

Programa de la Unidad Psicosocial de 2 South

(actualizado 23.Octubre.24)

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