RV: Seminario Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Carmenza Quintero de Leon <cquinterol@sena.edu.co>

Lun 24/07/2023 10:29

Para:Ana Maria Ceballos Forero <ana.ceballos50@soy.sena.edu.co>;Andres David Cuartas Lopez <adcuartas@sena.edu.co>;Andrés Mauricio Giraldo Rondon <agiraldo@sena.edu.co>;Angelica Maria Bejarano Garcia <ambejaranog@sena.edu.co>;Aura Maria Restrepo Mejia <amrestrepom@sena.edu.co>;Carlos Andres Montoya Cardona <camontoyac@sena.edu.co>;Carlos Andres Ocampo Castaño <Cocampoc@sena.edu.co>;Carlos Alberto Guerrero Vanegas <cguerrerov@sena.edu.co>;Carlos Alberto Wagner Restrepo <cawagner@sena.edu.co>;Carlos Alberto Ramirez Sabogal <caramirezs@sena.edu.co>;Carlos Fernando Nausan Ochoa <cfnausan@sena.edu.co>;Carolina Mendoza Castilla <cmendozac@sena.edu.co>;Carolina Zamaida González Pino <czgonzalezp@sena.edu.co>;Cesar Augusto Aponte Londoño <apontel@sena.edu.co>;Cesar Augusto Torres Acevedo <catorresa@sena.edu.co>;Diana Isabel Perdomo Pizo <diperdomo@sena.edu.co>;Diana Lorena Uribe Penagos <duribe@sena.edu.co>;Diana María Guevara Carmona <dmguevarac@sena.edu.co>;Eduar Mario Mejia Puentes <emmejia@sena.edu.co>;Fabio Alfonso Garcia Penagos <fagarcia@sena.edu.co>

CC:Liliana Ortiz Botero <lortizb@sena.edu.co>;Carlos Arturo Valencia Montoya <cvalenciam@sena.edu.co>

1 archivos adjuntos (152 KB)

RV: Seminario Prevención del consumo de sustancias psicoactivas;

Buenos días para todos:

De manera atenta renvío correo, para recordarles la participación al seminario virtual, según correos adjuntos.

Link de ingreso:
https://nam10.safelinks.protection.outlook.com/ap/t-59584e83/?url=https%3A%2F%2Fteams.microsoft.com%2Fl%2Fmeetup-join%2F19%253ameeting_MDU2MmIxMTctMjE4Yy00YmU3LWE3YTUtNzliODdhYjlkMWY1%2540thread.v2%2F0%3Fcontext%3D%257b%2522Tid%2522%253a%2522cbc2c381-2f2e-4d93-91d1-506c9316ace7%2522%252c%2522Oid%2522%253a%2522dc06b1d4-771a-40d6-aea2-1deabe902e92%2522%257d&data=05%7C01%7Clortizb%40sena.edu.co%7C0533856a4fa040302dc508db7e42760c%7Ccbc2c3812f2e4d9391d1506c9316ace7%7C0%7C0%7C638242596171364666%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=bp1LZ3ogEeOYc%2Bw4hI%2Fl86k7U9zUMWW3nzNhWAS5pGM%3D&reserved=0

Saludos y esperamos contar con su asistencia.

Carmenza Quintero de Leon
Centro de Comercio Industria y Turismo - Instructor G20
cquinterol@sena.edu.co
PBX:5461500 Ext:62813
Carrera 18 No. 7-58, Armenia
www.sena.edu.co
@SENAcomunica

De: Liliana Ortiz Botero <lortizb@sena.edu.co>
Enviado el: lunes, 24 de julio de 2023 9:19
Para: Henry Fernández Hernández <hfernandez@sena.edu.co>; Nestor Fabio Jimenez Serna <nfjimenez@sena.edu.co>; Cesar Augusto Ospina Puertas <cospinap@sena.edu.co>; Anstrong Gómez Ríos <anstrong.gomez@sena.edu.co>; Mayela Del Socorro Marin Castaño <msmarin@sena.edu.co>; Diana Marcela Arbelaez Franco <dmarbelaez@sena.edu.co>; John Freddy Velasquez Beltran <jfvelasquezb@sena.edu.co>; Edna Yuvery Patiño Gómez <eypatinog@sena.edu.co>; Paola Andrea Vanegas Loaiza <pvanegasl@sena.edu.co>; Giovanny Vicente Ibarra Palacios <gibarra@sena.edu.co>; Carmenza Quintero de Leon <cquinterol@sena.edu.co>; Carlos Arturo Valencia Montoya <cvalenciam@sena.edu.co>; Margarita Salazar Ramos <masalaza@sena.edu.co>; Pablo Andres Lopez Millan <plopezm@sena.edu.co>; Germán Darío Hernandez Torres <ghernandez@sena.edu.co>; Luis Alberto Gomez Grajales <lagomez@sena.edu.co>; Clara María García Cruz <cmgarciac@sena.edu.co>; Jorge Eliecer Guzman Zuluaga <jguzmanz@sena.edu.co>; Jorge Mario Pardo Castro <jmpardoc@sena.edu.co>; Oscar Ivan Garcia Pineda <ogarcia@sena.edu.co>
Asunto: RE: Seminario Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Muy buenos dias. Les recuerdo la asistencia de sus colaboradores de la actividad Segundo seminario de prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Apreciados y respetados Líderes, muy buenas tardes.

Desde la Dirección general y desde el eje SENA mentalmente saludable, los invitamos, a ustedes y a sus colaboradores al segundo seminario sobre el tema de Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Las adicciones, ya sea al alcohol, las drogas u otros comportamientos adictivos, pueden tener un impacto significativo en la salud física, mental y emocional de los individuos. Al trabajar en la prevención de las adicciones, se busca proteger la salud y el bienestar de los funcionarios y contratistas del SENA, promoviendo un entorno laboral saludable.

Tema: segundo seminario sobre prevención del consumo de sustancias psicoactivas
Fecha: martes 25 de Julio del 2023
Hora: 10:00 AM a 12:00 m
Modalidad: virtual
Capacitadora: Mónica Hoyos Ossa.

Psicóloga, enfermera, especialista en higiene y salud ocupacional y Magister en gestión humana y desarrollo organizacional. Experta en Mindfulness, docente universitaria de la universidad Andina, universidad del Bosque y universidad Nacional consultora y conferencista.

Ver link de ingreso:

https://nam10.safelinks.protection.outlook.com/ap/t-59584e83/?url=https%3A%2F%2Fteams.microsoft.com%2Fl%2Fmeetup-join%2F19%253ameeting_MDU2MmIxMTctMjE4Yy00YmU3LWE3YTUtNzliODdhYjlkMWY1%2540thread.v2%2F0%3Fcontext%3D%257b%2522Tid%2522%253a%2522cbc2c381-2f2e-4d93-91d1-506c9316ace7%2522%252c%2522Oid%2522%253a%2522dc06b1d4-771a-40d6-aea2-1deabe902e92%2522%257d&data=05%7C01%7Clortizb%40sena.edu.co%7C0533856a4fa040302dc508db7e42760c%7Ccbc2c3812f2e4d9391d1506c9316ace7%7C0%7C0%7C638242596171364666%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=bp1LZ3ogEeOYc%2Bw4hI%2Fl86k7U9zUMWW3nzNhWAS5pGM%3D&reserved=0

Liliana Ortiz Botero

Centro Agroindustrial

lortizb@sena.edu.co

PBX:5461500 Ext:62688

Carrera 6 No. 47N - 15, Armenia - Quindío

@SENAcomunica www.sena.edu.co

De: Liliana Ortiz Botero <lortizb@sena.edu.co>
Enviado: martes, 18 de julio de 2023 15:11
Para: Henry Fernández Hernández <hfernandez@sena.edu.co>; Nestor Fabio Jimenez Serna <nfjimenez@sena.edu.co>; Cesar Augusto Ospina Puertas <cospinap@sena.edu.co>; Anstrong Gómez Ríos <anstrong.gomez@sena.edu.co>; Mayela Del Socorro Marin Castaño <msmarin@sena.edu.co>; Diana Marcela Arbelaez Franco <dmarbelaez@sena.edu.co>; John Freddy Velasquez Beltran <jfvelasquezb@sena.edu.co>; Edna Yuvery Patiño Gómez <eypatinog@sena.edu.co>; Paola Andrea Vanegas Loaiza <pvanegasl@sena.edu.co>; Giovanny Vicente Ibarra Palacios <gibarra@sena.edu.co>; Carmenza Quintero de Leon <cquinterol@sena.edu.co>; Carlos Arturo Valencia Montoya <cvalenciam@sena.edu.co>; Margarita Salazar Ramos <masalaza@sena.edu.co>; Pablo Andres Lopez Millan <plopezm@sena.edu.co>; Germán Darío Hernandez Torres <ghernandez@sena.edu.co>; Luis Alberto Gomez Grajales <lagomez@sena.edu.co>; Clara María García Cruz <cmgarciac@sena.edu.co>; Jorge Eliecer Guzman Zuluaga <jguzmanz@sena.edu.co>; Jorge Mario Pardo Castro <jmpardoc@sena.edu.co>; Oscar Ivan Garcia Pineda <ogarcia@sena.edu.co>
Asunto: Seminario Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Apreciados y respetados Líderes, muy buenas tardes.

Desde la Dirección general y desde el eje SENA mentalmente saludable, los invitamos, a ustedes y a sus colaboradores al segundo seminario sobre el tema de Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Las adicciones, ya sea al alcohol, las drogas u otros comportamientos adictivos, pueden tener un impacto significativo en la salud física, mental y emocional de los individuos. Al trabajar en la prevención de las adicciones, se busca proteger la salud y el bienestar de los funcionarios y contratistas del SENA, promoviendo un entorno laboral saludable.

Tema: segundo seminario sobre prevención del consumo de sustancias psicoactivas
Fecha: martes 25 de Julio del 2023
Hora: 10:00 AM a 12:00 m
Modalidad: virtual
Capacitadora: Mónica Hoyos Ossa.
Psicóloga, enfermera, especialista en higiene y salud ocupacional y Magister en gestión humana y desarrollo organizacional. Experta en Mindfulness, docente universitaria de la universidad Andina, universidad del Bosque y universidad Nacional consultora y conferencista.

Ver link de ingreso:

https://nam10.safelinks.protection.outlook.com/ap/t-59584e83/?url=https%3A%2F%2Fteams.microsoft.com%2Fl%2Fmeetup-join%2F19%253ameeting_MDU2MmIxMTctMjE4Yy00YmU3LWE3YTUtNzliODdhYjlkMWY1%2540thread.v2%2F0%3Fcontext%3D%257b%2522Tid%2522%253a%2522cbc2c381-2f2e-4d93-91d1-506c9316ace7%2522%252c%2522Oid%2522%253a%2522dc06b1d4-771a-40d6-aea2-1deabe902e92%2522%257d&data=05%7C01%7Clortizb%40sena.edu.co%7C0533856a4fa040302dc508db7e42760c%7Ccbc2c3812f2e4d9391d1506c9316ace7%7C0%7C0%7C638242596171364666%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=bp1LZ3ogEeOYc%2Bw4hI%2Fl86k7U9zUMWW3nzNhWAS5pGM%3D&reserved=0

Los esperamos.

Liliana Ortiz Botero

Centro Agroindustrial

lortizb@sena.edu.co

PBX:5461500 Ext:62688

Carrera 6 No. 47N - 15, Armenia - Quindío

@SENAcomunica www.sena.edu.co

Liliana Ortiz Botero

Regional Quindío - Contratista

lortizb@sena.edu.co

PBX:5461500 Ext:62688

Avenida Centenario No. 42N-02

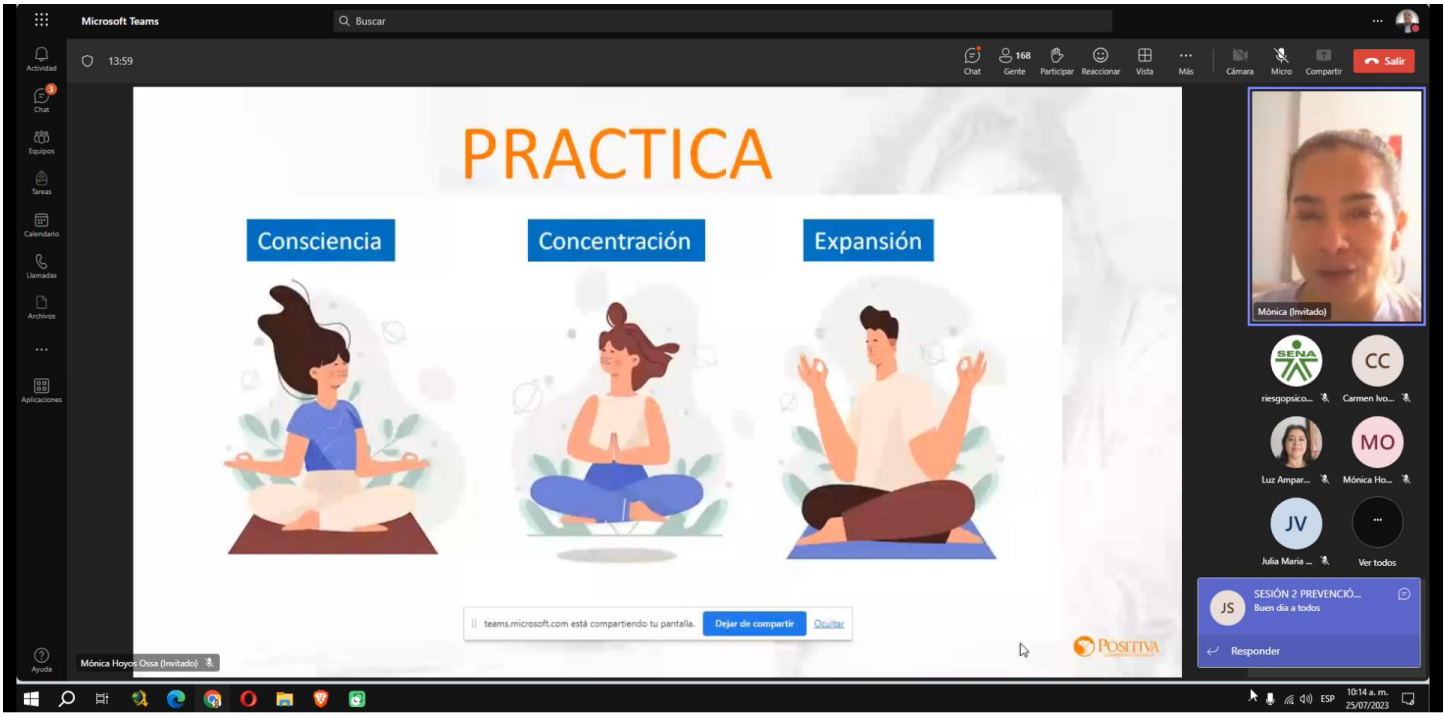
@SENAcomunica www.sena.edu.co

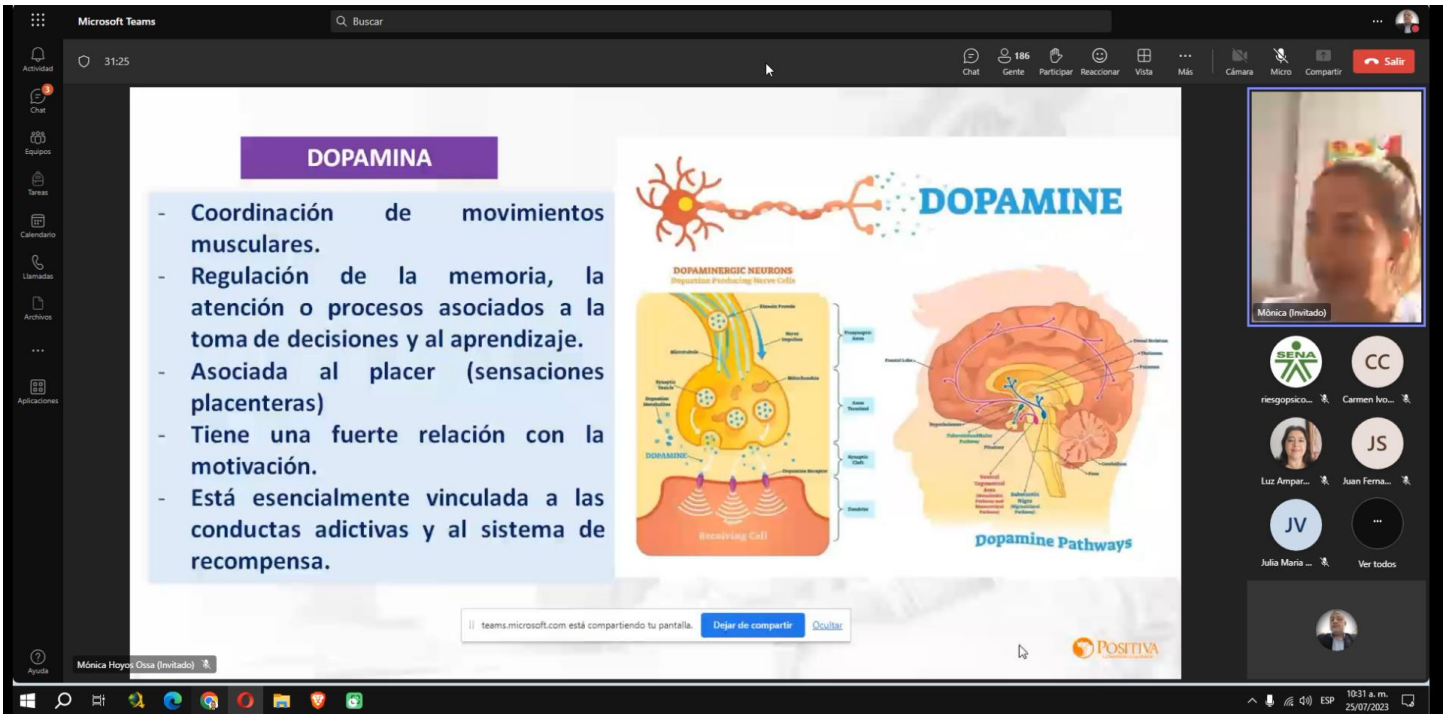
Carmenza Quintero de Leon

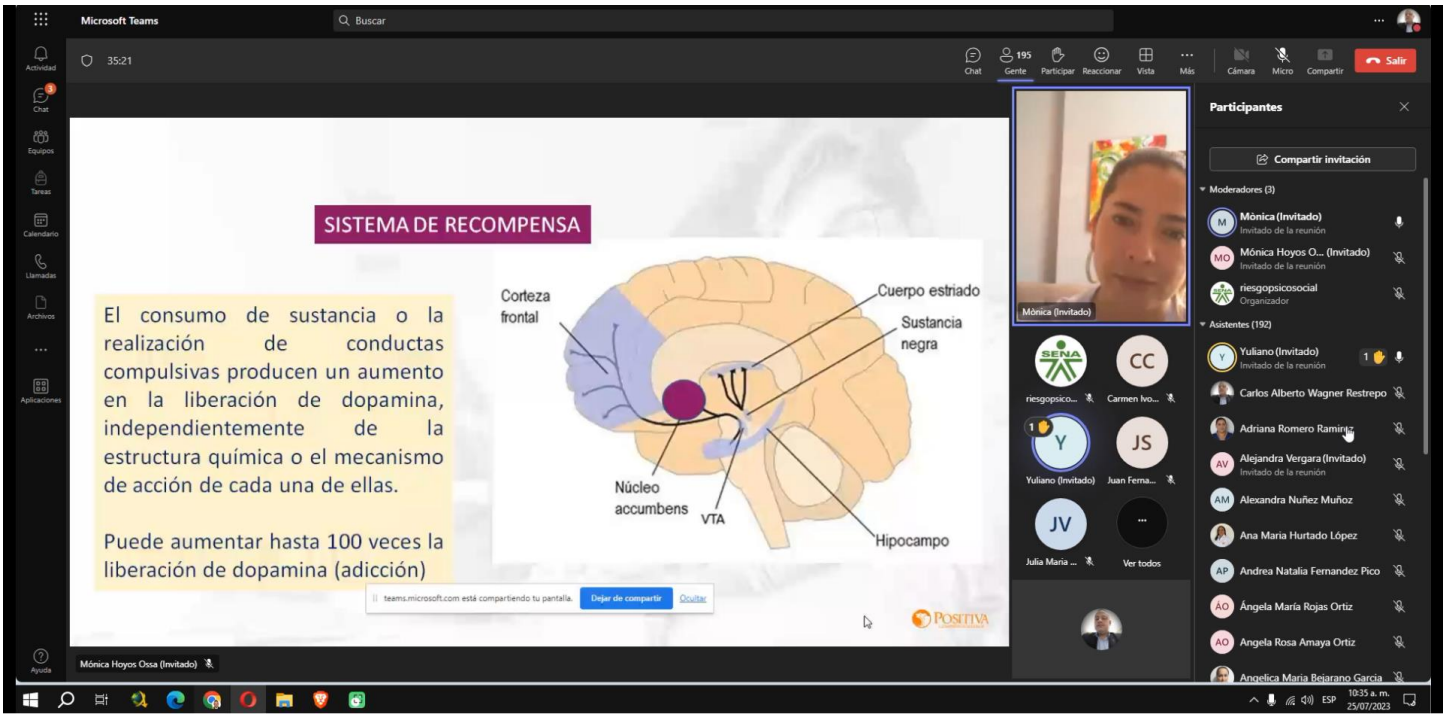
Centro de Comercio Industria y Turismo - Instructor G19
cquinterol@sena.edu.co
PBX:5461500 Ext:62813
Carrera 18 No. 7-58, Armenia

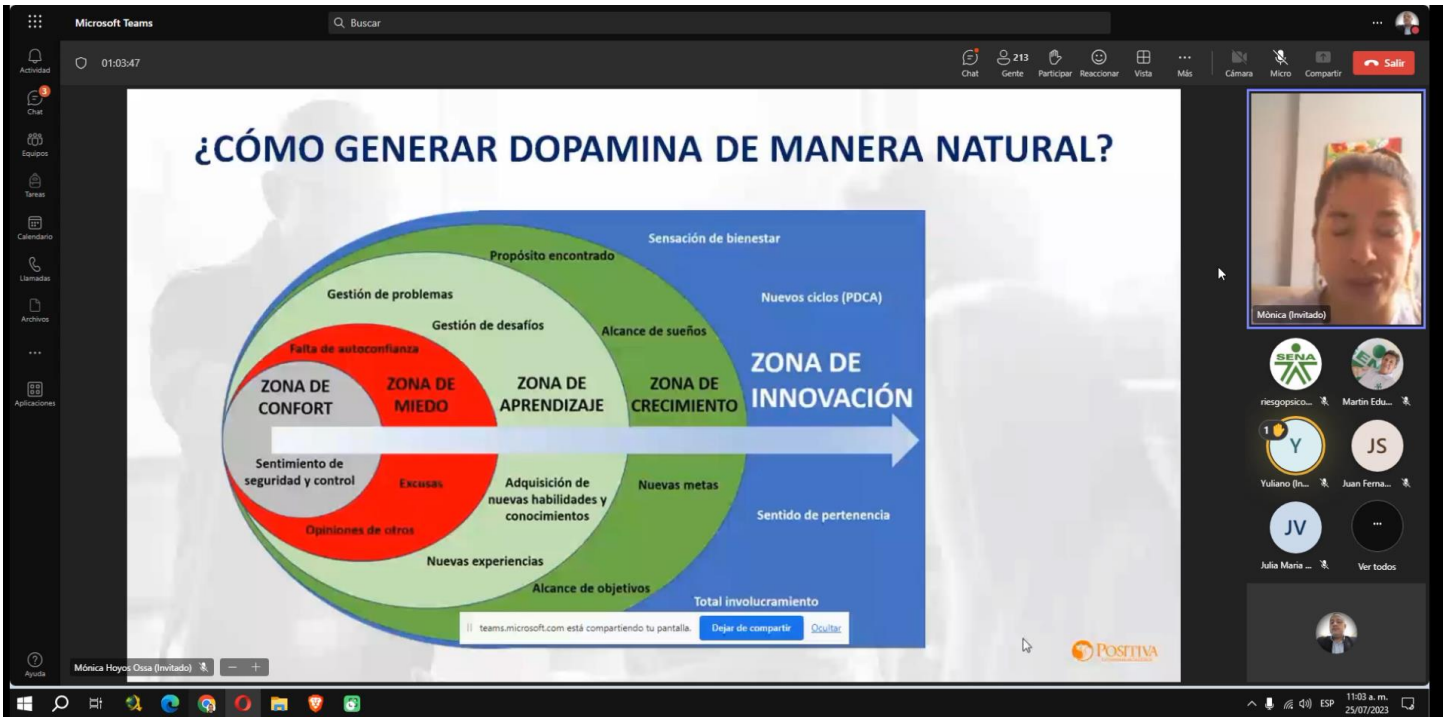
@SENAcomunica www.sena.edu.co

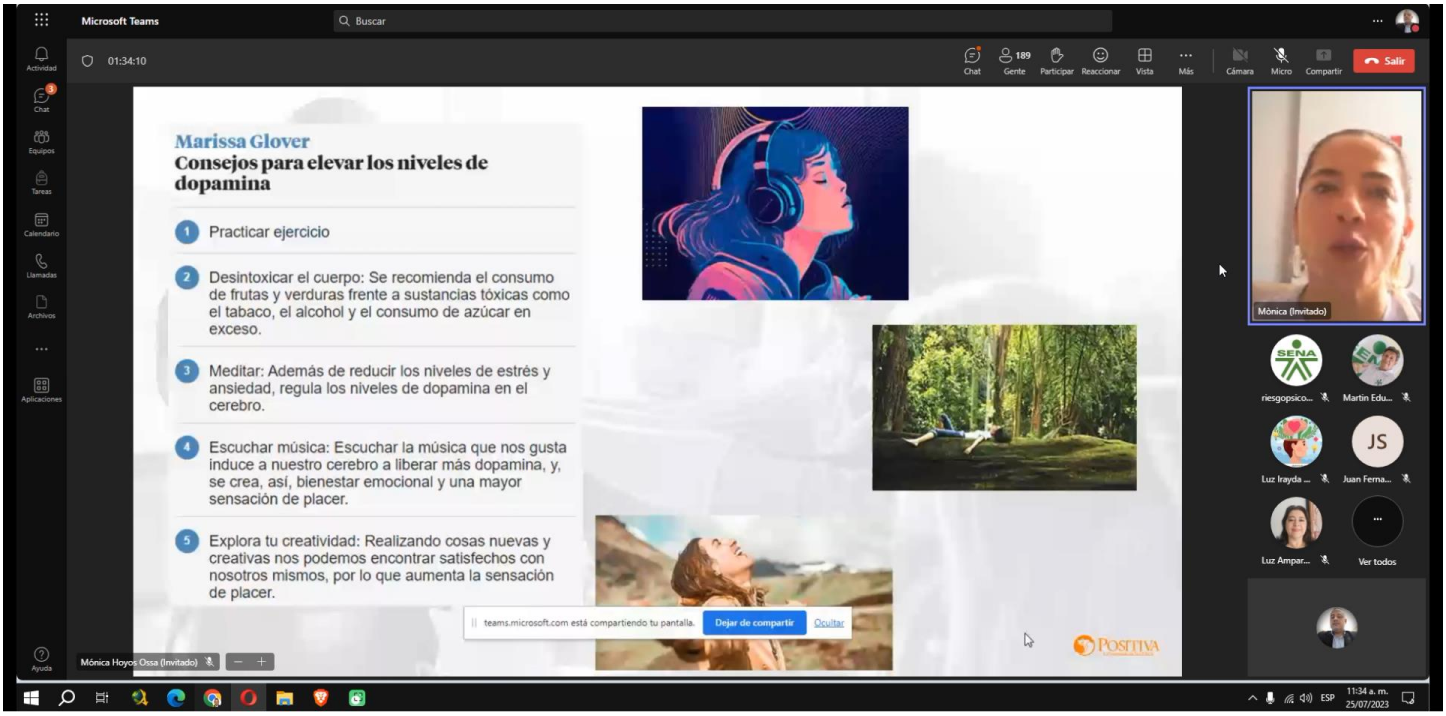
Evidencia 25.5
Asistencia a Seminario Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

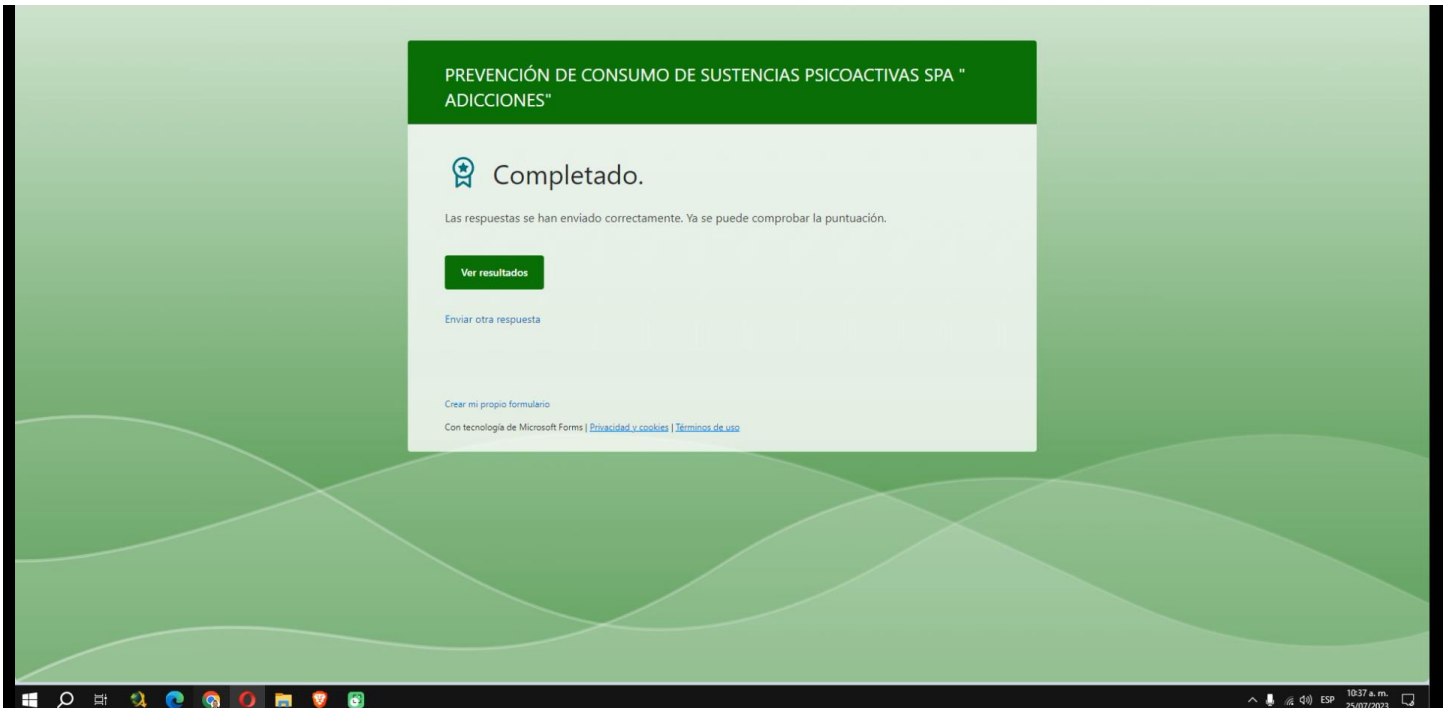





Microsoft Teams
Buscar
35:21
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
SISTEMA DE RECOMPENSA
El consumo de sustancia o la realización de conductas compulsivas producen un aumento en la liberación de dopamina, independientemente de la estructura química o el mecanismo de acción de cada una de ellas.
Puede aumentar hasta 100 veces la liberación de dopamina (adicción)
Corteza frontal
Cuerpo estriado
Sustancia negra
Núcleo accumbens
VTA
Hipocampo
teams.microsoft.com está compartiendo tu pantalla.
Dejar de compartir
Ocultar
Participantes
Compartir invitación
Moderadores (3)
Mónica (Invitado)
Mónica Hoyos O... (Invitado)
riesgopsicosocial
Organizador
Asistentes (192)
Yuliano (Invitado)
Carlos Alberto Wagner Restrepo
Adriana Romero Ramirez
Alejandra Vergara (Invitado)
Alexandra Nuñez Muñoz
Ana Maria Hurtado López
Andrea Natalia Fernandez Pico
Ángela María Rojas Ortiz
Angela Rosa Amaya Ortiz
Angelica Maria Bejarano Garcia
Mónica Hoyos Ossa (Invitado)
10:35 a. m.
25/07/2023


Microsoft Teams
Buscar
01:03:47
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
¿CÓMO GENERAR DOPAMINA DE MANERA NATURAL?
Sensación de bienestar
Propósito encontrado
Gestión de problemas
Nuevos ciclos (PDCA)
Gestión de desafíos
Alcance de sueños
Falta de autoconfianza
ZONA DE CONFORT
ZONA DE MIEDO
ZONA DE APRENDIZAJE
ZONA DE CRECIMIENTO
ZONA DE INNOVACIÓN
Sentimiento de seguridad y control
Excusas
Adquisición de nuevas habilidades y conocimientos
Nuevas metas
Sentido de pertenencia
Opiniones de otros
Nuevas experiencias
Alcance de objetivos
Total involucramiento
teams.microsoft.com está compartiendo tu pantalla.
Dejar de compartir
Ocultar
Mónica (Invitado)
Mónica Hoyos Ossa (Invitado)
11:03 a. m.
25/07/2023


Microsoft Teams
Buscar
01:34:10
Chat
189
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Actividad
Chat
Equipos
Tareas
Calendario
Llamadas
Archivos
Aplicaciones
Ayuda
Marissa Glover
Consejos para elevar los niveles de dopamina
1 Practicar ejercicio
2 Desintoxicar el cuerpo: Se recomienda el consumo de frutas y verduras frente a sustancias tóxicas como el tabaco, el alcohol y el consumo de azúcar en exceso.
3 Meditar: Además de reducir los niveles de estrés y ansiedad, regula los niveles de dopamina en el cerebro.
4 Escuchar música: Escuchar la música que nos gusta induce a nuestro cerebro a liberar más dopamina, y, se crea, así, bienestar emocional y una mayor sensación de placer.
5 Explora tu creatividad: Realizando cosas nuevas y creativas nos podemos encontrar satisfechos con nosotros mismos, por lo que aumenta la sensación de placer.
teams.microsoft.com está compartiendo tu pantalla.
Dejar de compartir
Ocultar
Positiva
Mónica (Invitado)
riesgopsico...
Martin Edu...
Luz Irayda ...
JS
Juan Ferna...
Luz Ampar...
Ver todos
Mónica Hoyos Ossa (Invitado)
ESP
11:34 a. m.
25/07/2023


PREVENCIÓN DE CONSUMO DE SUSTENCIAS PSICOACTIVAS SPA " ADICCIONES"
Completado.
Las respuestas se han enviado correctamente. Ya se puede comprobar la puntuación.
Ver resultados
Enviar otra respuesta
Crear mi propio formulario
Con tecnología de Microsoft Forms | Privacidad y cookies | Términos de uso
ESP
10:37 a. m.
25/07/2023