

PLANES Y PROGRAMAS

PROGRAMA ESTAR BIEN SENTIRSE BIEN PARA VETERANOS



**AGOSTO
2025**

CRONOGRAMA

ACTIVIDADES PRESENCIALES

MARTES

Martes 05

09:00 – 10:30

Apertura del programa

Gina Toro – Diana Barbosa
Auditorio

10:30 – 12:00

Bienestar social

Ada Ujueta
Auditorio

Martes 12

09:00 – 10:30

Sesión 1

Bienestar psicoemocional

Gina Toro
Salón múltiple y Salón de
artes

10:30 – 12:00

Bienestar lúdico recreativo

Cindy Víasus
Aula múltiple y salón de
artes

Martes 19

09:00 – 10:30

Sesión 4

Bienestar social

Diana Gonzalez
Aula Múltiple

10:30 – 12:00

Bienestar físico

José Luis García
Aula múltiple

Martes 26

09:00 – 10:30

Sesión 7

Tecnología y habilidades

Cindy Víasus
Sala de computación

10:30-12:00

Bienestar físico

Mauricio Capera
Gimnasio 1 piso

Previa Inscripción

Puedes asistir con un acompañante al programa

PLANES Y PROGRAMAS

PROGRAMA ESTAR BIEN SENTIRSE BIEN PARA VETERANOS



Veterano,
**¡Sé parte de un
entrenamiento
para la vida!**

**AGOSTO
2025**

CRONOGRAMA ACTIVIDADES PRESENCIALES

JUEVES

Jueves 14

09:00 – 10:30
Sesión 3
Bienestar físico
Carlos Castaño
Aula múltiple

10:30 – 12:00
Bienestar productivo
Eduar Galeano
Aula múltiple

Jueves 21

09:00 – 10:30
Sesión 6
Bienestar psicoemocional
Mauricio Clavijo
Aula múltiple

10::30 – 12:00
Sesión 6
Bienestar psicoemocional
Lina Romero
Aula múltiple

Jueves 28

09:00 – 10:30
Sesión 9
Bienestar físico
Claudia Rodriguez
Gimnasio

10::30 – 12:00
Bienestar productivo
Arturo Vargas
Gimnasio

MIÉRCOLES

CRONOGRAMA

ACTIVIDADES VIRTUALES

Miércoles 13

09:00 – 11:00

Sesión 2
Bienestar
psicoemocional

Maira Bohórquez
Teams

Miércoles 20

09:00 – 11:00

Sesión 5
Bienestar
psicoemocional

Maira Bohórquez
Teams

Miércoles 27

09:00 – 11:00

Sesión 8
Bienestar
psicoemocional

Mauricio Clavijo
Teams



Estar bien, sentirse bien

Programa de bienestar
físico y psicosocial

para el veterano

PLANES Y PROGRAMAS

CRONOGRAMA

ACTIVIDADES PRESENCIALES

LUNES

08:00 – 09:00

Estiramientos

Johan Quevedo
Zona Zeng

08:00 – 05:00

Practica simulador de vehículo (atención cada 30 minutos según agenda)

Marlon Robles
Simulador de Conducción

10:00 – 11:00

Biofeedback

Mauricio Clavijo
Salón de Neuropsicología

11:00 – 12:00

Biofeedback

Mauricio Clavijo
Salón de Neuropsicología

MARTES

09:00 – 10:00

Taller de cuidado de articulaciones

Claudia Rodriguez
Piscina

10:00 – 11:00

Interacción con el entorno

Marlon Robles
Simulador de transporte masivo

10:00 – 13:00

Sublimación

Cindy Viasus
Aula de sublimación

Martes 12

14:00 – 16:00

Conversando con el neuropsicólogo

Mauricio Clavijo
Aula 8

14:00 – 16:00

Exploración musical

Eduar Galeano
Aula de música

MIERCOLES

08:00 – 09:00

Balance y Propiocepción

Esteban Gonzalez
Gimnasio primer piso

08:00 – 05:00

Practica simulador de vehículo (atención cada 30 minutos según agenda)

Marlon Robles
Simulador de Conducción

Miércoles 6 – 13 - 20

09:00 – 10:00

Juegos mentales

Mauricio Clavijo
Lobby

Miércoles 6 – 13 - 20

10:00 – 11:00

Memoria y aprendizaje

Mauricio Clavijo
Cogniplus

PLANES Y PROGRAMAS

JUEVES

08:00 – 09:30

ABC Sistemas

Cindy Viasus
Aula de sistemas

08:00 – 12:00

Practica simulador de vehículo (atención cada 30 minutos según agenda)

Marlon Robles
Simulador de Conducción

10:00 – 11:00

Artes básico

Cindy Viasus
Aula de sistemas

10:00 – 11:30

Fitball

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1 piso

Jueves 14 – 21 - 28

14:00 – 15:00

Club de la memoria

Mauricio Clavijo
Aula Múltiple

15:00 – 16:00

Biculturalia inteligente

Marlon Robles
Simulador transporte masivo y
jardines DIVRI

VIERNES

Viernes 8 – 15 - 29

08:00 – 09:00

Horticultura

Cindy Viasus
Huerta

09:30 – 10:30

Danza - arte

claudia R – Lina R- Cindy V
Gimnasio 1 piso

10:30 – 11:30

Taller grupal muévete al ritmo

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1 piso

11:00 – 12:00

Memoria y aprendizaje

Mauricio Clavijo
Cogniplus

CRONOGRAMA
ACTIVIDADES VIRTUALES

MARTES

Martes 12 – 19 -26

14:30 – 16:00

Seres sintientes: Cómo tratar a nuestros animales de compañía

Facilitador: Carlos Andres
Fuentes Campos

Lideres en acción

Gina Toro
Teams

VIERNES

Viernes 8 – 15 – 22 - 29

09:30 – 10:30

Yoga y aromaterapia

Facilitador: Gerardo Londoño
Lideres en acción

Gina Toro
Teams

CAPACITACIÓN

SENA

CAPACITACIONES
EN CURSO

Inscripciones
abiertas

2025-II
curso de
**Técnico en
electricidad**

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

Modalidad: presencial
Inscripciones

📞 **313 2862671**
💡 **Instalaciones DIVRI**
Oficina de registro, bloque 1, primer piso.

*Fecha de inicio y horario por definir
*Cupos limitados

DIVRI DIRECCIÓN DE
METAMORFOSIS
INCLUSIVA **SENA**

www.divri.gov.co

Inscríbete

2025-I

curso de
Maderas



Inscripciones

En la oficina de registro, bloque 1, primer piso.

📞 **313 2862671**

Modalidad: Presencial
DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá
*Días y horario por definir

DIVRI DIRECCIÓN DE
VETERANOS Y
REINTEGRACIÓN
INCLUSIVA **SENA**

www.divri.gov.co

Inscríbete por este medio

WhatsApp 313 286 2671

CAPACITACIÓN

SENA

CAPACITACIONES
EN INSCRIPCIÓN

Inscripciones abiertas

2025-II
curso

Manipulación de alimentos, dietas y alimentación saludable

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

Modalidad: presencial

Inscripciones

📞 313 2862671

📍 Instalaciones DIVRI
Oficina de registro, bloque 1, primer piso.

*Fecha de inicio y horario por definir
*Cupos limitados

DIVRI DIRECCIÓN DE REHABILITACIÓN PROFESIONAL SENEA

www.divri.gov.co

Inscripciones abiertas

2025-II
curso

Preparación de galletas

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

Modalidad: presencial

Inscripciones:

📞 313 2862671

📍 Instalaciones DIVRI
Oficina de registro, bloque 1, primer piso.

*Fecha de inicio y horario por definir
*Cupos limitados

DIVRI DIRECCIÓN DE REHABILITACIÓN PROFESIONAL SENEA

www.divri.gov.co

Inscripciones abiertas

2025-II
curso

Teoría del color

Mezcla de pinturas

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

Modalidad: presencial

Inscripciones

📞 313 2862671

📍 Instalaciones DIVRI
Oficina de registro, bloque 1, primer piso.

*Fecha de inicio y horario por definir
*Cupos limitados

DIVRI DIRECCIÓN DE REHABILITACIÓN PROFESIONAL SENEA

www.divri.gov.co

Inscripciones abiertas

2025-I
curso

Sistemas básico

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

Modalidad: presencial

Inscripciones

📞 313 2862671

📍 Instalaciones DIVRI
Oficina de registro, bloque 1, primer piso.

*Fecha de inicio y horario por definir
*Cupos limitados

DIVRI DIRECCIÓN DE REHABILITACIÓN PROFESIONAL SENEA

www.divri.gov.co

Inscríbete

2025-I
curso de
Maderas

Inscripciones

En la oficina de registro, bloque 1, primer piso.

📞 313 2862671

Modalidad: Presencial

DIVRI - Calle 21 N°44-40, Bogotá

*Días y horario por definir

DIVRI DIRECCIÓN DE REHABILITACIÓN PROFESIONAL SENEA

www.divri.gov.co

WhatsApp 313 286 2671

Inscríbete por este medio