

CRONOGRAMA

ACTIVIDADES PRESENCIALES

LUNES

7:00 - 15:00

Clases de natación

Deniss Sanchez
Piscina

7:00 - 17:00

Preparación física Fuerza

Jeisson F. – Johan Q.
Gimnasio Fuerza

8:00 – 9:00

Pilates Mat Grupo running

Johan Quevedo
Plataforma Zen

8:00 – 17:00

Preparación física cardiovascular

Johan Quevedo
Gimnasio Cardiovascular

8:00 – 16:00

Pilates

Johan Quevedo
Salón de pilates

8:00 – 9:00

Aprende lengua Coreana

Yong Gi Na
Salón multisensorial

8:00 - 11:00

Procesos cognitivos

Mauricio Clavijo
Salón Cogniplus

8:00 – 10:00

Ruta de preparación para la vida laboral

Arturo Vargas – Sandra
Bermudez – Milena Rojas
Aula de sistema 1

08:00 – 09:30

ABC Sistemas

Cindy Viasus
Aula de sistemas 3

FEBRERO 2025

09:00 – 10:00

Atención y concentración

Dary Luz Lara
Lobby

10:00 – 11:00

Habilidades especiales: Manejo del tiempo libre

Beneficiarios + 18

Yong Gi Na
Salón Multisensorial

10:00 – 12:00

Tejido libre

Milena Rojas
Biblioteca

10:00 – 13:00

Sublimación

Cindy Viasus
Aula sublimación Piso 1



MARTES

7:00 - 16:00

Clases de natación

Deniss Sanchez
Piscina

7:00 - 17:00

Preparación física Fuerza

Jeisson F. – Johan Q.
Gimnasio de Fuerza

8:00 – 17:00

Preparación física cardiovascular

Johan Quevedo
Gimnasio Cardiovascular

MARTES

8:00 – 17:00

Entrenamiento funcional

Johan Quevedo
Gimnasio Funcional

8:00 – 11:00

Mejorando el aprendizaje

Dary Luz Lara
Salón cognición piso 2

08:30 – 10:00

Taller de cuidado de articulaciones

Wilmer Velandia
Piscina

Martes 25

10:00 – 12:00

Música (Inscripción previa)

Eduar Galeano
Aula de música

10:00 – 12:00

Interacción con el entorno

Marlon Robles
Simulador de transporte masivo

11:00 – 12:00

Habilidades Motrices

Jeison Figueroa – Johan Quevedo
Salón de entrenamiento funcional

14:00 – 16:00

Conduciendo con la cabeza y no con los pies

Marlon Robles
Simulador de transporte masivo

14:00 – 16:00

Manejo del estrés

Sandra Bermudez
Salón Multisensorial

Martes 25

14:00 – 16:00

Exploración Musical

Eduar Galeano
Aula de música

15:00 – 16:00

Muévete al ritmo

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1 piso

MIÉRCOLES

7:00 – 15:00

Clases de natación

Deniss Sanchez
Piscina

7:00 - 17:00

Preparación física Fuerza

Jeisson F. - Johan Q.
Gimnasio Fuerza

8:00 – 16:00

Pilates

Johan Quevedo
Salón de pilates

08:00 – 10:00

Taller de running

Wilmer Velandia
DIVRI y/o alrededores de la DIVRI

8:00 - 10:00

Desafíos cognitivos

Mauricio Clavijo
Lobby

8:30 - 17:00

Preparación física cardiovascular

Johan Quevedo
Gimnasio Cardiovascular

09:00 – 10:00

Aprende a hablar en público

Ada Ujueta
Aula de sistemas 1 y Teams

09:00 – 10:00

Inclusión creativa Beneficiarios + 18

Lina Romero
Comedor 2° piso

10:00 - 12:00

Fortaleza femenina orientación y apoyo

Sandra Bermudez
Aula 8



10:00 – 12:00

Escuela para padres

Lina Romero
Sala de juntas 2°

Miércoles 12

10:00 – 12:00

Estabilidad cintura escapular - hombro

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1 – piso pecera

Miércoles 26

10:00 – 12:00

Estabilidad CORE

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1 – piso pecera

10:00 - 12:00

Biofeedback

Mauricio Noel Clavijo
Salón de Neuropsicología

Miércoles 26

10:00 – 12:00

Exploración Musical

Eduar Galeano
Aula de música

10:00 – 12:00

Recreate

Voluntaria – Elia – Cindy Viasus
Aula de artes

11:00 – 12:00

Retos del lenguaje Beneficiarios + 18

Ada Ujueta
Salón Multisensorial

13:00 – 15:00

Manejo del estrés

Sandra Bermudez
Salón Multisensorial

13:00 – 15:00

Manejo del estrés

Sandra Bermudez
Salón Multisensorial

13:00 – 15:00

Artes avanzado

Voluntaria Eli- Cindy Viasus
Aula de artes

Miércoles 5 Y 26

14:00 – 16:00

Club de la memoria

Mauricio Clavijo
Aula 8

JUEVES

7:00 - 16:00

Clases de natación

Deniss Sanchez
Piscina

7:00 - 17:00

Preparación física Fuerza

Jeisson F. - Johan Q.
Gimnasio Fuerza

8:00 - 17:00

Preparación física cardiovascular

Johan Quevedo
Gimnasio Cardiovascular

8:00 - 17:00

Entrenamiento funcional

Johan Quevedo
Gimnasio Funcional

08:00 – 09:30

ABC Sistemas

Cindy Viasus
Aula de sistemas 3

8:00 – 10:00

Ruta de preparación para la vida laboral

Arturo Vargas – Sandra
Bermudez – Milena Rojas
Aula de sistema 1

08:00 – 09:00

Aprende lengua coreana

Yong Gi Na
Salón Multisensorial

08:00 – 10:00

Taller Empleabilidad

Sandra Bermudez
Aula 8

09:00 – 10:00

Escribir para sanar

Ada Ujueta
Teams

10:00 – 12:00

Tejiendo solidaridad inscripción previa*

Milena Rojas
Biblioteca



10:00 – 11:00

Recrearte

Voluntaria Elia – Cindy
Viasus
Aula de artes

10:00 – 12:00

Fitball-Actividad física en balón – Inscripción previa*

Claudia R. – Jeisson F.
Gimnasio 1° piso

11:00 – 13:00

Club del hemisferio izquierdo inscripción previa*

Ada Ujueta
Teams

11:00 – 12:00

Artes avanzado

Cindy Viasus
Aula sublimación – piso 1°

13:00 – 15:00

Sublimación

Cindy Viasus
Aula sublimación – Piso 1°

VIERNES

7:00 – 15:00

Clases de natación

Deniss Sanchez
Piscina

7:00 – 17:00

Preparación física Fuerza

Jeisson F. – Johan Q.
Gimnasio Fuerza

08:00 – 10:00

Taller de running

Wilmer Velandia
Parque simón Bolívar

8:00 – 16:00

Pilates

Johan Quevedo
Salón de pilates

8:30 – 17:00

Preparación física cardiovascular

Johan Quevedo
Gimnasio Cardiovascular

Viernes 7-14 y 28

08:00 – 11:00

Procesos cognitivos

Mauricio Clavijo
Cogniplus

08:00 – 10:00

Horticultura

Dary Luz Lara
Huerta DIVRI – Jardín externo

09:00 – 10:00

Da tu opinión sin pedir perdón taller mixto virtual presencial

Lina Romero
Salón Multisensorial

10:00 – 11:00

Habilidades especiales: Manejo del tiempo libre Beneficiarios +18

Yong Gi Na
Salón Multisensorial

10:00 – 12:00

Proyecto de vida ciudadano

Maria Fernanda
Aula 8

Viernes 7-14 y 28

10:00 – 11:30

Taller grupo Ball - Dance

Claudia Rodriguez
Gimnasio 1° piso

Viernes 7-14 y 28

12:00 – 13:00

Biofeedback

Mauricio Clavijo
Salón de Neuropsicología

14:00 – 15:00

Habilidades motrices

Jeisson F. Johan Q.
Salón de entrenamiento funcional



CRONOGRAMA

ACTIVIDADES VIRTUALES

LUNES

08:00 - 10:00

Ruta de preparación para la vida laboral

Arturo V – Sandra B – Milena R.
Sala de sistemas 1 – Google meet

11:00 – 12:00

Gimnasia Cerebral

Mauricio Clavijo
Teams

14:00 - 16:00

Club del sueño

Mauricio Clavijo
Teams

14:00 – 15:00

Finanzas Personales

Milena Rojas
Google meet

MARTES

10:00 – 12:00

Salud mental en familia

Maira Bohórquez
Teams

13:00 – 15:00

Proyecto de vida

Maira Bohórquez
Teams

14:00 – 16:00

Habilidades de liderazgo

Gina Toro
Teams

MIÉRCOLES

8:00 – 09:00

Semillero “Escritores de servilleta”

Ada Ujueta
Teams

09:00 – 10:00

Aprende a hablar en público

Ada Ujueta
Teams

10:00 – 12:00

Fortaleza femenina orientación y apoyo

Sandra Bermúdez
Teams

14:00 – 16:00

Mitos del envejecimiento distintas miradas

Gina Toro
Teams

JUEVES

08:00 - 10:00

Ruta de preparación para la vida laboral

Arturo V – Sandra B – Milena R.
Sala de sistemas 1 – Google meet

08:00 – 12:00

Taller empleabilidad

Sandra Bermúdez
Teams

09:00 – 10:00

Escribir para sanar

Ada Ujueta
Teams

11:00 – 12:00

Club del hemisferio Izquierdo

Ada Ujueta
Teams

14:00 – 16:00

Taller fortaleza femenina, orientación y apoyo

Sandra Bermúdez
Teams

VIERNES

08:00 – 10:00

Emprendimiento en sublimación

Milena Rojas
Google meet

09:00 – 10:00

Da tu opinión sin pedir permiso

Lina Romero
Teams

Viernes 07 – 14 Y 28

11:00 – 12:00

Conversatorio con el neuropsicólogo

Mauricio Clavijo
Teams



WhatsApp 313 286 2671