

## **Grupos de Apoyo**

### **Comuna 1 - Popular**

#### **Cooperación Solidaria y Resiliente**

Dirigido a: adultos

Temática: familiares co-adictos

Horario: miércoles de 2:00 a 3:00 p. m. Cada 15 días.

Dirección: calle 96 # 34 - 100

UVA La Esperanza, barrio San Pablo

#### **Mujeres Felices**

Dirigido a: mujeres

Temática: violencia intrafamiliar

Horario: jueves de 9:00 a 11:00 a. m.

Dirección: carrera 42 B # 110 A - 42

UVA La Cordialidad, barrio Popular

### **Comuna 2 - Santa Cruz**

#### **Reforzando habilidades sociales con mis pares**

Dirigido a: infancia

Temática: refuerzo en habilidades sociales

Horario: miércoles 2:00 p. m.

Dirección: carrera 51 A # 100 - 55

CDS Santa Cruz

#### **Mente Sana, Mente Activa**

Dirigido a: adultos y adulto mayor

Temática: habilidades para la vida

Horario: jueves 10:00 a. m.

Dirección: calle 104 B # 48 - 61

### **Comuna 3 - Manrique**

#### **Habilidades DBT para adultos**

Dirigido a: adultos

Temática: inteligencia emocional

Horario: segundo y cuarto jueves de cada mes de 3:00 a 5:00 p. m.

Dirección: carrera 36 # 84 - 98

UVA La Armonía

## **Comuna 4 - Aranjuez**

### **Grupo de apoyo Aranjuez**

Dirigido a: adulto mayor

Temática: habilidades para la vida

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

Dirección: carrera 53 con 95

Escuela San Isidro

## **Comuna 5 - Castilla**

### **Las Brisas**

Dirigido a: adulto mayor

Temática: inteligencia emocional

Horario: miércoles 4:00 p. m.

Dirección: calle 109 # 64 D - 103

## **Comuna 6 - Doce de octubre**

### **Salud mental y emocional**

Dirigido a: adultos

Temática: regulación emocional

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

Dirección: calle 104 # 74 - 13

Conferencia Getsemaní, barrio Pedregal

### **Cuidados del Cuidador**

Dirigido a: cuidadores

Temática: cuidados del cuidador

Horario: miércoles de 3:00 a 4:00 p. m.

Dirección: carrera 76 # 104 D - 01

UVA El Encanto, Santander

## **Comuna 7 - Robledo**

### **Para las Emociones**

Dirigido a: adultos

Temática: inteligencia emocional

Horario: jueves cada 15 días

Dirección: diagonal 85 # 79 -173

## **Comuna 8 - Villa Hermosa**

### **Hablar Sana-Mente**

Dirigido a: adulto mayor

Temática: habilidades para la vida

Horario: primer y tercer viernes del mes de 2:00 a 3:00 p. m.

Dirección: carrera 40 # 61 - 04

UVA La Imaginación

### **Unidas por la salud mental**

Dirigido a: adultos

Temática: habilidades para la vida

Horario: primer y tercer miércoles del mes de 9:00 a 11:00 a. m.

Dirección: calle 59 A # 36 - 30

Parque Biblioteca León de Greiff, La Ladera

### **Círculo de Apoyo entre Mujeres**

Dirigido a: mujeres

Temática: habilidades para la vida

Horario: martes 10:00 a. m.

Dirección: calle 59 B # 19 - 28

JAC Llanaditas

## **Comuna 9 - Buenos Aires**

### **"El Desahogadero" del Salvador**

Dirigido a: adultos y adulto mayor

Temática: habilidades para la vida

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

Dirección: carrera 36 # 40 A - 12

## **Comuna 10 - La Candelaria**

### **Caminando con mis emociones**

Dirigido a: niños y juventud

Temática: inteligencia emocional

Horario: sábados de 10:00 a 11:00 a. m. Cada 8 días.

Dirección: calle 55 A # 57 - 80

Salón social, Plaza Minorista

## **Comuna 11 - Laureles/Estadio**

### **Salud Mental e Inteligencia Emocional**

Dirigido a: familias

Temática: convivir sanamente

Horario: segundo y cuarto jueves de cada mes de 3:00 a 5:00 p. m.

Dirección: carrera 77 B # 53 - 26

Casa de cultura Los Colores

## **Comuna 12 - La América**

### **¡ Un ratito para conocernos !**

Dirigido a: adolescentes, hombres y mujeres

Temática: habilidades para la vida

Horario: martes cada 8 días a las 2:00 p. m.

Dirección: transversal 45 D # 86 - 70

JAC La Floresta

(sin embargo se dicta en el colegio Santa Rosa de Lima: carrera 80 # 45 G - 95)

## **Comuna 13 - San Javier**

### **Encuentros que acompañan**

Dirigido a: adulto mayor

Temática: habilidades para la vida  
Horario: lunes de 2:00 a 4:00 p. m.  
Dirección: calle 49 DD # 87 - 19

## **Comuna 15 - Guayabal**

### **Tiempo para nosotras**

Dirigido a: mujeres  
Temática: salud mental y habilidades para la vida  
Horario: martes de 8:00 a 9:00 a. m.  
Dirección: carrera 53 # 10 B Sur - 26  
Telecentro, La Colinita

## **Comuna 16 - Belén**

### **Amarte Sana - Belén Las Violetas**

Dirigido a: adultos  
Temática: amor propio y salud mental  
Horario: sábados cada 15 días de 8:45 a 9:45 a. m.  
Dirección: calle 31 C # 89 A - 30  
Parroquia Nuestra Señora de la Anunciación, Belén Las Violetas

### **Amarte Sana - San Bernardo Barrios de Jesús**

Dirigido a: adultos  
Temática: amor propio y salud mental  
Horario: sábados cada 15 días 12:00 m. a 1:00 p. m.  
Dirección: calle 17 A # 74 A - 36  
Parquecito Barrio de Jesús, Belén San Bernardo

### **Amarte Sana - Semillas de amor**

Dirigido a: adultos  
Temática: amor propio y salud mental  
Horario: lunes cada 15 días de 3:00 a 4:00 p. m.  
Dirección: Carrera 77 # 31 - 75  
CDS Parque de Belén

### **Amarte Sana - Cuidadores**

Dirigido a: adultos

Temática: amor propio y salud mental

Horario: viernes cada 15 días de 3:00 a 4:00 p. m.

Dirección: calle 31 C # 89 A - 30

Parroquia Nuestra Señora de la Anunciación, Belén Las Violetas

### **Resolución de Conflictos**

Dirigido a: adultos

Temática: resolución de conflictos y promoción de la salud mental

Horario: lunes cada 15 días de 4:00 a 6:00 p. m.

Dirección: calle 6 sur # 79 - 211

JAC La Capilla, Belén Rincón

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

### **Nodo Lila Mujeres Fénix**

Dirigido a: jóvenes, adultos y adulto mayor

Temática: promoción de salud mental y autocuidado

Horario: martes cada 15 días a las 2:00 p. m.

Tienda Edilma, Vereda La Suiza

## **Comuna 70 - Altavista**

### **Somos capaces de despertar la mente**

Dirigido a: adultos con discapacidad física y cognitiva

Temática: habilidades para la vida

Horario: miércoles de 10:00 a 11:00 a. m.

Dirección: calle 18 # 103 - 175

Casa de la cultura de Altavista

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

### **Re-significándome**

Dirigido a: adultos y adulto mayor

Temática: mi salud mental

Horario: martes de 11:30 a. m. a 12:30 p. m.

CDS Pradito

**Edad con Propósito**

Dirigido a: adulto mayor

Temática: habilidades para la vida

Horario: martes de 9:00 a 10:00 a. m.

Dirección: carrera 79 # 40 sur - 40

CDS San Antonio de Prado, Centralidad

**Comuna 90 - Santa Elena****Grupo de vida**

Dirigido a: mujeres y adulto mayor

Temática: cuidados

Horario: martes a las 3:00 p. m.

JAC Vereda El Llano