

# Programa de la Unidad Psicosocial de 2 South

(actualizado 23.Octubre.24)

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
8:00 am	<b>Desayuno y Aire Fresco</b> Cocina/Patio						
8:45 am	<b>Encuentro de Apertura</b> Sala de Estar (Enfermería)					<b>Tiempo Personal</b>	
9:15 am	<b>Pensamiento y Vida Saludables</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Taller de OT</b> Sala de Estar (Terapia Ocupacional)	<b>Cultura y Salud Mental</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Hacer frente a las emociones difíciles</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Manejo del Estrés</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Encuentro de Apertura</b> Sala de Estar 9:30 am (Enfermería)	
10:00 am	<b>Actividades Autodirigidas por la Mañana</b>				<b>Sesión musical en vivo</b> Sala de estar - 10:30am (Música)	<b>Ejercicio</b> Sala de estar (Terapia Ocupacional)	<b>Domingo Social</b> Sala de estar (Enfermería)
11:30 am	<b>Ejercicio</b> Cocina (Terapia Ocupacional)	<b>Tabaco y Salud</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Prevención de Caídas</b> Sala para Grupos (Terapia Ocupacional)	<b>Salud &amp; Bienestar</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Salud Mental Digital</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Salud &amp; Bienestar</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional) <b>11:15am</b>	<b>Ocio Terapéutico</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional) <b>11am</b>
12:00 pm	<b>Almuerzo y Aire Fresco</b> Cocina/Patio						
1:00 pm	<b>Espiritualidad e Salud Mental</b> Sala para Grupos (Atención Espiritual)	<b>Sentido e Inspiración</b> Sala para Grupos (Atención Espiritual)	<b>Taller de OT</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Encuentro Comunitario</b> Sala de estar (Psicología)	<b>Enfermedad Manejo y Recuperación</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Taller de OT</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Taller de OT</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)
2:00 pm	<b>Recuperación Dual</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Habilidades de Terapia Dialéctica Conductual</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Habilidades de ACT</b> Sala para Grupos (Psicología)	<b>Planificar para la Seguridad</b> Sala de OT (Trabajo Social)	<b>Bienestar Mental</b> Sala para Grupos (Psiquiatría)	<b>Actividad a Elección</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Actividad a Elección</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)
2:45 pm	<b>Bocadillos &amp; Aire Fresco por la Tarde</b> Cocina/Patio						
3:00 pm	<b>Autoestima</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Actividades Autodirigidas por la Tarde</b>	<b>“Meducation”</b> Sala para Grupos (Psiquiatría)	<b>Grupo de Ayuda entre Pares</b> Sala para Grupos (Especialista de Apoyo entre Pares)	<b>Autoexpresión</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Grupo de Ayuda entre Pares</b> Sala para Grupos (Especialista de Apoyo entre Pares)	<b>Actividades Autodirigidas por la Tarde</b>
4:00 pm	<b>Tiempo Personal</b>	<b>Estrategias Sensoriales para Lidar con Dificultades</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Sesión musical en vivo</b> Sala de estar (Música)	<b>Recuperación Dual</b> Sala de OT (Terapia Ocupacional)	<b>Tiempo Personal</b>		
5:00 pm	<b>Cena y Aire Fresco</b> Cocina/Patio						
	<b>Adicción &amp; Recuperación (7pm)</b> Sala para Grupos (Voluntarios de AA)	<b>Juegos Nocturnos y Rompecabezas</b>					
8:00 pm	<b>Encuentro y Relajación de Cierre</b> Sala de Estar (Enfermería)						
8:30 pm	<b>Bocadillos &amp; Aire Fresco por la Noche</b> Cocina/Patio						