

EXPRESIÓN ARTÍSTICA

- Acuarela** María Eugenia Terrazas
Arte infantil Paula Salas
Dibujo Humberto Nilo
Dibujo figura humana Victoria Valjalo
Dibujo y pintura Álvaro Bindis
Encuadernación antigua Evelyn Fuchs
Esmalte sobre metal Patricia Rivera
Fotografía digital María Paz Lira
Fotografía nocturna y de paisaje María Paz Lira
Grabado Alfonso Fernández
Ilustración Cecilia Zabaleta
Photoshop y fotografía creativa María Paz Lira
Pintura Francisca Illanes
Retratos significativos Carmen Gloria Contreras

Diseño floral Carmen Gloria Bravo
Bordado y pedrería Javiera Ballacey
Patchwork y Quilt Lucía Stacchetti
Pátinas para madera Claudia Raineri

EXPRESIÓN CORPORAL

- Aikido** Jorge Rojo
Bailes de salón Valero. Escuela de Danza y Baile
Ballet clásico
M. Angélica Téllez, M. Fernanda Zuazo, Andrea Puig
Baile para adulto Arturo Peralta
Chi Kung Lenin Delgado
Danza infantil Valero. Escuela de Danza y Baile
Danza y coreografía
Valero. Escuela de Danza y Baile
Gimnasia antiage María Angélica Téllez
Gimnasia kinésica Roberto Fajardo
Mix baile entretenido
Valero. Escuela de Danza y Baile
Pilates Natalia Schönffeldt y M. Fernanda Aguilera
Taekwondo ATA
Iván Sepúlveda, Carlos Gutiérrez y Pamela González

- Tai Chi** Lenin Delgado
Tango argentino
Valero. Escuela de Danza y Baile
STRONG by Zumba® Wladimir Leiva
Swing & Charleston Sofía & Ramiro
Yoga integral Pilar de la Fuente e Isabel Véliz
Yoga tercera edad Isabel Véliz
Yoga Sakhyam Marisol Sabaté

ARTES ESCÉNICAS

- Canto** Amaya Forch
Guitarra Ramón Freire
Teatro para niños Marcela Orrego
Teatro inicial para adultos Isidora Palma
Taller de montaje teatral Isidora Palma

RECREACIÓN

- Bridge** Constanza Aguirre

LITERATURA

- Taller de cuentos** Marcelo Simonetti
Taller de escritura Marcelo Simonetti

DESARROLLO PERSONAL

- Astrología** Rosaura Fernández
El despertar de la conciencia Álvaro Scaramelli
Eneagrama Eduardo Yentzen
Ho'oponopono Marcela Vargas y Loreto Varela
Filosofías del Oriente para la vida actual
Deborah Con
Inteligencia Emocional
Carmen Luz de la Puente y María Verónica Necochea
Mindfulness Alejandra Caviglia y Magdalena Charlin
Meditación con cuencos de cuarzo
Álvaro Scaramelli
Numerología Rosaura Fernández
Reglas para vivir Jane Crossley

**CORPORACIÓN
CULTURAL
LAS CONDES**

Reglas para vivir

Jane Crossley

TEMPORADA
ACADÉMICA
2020
**CURSOS
+
TALLERES**

**CENTRO CULTURAL
LAS CONDES**

Avda. Apoquindo 6570
Entrada por
Nuestra Señora del Rosario
Metro Manquehue
Teléfono 22 896 98 00
cursos@culturallascondes.cl
www.culturallascondes.cl
f t i y

PROFESORA

Jane Crossley

Orientadora familiar especializada en técnicas de Neurofeedback del Instituto EEG Spectrum de California, y en protocolos de inteligencia emocional de la Universidad de Washington, ambos en Estados Unidos. Consultora privada y relatora de diversos talleres y seminarios. Coautora del libro *De fantasmas y demonios*, junto al inmunólogo Fernando Morgado.

INTRODUCCIÓN

Insertos en un momento de relativismo, grandes cambios y desestructuración este taller pretende ser una guía para sobrevivir al orden y al caos de nuestras vidas.

Sabemos que todos necesitamos principios rectores y que, de lo contrario, el caos se impone. Necesitamos reglas, patrones y valores, tanto en soledad como en compañía.

Necesitamos rutina y tradición. Eso es orden. El orden puede acabar siendo excesivo y el caos puede anegarlo todo y ahogarnos. Ninguno de estos extremos es bueno. Tenemos que mantenernos en el buen camino.

Cada una de las reglas que analizaremos proporciona una guía para estar ahí. "Ahí" es la línea divisoria entre el caos y el orden. Éste es el lugar en el que se da el equilibrio entre estabilidad, exploración, transformación, reparación y cooperación. En resumen, vivir una vida llena de significado.

Si cada uno vive como habría que vivir, prosperaremos colectivamente.

CONTENIDOS

Los temas que trataremos en este taller son:

- Orden y caos
- Enderézate
- El conflicto y el territorio.
- Trátate como si fueras alguien que depende de ti
- La historia más antigua
- El bien y el mal
- Que tus amigos sean los que quieran lo mejor para ti
- La amistad es un arreglo recíproco
- La crítica interna
- Lo que quieres y lo que ves

Fecha de inicio

8 ó 9 de abril

Duración

12 sesiones

Horario

Miércoles • 10:30 a 12:00 horas
(alumnas antiguas)

Jueves • 11:00 a 12:30 horas
(alumnas nuevas)

Valor curso

\$ 127.000 • Tarjeta Vecino Las Condes \$ 106.000

Nota

- El curso se cancela con efectivo, cheque, tarjeta de crédito o vía online en www.culturallascondes.cl.
- La Dirección se reserva el derecho de cancelar la matrícula y/o la permanencia del alumno en el taller, en caso de que el profesor lo estime conveniente.
- El cupo mínimo para el desarrollo del curso son diez personas.
- Los residentes de Las Condes deben presentar la Tarjeta Vecino del año para el descuento correspondiente.
- La inscripción al curso no garantiza estacionamiento.