECIALES

para Socios del Plan Médico del Hospital Alemán, familiares y amigos

Contra la presentación de su credencial de socio y luego hacer sellar su ticket en la Recepción del Hospital Alemán

arrea 1344 - Cap. Fed. - Tel.: 4821-8320



**Centro Optico
Lunette**

*Planes Especiales
Hospital Alemán*

* Av. Dorrego 2646 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4775-5485

* Juncal 2744 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4821-3756

* Av. Caseros 1899 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4304-2303

Correo de Lectores



NOTA **Sra. Marina A. González**
Socia del Plan Médico

El día 6 de octubre pasado mi padre fue operado de la cadera por el Dr. Pablo Sierra. No sólo la operación fue un éxito, casi sin dolores post operatorios, sino que a casi un mes de haberse operado estaba caminando sin muletas. Mi familia está plenamente agradecida a él, no sólo por su excelencia profesional, sino principalmente por su calidad humana. Siendo que el doctor se encuentra de licencia, aun así se ha comunicado con mi padre para preguntarle desde cómo se siente hasta para informarle quién será el médico que lo atenderá en la próxima consulta. Deseamos fuertemente que pronto se reincorpore a sus tareas para que sus pacientes sigan contando con su maravilloso desempeño.

NOTA **Sra. María Elena Disandro**
Socia del Plan Médico

*Al Servicio de Radioterapia del Hospital Alemán:
La vida, muchas veces, nos hace transitar por situaciones difíciles que nos desesperan, anulando nuestra capacidad de hacer o resolver. En mi caso, un carcinoma de mama irrumpió de pronto en mi control anual. Tuve y tengo que "trabajar mi interior" asimilando esta realidad desde el raciocinio, desde el corazón y desde el ánimo. Pero no todo pasa por uno; también influyen y confluyen a ayudar, el personal médico, el técnico, el administrativo y el de mantenimiento. La calidez, la sonrisa, la buena predisposición siempre en sus rostros, en sus explicaciones, en su trato, sin escatimar esfuerzos, hicieron muy llevadero este tratamiento de treinta y siete sesiones de radioterapia. Es por eso que con esta simple nota quiero brindar mi más sincero reconocimiento y felicitar a todos los que de una u otra manera, me ampararon y me sostuvieron en este momento amargo. Sepan que su trabajo ha sido percibido y distinguido con un gran: excelente. ¡Muchas gracias!*

Por razones de espacio y de estilo, Plan Médico & Usted® podrá seleccionar el material y editarlo. La fecha de publicación está supeditada al espacio disponible en el boletín. Los mensajes deben enviarse a: lberzon@hospitalaleman.com



DONANDO SANGRE DOS O TRES VECES AL AÑO, SENTÍ EL ORGULLO DE FORMAR PARTE DE UN GRUPO EXCLUSIVO: EL DE LOS QUE SALVAN VIDAS.

¡SUMATE!

SERVICIO DE HEMOTERAPIA

Lunes a Viernes de 7 a 12 h. - Sábados de 7 a 9.30 h. sólo con turno previo
Tel. 4827-7000 interno 7600 - shemoterapia@hospitalaleman.com

CURSOS ILVEM

Ivem dicta cursos presenciales, por e-Learning e In-Company de Marketing digital, Lectura veloz, memoria, métodos de estudio, concentración, oratoria, inteligencia, Diseño Web y Multimedia (Flash, Dreamweaver, Premiere, Director); Diseño gráfico (CorelDRAW, Illustrator, Photoshop, QuarkXPress, 3D Studio Max, AutoCAD); Gestión Comercial Web (e-Commerce, e-Mail Marketing); Ofimática (Office, Dactilografía, Microsoft Project, Writer OpenOffice.org); Programación (Visual Basic, ASP.NET, PHP); Sistemas (Windows, Linux, Redes); Internet y redes sociales. Clases demostrativas gratuitas.
Descuentos para Socios del Plan Médico del Hospital Alemán.

Informes: Tel. 4821-5411 - info@ilvem.com / www.ilvem.com



Recordatorio de fechas

- 1/2** Día Mundial del Lunar
- 2/2** Día de la Primera Fundación de Buenos Aires
- 3/2** Día de la Conmemoración del Combate de San Lorenzo
- 4/2** Día del Guardavidas
Día Mundial Contra el Cáncer
- 5/2** Día del Trabajador Deportivo
- 6/2** Día del Guardabosques
- 14/2** Día de los Enamorados
Día del Técnico Nacional
- 15/2** Día del Redactor Publicitario
Día Internacional del Cáncer Infantil
- 16/2** **Carnaval - FERIADO***
Día del Trabajador de la Pesca Industrial
- 17/2** **Carnaval - FERIADO***
- 18/2** Día de la Mujer de las Américas
- 21/2** Día Internacional del Idioma Materno
- 22/2** Día de la Antártida Argentina
- 24/2** Día del Trabajador Mecánico Automotor
- 27/2** Día Mundial del Trasplante

* Las oficinas del Plan Médico permanecerán cerradas y en el Hospital Alemán se atenderán sólo urgencias.

FUENTES: www.me.gov.ar
www.ideasexpress.com.ar/fechas.htm
www.elportaleducativo.com.ar

Estimado Socio

Le recordamos que es obligatorio presentar la credencial del Plan Médico con su Documento Nacional de Identidad al momento de requerir la atención en los servicios del Hospital.

MUCHAS GRACIAS



profesionales

CIUDAD DE BUENOS AIRES

• CLÍNICA MÉDICA

Baja de consultorio:

Dr. Baldomir, Claudio
French 2741

Modificación de horario de atención:

Dr. Bukovits Müller, Mónica

Agüero 2345 - 9° "B"

Tel. 4806-8267

Lunes, Martes, Jueves y Viernes 14 a 18.30 h.

Solicitar turno Lunes a Viernes de 14 a 19 h.

• ENDOCRINOLOGÍA

FE DE ERRATAS - Baja de prestador:

Dr. Claus Hermsberg, Harald

Tel. 4785-7026

• GASTROENTEROLOGÍA

Baja de consultorio:

Dr. Vizcaino Ruiz, Beatriz

French 2741

• HEMATOLOGÍA

Modificación de consultorio:

Dr. Casali, Claudia

(HEMATOLOGÍA DEL EMBARAZO)

Anula: Av. Pueyrredón 1770

Nuevo: Av. Pueyrredón 1716 - 4° "A"

Tels. 4822-8093/8591

Lunes 14 a 17 h. / Jueves 11 a 14 h.

Modificación de consultorio:

Dr. Garate, Gonzalo M.

Anula: Av. Pueyrredón 1770

Nuevo: Av. Pueyrredón 1716 - 4° "A"

Tels. 4822-8093/8591

Lunes 17 a 19.30 h. / Jueves 8 a 11 h.

• REUMATOLOGÍA

Alta de especialidad:

Dr. Asnal, Cecilia

Av. Rivadavia 4415 - PB "E"

Tel. 4983-2363 - Solicitar turno

Juncal 2449 - 4° "A"

Tel. 4822-8116

Miércoles 16 a 19 h. / Jueves 14 a 16 h.

Solicitar turno por mail a:

consultorio4a@gmail.com

Baja de consultorio:

Dr. Gehmlich, Gabriela

Virrey Loreto 2447

• SALUD MENTAL PEDIÁTRICA

Alta de consultorios:

Lic. Bonachera, Ana María

Av. Seguro 2127

Tel. 4901-5174 / Cel. (15) 5133-3633

Lunes, Miércoles y Viernes. Solicitar turno.

Yerbal 43 7° "A"

Tel. 4901-5174 / Cel. (15) 5133-3633

Martes, Miércoles y Viernes. Solicitar turno.

ZONA NORTE

• CLÍNICA MÉDICA

Modificación de horario de atención:

Dr. Bukovits Müller, Mónica

Rivadavia 195 3° "A" - SAN ISIDRO

Tel. 4747-1873

Miércoles 13 a 18.30 h.

Solicitar turno Lunes a Viernes de 14 a 20 h.

• REUMATOLOGÍA

Alta de profesional:

Dr. Landi Vollenweider, Margarita

Lavalle 895 - VICENTE LÓPEZ

Tels. 4795-2998 / 4797-9160

Viernes 8 a 11 h.

ZONA OESTE

• CIRUGÍA TORÁCICA Y CARDIOVASCULAR

Baja de profesional:

Dr. Damonte, Héctor

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

• CLÍNICA MÉDICA

Baja de profesional:

Dr. Izcovich, Ariel

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

• FONOAUDILOGÍA

Baja de profesional:

Fga. Tonon, Ana

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

• KINESIOLOGÍA

Baja de profesional:

Klgo. Martínez, Eduardo

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

Alta de profesional:

Klga. Herrán, Sandra

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

Tel. 4650-0787

Solicitar turno

• ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA

Baja de profesional:

Dr. Avila, Leonardo

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

Alta de profesional:

Dr. Jorge, Fernando

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

Tel. 4650-0787

Solicitar turno

• PSICOLOGÍA

Baja de profesional:

Lic. Ariztegui, Mercedes

Av. Rivadavia 15774 - PB - HAEDO

ZONA SUR

• PSICOLOGÍA

Modificación de horario de atención:

Lic. Badano Durañona, M. Belén

Moreno 537 - Planta Alta - QUILMES

Tel. 4254-3052 / Cel. (15) 6049-4205

Lunes 14 a 18 h. / Miércoles 10 a 20 h.

Sábados 10 a 13 h.



odontología

MÓDULOS OI / MG

CIUDAD DE BUENOS AIRES

Corrección de número telefónico:

Dr. Gallo, Jorge

ENDODONCIA Y ODONTOLOGÍA GENERAL

Arenales 3709 - 12° "C"

Tel. 4831-6013

ZONA NORTE

Alta de profesional:

Dr. Aberastain, Felipe

ODONTOLOGÍA GENERAL

Av. Andrés Bólon 173 - SAN ISIDRO

Tels. 4723-4203/6114

PORTAL PLAN MÉDICO

Así de fácil!

Aprovechá el Portal del Plan Médico.
Lo hicimos pensando en vos.

Ingresá a:

www.hospitalaleman.org.ar/portal

Registrate muy sencillamente y accedé a estos servicios:

Reserva de Turnos

Consulta | Estudios solicitados a través de la historia clínica informatizada | Cancelar turno | Mi agenda de turnos

Resultados de estudios

Pagos y facturación

Imprimir orden de pago | Consultar estado de cuenta | Adherir al débito automático

Datos del Socio

Consultar datos | Modificar datos

Credenciales

Imprimir credencial provisoria

Cartilla on-line

Newsletter

Comentarios y sugerencias



MARIA MARANESSI



VENDA SEGURO Y CON SEGURIDAD EN SU DOMICILIO A LOS MEJORES PRECIOS.

Beneficios para socios:
Tasaciones y seguridad sin cargo.
Descuentos en publicidad.

**Cuadros, Muebles, Objetos
y Obras de Arte
al mejor valor de plaza.**

Vendemos el contenido completo de su propiedad por
Mudanzas, Sucesiones, Traslados.
Amplia publicidad o estricta reserva, usted elige.

- Carpeta de presentación de ventas efectuadas verificables.
- Resumen de venta computarizado.

- Atención profesional personalizada.
- Compradores directos nacionales y extranjeros.

Tel.: 4725-4412
Cel.: 15-4411-3398 / 15-3181-5170

www.mariamaranessi.com

info@mariamaranessi.com
maria@mariamaranessi.com

Beneficios Adicionales

Las actividades aquí detalladas son aranceladas e incluyen descuentos especiales para los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán, contra la simple presentación de su credencial:

COMPUTADORAS

Servicio Técnico especializado en Windows. Detección y limpieza de Virus, Spyware, Malware, Spybots, Trojans, etc. Actualizaciones de seguridad. Cambio de Sistema Operativo. Cambio de Disco Rígido. Backup completo de archivos. Armado, Reparación y Venta de computadoras a medida, con los mejores componentes de cada marca. Atención a domicilio y urgencias. Socios del Plan Médico: precios especiales.

Informes: Sr. Carlos Nava

Lun. a vie. 12 a 20 h.

Tel. 4807-0522 - Cel. (15) 6935-2933

CURSOS DE INGLÉS

Prof. Elizabeth A. Gudly

Profesora Nacional Superior del Joaquín V. González. Profesora competente. Amplia experiencia. Todos los niveles. Especialista en exámenes de la Universidad de Cambridge, Inglaterra. Conversación.

Former teacher: William Blake Institute.

At present: TUTOR in IADEF Institute.

Informes: Tel. 4831-4742

Cel. (15) 3693-0854

Arenales 3651 8° "C"

Mail: lizazzimonti@hotmail.com

MASAJE COMPARATIVO

Relación causa-efecto

Técnicas de relajación de cráneo a pies, según los síntomas y/o diagnóstico. Tratamiento puntual del dolor y de contracturas musculares.

Testeo ergonómico.

Ejercicios propioceptivos que incrementan la flexibilidad de la columna vertebral y mejoran la actitud postural y el alineamiento.

Conéctese con su bienestar, no sostenga dolores, obtenga elasticidad en sus

músculos, fluidez y seguridad en sus movimientos.

Socios del Plan Médico, 20%

de descuento.

Informes: Lic. Patricia V. Snaiderman (UBA - MN 8700)

Tel. 4977-9283 - Cel. (15) 5659-8056

Mail: psnaiderman@yahoo.com.ar

Cálido SPACio

Presentamos el nuevo tratamiento de Masaje Biomecánico Energético, para hombres y mujeres a cargo de Liliana Beatriz Castelli, Profesora Nacional de Educación Física UBA (experiencia en el ballet estable del Teatro Colón).

Es un masaje holístico en donde se evalúa y se trabaja todos los músculos del cuerpo, desde la cabeza hasta los pies y se logra elongar, revitalizar y restablecer el orden biomecánico y energético del cuerpo.

Informes: Tel. 4823-9951

Cels. (15) 6870-0963 / (15) 6456-1298

Anchorena 1449

www.calidospacioestetica.com

YOGA PARA TODAS LAS EDADES

Sra. Cristina

Movimientos suaves, sin esfuerzo, acompañados por técnicas de respiración y relajación logrando importantes beneficios para mantener el cuerpo ágil, vital y flexible. Estas prácticas ayudan a combatir el estrés. No es necesario tener experiencia previa. Grupos reducidos. Descuentos especiales para los Socios del Plan Médico.

Informes: Tel. 4313-5868

Mail: yogacris17@gmail.com

PROFESORA DE INGLÉS (Amplia experiencia)

Clases de conversación: todos los niveles. Exámenes: nivel, regulares-secundarios, universitarios, internacionales.

Inglés para profesionales, empresas y otros. Traducciones. Español para extranjeros. Spanish for foreigners.

A domicilio o en mi casa - Zona Palermo.

Descuentos especiales para Socios del Plan Médico.

Informes: Sra. Norma

Tel. 4803-7568 - Cel. (15) 5052-1859

E-mail: normabar@fibertel.com.ar

CURSOS DE COMPUTACION

Lic. Laura M. Gerendi (UBA)

Cursos cortos, individuales, totalmente prácticos.

En nuestro estudio (Caballito) o a domicilio.

Especialidad personas adultas, adultos mayores y/o con discapacidad leve.

Informes: 4925-7691

E-mail: lgerendi@speedy.com.ar

Se deja constancia de que el Plan Médico del Hospital Alemán no avala, en modo alguno, los servicios publicados en este boletín y, consecuentemente con ello, cualquier reclamo que quiera realizarse respecto de su calidad deberá dirigirse, exclusivamente, a los respectivos anunciantes.



Plan Médico & Usted® es una publicación mensual del Hospital Alemán, Av. Pueyrredón 1640 - Cap. Fed. Cualquier sugerencia sobre temas generales o específicos a tratar en PM & Usted será considerada y agradecida. En tal caso, contactarse con el Depto. de Promoción y Publicidad, Laura Berzón al tel.: 4827-7208 o por e-mail: lberzon@hospitalaleman.com

Superintendencia de Servicios de Salud 0-800-222-SALUD (72583) - www.sssalud.gov.ar - R.N.E.M.P. N° 1086

"Willkommen zu Hause"
"Bienvenido a casa"



www.residencialospinos.com.ar

En el Hogar Los Pinos contamos con el confort, la seguridad y la experiencia que hacen que nuestros mayores sientan el calor de hogar.

- Residencias adaptadas a la condición de cada persona.
- Servicios pensados para cada necesidad.
- Actividades recreativas que favorecen la integración.
- Instalaciones para una grata estadía.

Un lugar para que nuestros mayores se sientan como en casa.

🌿 **Consulte por estadías temporales en época estival, fiestas y vacaciones** 🌿

