Programa de la Unidad Psicosocial de 2 South

(actualizado 18.Oct.23)

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
8:00 am	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Desayuno y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*
8:45 am	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar (Enfermería)*		
9:15 am	**Mi Historia de Recuperación** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Taller de OT** *Sala de Estar (Terapia Ocupacional)*	**Cultura y Salud Mental** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Habilidades de Consciencia Plena** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Ejercicio** *Sala de estar (Terapia Ocupacional)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar 9:30 am (Enfermería)*	**Encuentro de Apertura** *Sala de Estar 9:30 am (Enfermería)*
10:00 am					**Sesión musical en vivo** *Sala de estar (Músico)*	**Manejo del Estrés** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Domingo Social** *Sala de estar (Enfermería)*
11:30 am	**Ejercicio** *Cocina (Terapia Ocupacional)*	**Tabaco y Salud** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Prevención de Caídas** *Cocina (Terapia Ocupacional)*	**Planificar para la Seguridad** *Sala de OT (Trabajo Social)*	**Salud Mental Digital** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Salud & Bienestar** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	
12:00 pm	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Almuerzo y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*
1:00 pm	**Espiritualidad e Salud Mental** *Sala para Grupos (Atención Espiritual)*	**Sentido e Inspiración** *Sala para Grupos (Atención Espiritual)*	**Recuperación Dual** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Encuentro Comunitario** *Sala de estar (Psicología)*	**Habilidades de Autocompasión** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Taller de OT** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Taller de OT** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*
2:00 pm	**Pensar y Vivir de Manera Saludable** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Habilidades de Terapia Dialéctica Conductual** *Sala para Grupos (Psicología)*	**Taller de OT** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Salud & Bienestar** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Autoexpresión** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Actividad a Elección** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*	**Actividad a Elección** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*
2:45 pm	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Tarde*** *Cocina/Patio*
3:00 pm	**Autoestima** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*			**Grupo de Ayuda entre Pares** *Sala para Grupos (Especialista de Apoyo entre Pares)*			**Servicios de Domingos** *Sala para Grupos (Atención Espiritual)*
4:00 pm		**Estrategias Sensoriales para Lidiar con Dificultades** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*		**Relaciones & Comunicación** *Sala de OT (Terapia Ocupacional)*			
5:00 pm	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*	***Cena y Aire Fresco*** *Cocina/Patio*
	Adicción & Recuperación (7pm) *Sala para Grupos (Voluntarios de AA)*	**Sesión musical en vivo (6pm)** *Sala de estar (Músico)*					
8:00 pm	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*	**Encuentro y Relajación de Cierre** *Sala de Estar (Enfermería)*
8:30 pm	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*	***Bocadillos & Aire Fresco por la Noche*** *Cocina/Patio*