

Grupos de apoyo

● Comuna 1 - El Popular

Nombre: Cooperación Solidaria y Resiliente.

Dirigido a: Adultos

Temática: Herramientas para el círculo de apoyo de personas afectadas por el consumo de sustancias psicoactivas.

Horario: Miércoles a las 2:00 p. m.

Dirección: Calle 96 # 34 - 100

UVA La Esperanza.

Nombre: Mujeres Felices.

Dirigido a: Mujeres

Temática: Dinámicas familiares disfuncionales.

Horario: Jueves a las 9:00 a. m.

Dirección: Carrera 42 B # 110A - 42

UVA de La Cordialidad.

● Comuna 2 - Santa Cruz

Nombre: Cognición Ágil.

Dirigido a: Adultos con discapacidad cognitiva

Temática: Desarrollo del pensamiento y las relaciones interpersonales.

Horario: Martes a las 9:00 a. m.

Dirección: Calle 112 # 47 - 71

Sede Social La Isla.

Nombre: Mente sana, mente activa.

Dirigido a: Adultos y adultos mayores

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Jueves a las 10:00 a. m.

Dirección: Calle 104B # 48-61

Corporación Ciudad Activa.

● Comuna 3 - Manrique

Nombre: Acompañar y criar con amor.

Dirigido a: Adultos

Temática: Habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones.

Horario: Segundo y cuarto sábado del mes, de 10:00 a. m. a 12:00 p.m

Dirección: Carrera 23b # 84b-285

Fundación Caminos.

● Comuna 4 - Aranjuez

Nombre: Grupo de apoyo Aranjuez.

Dirigido a: Adulto mayor.

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Martes o jueves cada 15 días, de 2:00 p. m a 4:00 p. m.

Dirección: Carrera 53 con 95

Escuela San Isidro.

Para obtener más información sobre el grupo de apoyo, solo necesitas acercarte al **Escuchadero** y preguntar por él. Allí podrán darte todos los detalles que necesitas.

● **Comuna 5 - Castilla**

Nombre: Grupo de apoyo Las Brisas.

Dirigido a: Adulto mayor

Temática: Habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones.

Horario: Miércoles cada 15 días a las 3:00 p. m.

Dirección: Calle 109 # 64D - 103

Boyacá.

Para obtener más información sobre el grupo de apoyo, solo necesitas acercarte al **Escuchadero** y preguntar por él. Allí podrán darte todos los detalles que necesitas.

● **Comuna 6 - Doce de Octubre**

Nombre: Grupo de apoyo de salud mental y emocional.

Dirigido a: Adultos

Temática: Herramientas y habilidades para manejar tus propias emociones.

Horario: Miércoles de 2:00 p. m. a 3:00 p. m.

Dirección: Calle 104 # 74 -13

Conferencia Getsemaní.

Nombre: Grupo Simpatía.

Dirigido a: Adultos mayores

Temática: Reconocer la importancia de la salud mental y los diversos temas que la engloban.

Horario: Jueves cada 15 días, a las 3:00 p. m.

Dirección: Carrera 76 # 92-42

Sede Héroes y Heroínas Kennedy.

Para obtener más información sobre el grupo de apoyo, solo necesitas acercarte al **Escuchadero** y preguntar por él. Allí podrán darte todos los detalles que necesitas.

● **Comuna 7 - Robledo**

Nombre: Grupo de apoyo para las emociones.

Dirigido a: Adultos

Temática: Habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones.

Horario: Primer y último jueves de cada mes, de 10:00 a. m. a 12:00 a. m.

Dirección: Diagonal 85 #79-173

Casa de Justicia Robledo.

● Comuna 8 - Villa Hermosa

Nombre: Hablar Sana-Mente.

Dirigido a: Adultos

Temática: Herramientas para el proceso de despedida y aceptación.

Horario: Primer y tercer viernes del mes de, 2:00 p. m. a 4:00 p. m.

Dirección: Carrera 40 # 61-04

UVA La Imaginación.

Nombre: Unidos por la salud mental.

Dirigido a: Adultos

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Primer y tercer miércoles del mes, a las 9:00 a. m.

Dirección: Calle 59A #36-30

Parque Biblioteca León de Greiff - La Ladera.

● Comuna 9 - Buenos Aires

Nombre: Parche Sano.

Dirigido a: Jóvenes

Temática: Bienestar personal y equilibrio emocional.

Horario: Segundo jueves de cada mes, de 2:00 p. m. a 4:00 p. m.

Dirección: Carrera 29A #38F - 59

Casa De Cultura Ávila.

Nombre: San-Arte.

Dirigido a: Adultos

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Último miércoles de cada mes, de 9:00 am a 11:00 am

Dirección: Carrera 29A #38F - 59

Casa De Cultura Ávila.

Nombre: Grupo de apoyo CDS El Salvador.

Dirigido a: Adultos y adultos mayores

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Segundo y cuarto viernes de cada mes, a las 2:00 p. m.

Dirección: Carrera 36 # 40A - 12

CDS El Salvador.

● Comuna 10 - La Candelaria

Nombre: Grupo de apoyo emberá werá (mujeres indígenas)

Dirigido a: Gestantes y lactantes

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Miércoles, de 11:00 a. m. a 1:00 p. m.

Dirección: Calle 39A # 42-03

San Diego.

Nombre: Caminando con mis emociones.

Dirigido a: Jóvenes

Temática: Habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones.

Horario: Jueves y viernes, a las 3:00 p. m.

Dirección: Calle 51 #57-70

Sena Regional.

● Comuna 11 - Laureles-Estadio

Nombre: Convivir sanamente.

Dirigido a: Familias

Temática: Cultivar relaciones saludables para el bienestar emocional.

Horario: Segundo y cuarto jueves de cada mes, a las 3:00 p. m.

Dirección: Carrera 77b # 53-26

Casa de Cultura Los Colores.

● Comuna 12 - La América

Nombre: Un ratito para conocernos.

Dirigido a: Adolescentes hombres y mujeres

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Martes a las 2:00 p. m.

Dirección: Transversal 45D #86 - 70

JAC La Floresta.

● Comuna 13 - San Javier

Nombre: Mentes claras.

Dirigido a: Adultos padres de familia

Temática: Nuestro entorno social como fuente de ayuda y compañía.

Horario: Sábados cada 15 días

Dirección: Calle 49 DD # 87 - 11.

JAC Santa Rosa de Lima.

Para obtener más información sobre el grupo de apoyo, solo necesitas acercarte al

Escuchadero y preguntar por él. Allí podrán darte todos los detalles que necesitas.

● Comuna 15 - Guayabal

Nombre: Tiempo de Nosotras.

Dirigido a: Mujeres adultas

Temática: Mujeres cuidadoras en etapa de transición a la vejez que requieren habilidades para la vida para fortalecer autocuidado.

Horario: Martes cada 15 días, de 8:00am a 9:00 a. m.

Dirección: Calle 53 FF #10B Sur - 26

● **Comuna 16 - Belén**

Nombre: Las Violetas Amarte Sana.

Dirigido a: Adultos

Temática: El amor propio como base para el bienestar emocional

Horario: Primer y tercer sábado del mes, de 8:45 a. m. a 9:45 a. m.

Dirección: Calle 31 C # 89 A - 30

Parroquia Nuestra Señora de la Anunciación.

Nombre: Amarte sana.

Dirigido a: Adultos

Temática: El amor propio como base para el bienestar emocional.

Horario: Primer y tercer sábado del mes, de 1:00 p. m. a 2:00 p. m.

Dirección: Calle 17 A 74 A 36

Parquecito Barrios de Jesús Belén San Bernardo.

Nombre: Construyendo Voces de Cambio.

Dirigido a: Adultos

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Lunes, a las 2:00 p. m.

Dirección: Calle 6 sur # 79 - 211

Sede Comunal Capilla del Rosario Belén Rincón.

● **Comuna 50 - San Sebastián de Palmitas**

Nombre: Nodo Lila Mujeres Fénix.

Dirigido a: Jóvenes, adultos, población mayor

Temática: El amor propio como base para el bienestar emocional.

Horario: Miércoles, a las 2:00 p.m.

Dirección: Calle 103# 320 - 42

Vereda la suiza #42 cerca del Centro Educativo La Aldea.

● **Comuna 60 - San Cristóbal**

Nombre: Sanando con voz.

Dirigido a: Adultos y adultos mayores

Temática: Habilidades para la vida.

Horario: Segundo y cuarto viernes del mes, a las 2:30 p. m.

Dirección: Calle 63b #100 - 77

Barrio Mirador del Valle.

● **Comuna 70 - Altavista**

Nombre: Somos capaces de despertar la mente.
Dirigido a: Adultos con discapacidad física y cognitiva
Temática: Habilidades para la vida.
Horario: Martes, a las 10:00 a. m.
Dirección: Calle 18 # 103 - 175
Casa de Cultura de Altavista.

● **Comuna 80 - San Antonio de Prado**

Nombre: Edad con propósito.
Dirigido a: Adulto mayor
Temática: Habilidades para la vida, enfocado en fortalecer hábitos saludables para una vejez digna.
Horario: Martes, a las 9:00 a. m.
Dirección: Carrera 79 # 40 sur 40
San Antonio de Prado.

Nombre: Re-conociéndome.
Dirigido a: Adultos y adultos mayores
Temática: ¿Cómo me siento emocionalmente?
Horario: Jueves, a las 10:00 a. m.
Dirección: Carrera 57 # 48E sur - 7
San Antonio de Prado.

Nombre: Grupo de apoyo: Re-conociéndome.
Dirigido a: Adultos y adultos mayores
Temática: ¿Cómo me siento emocionalmente?
Horario: Lunes, a las 12:00 m.
Dirección: Diagonal 60D #41C - 59
San Antonio de Prado.

● **Comuna 90 - Santa Elena**

Nombre: Fortalecimiento del Ser.
Dirigido a: Todas las personas interesadas, a partir de los 16 años
Temática: Empoderamiento personal
Horario: Primer y tercer martes del mes, a las 2:00 p. m.
Dirección: Calle 10 # 40 este 44
Auditorio Casa de Gobierno Santa Elena.