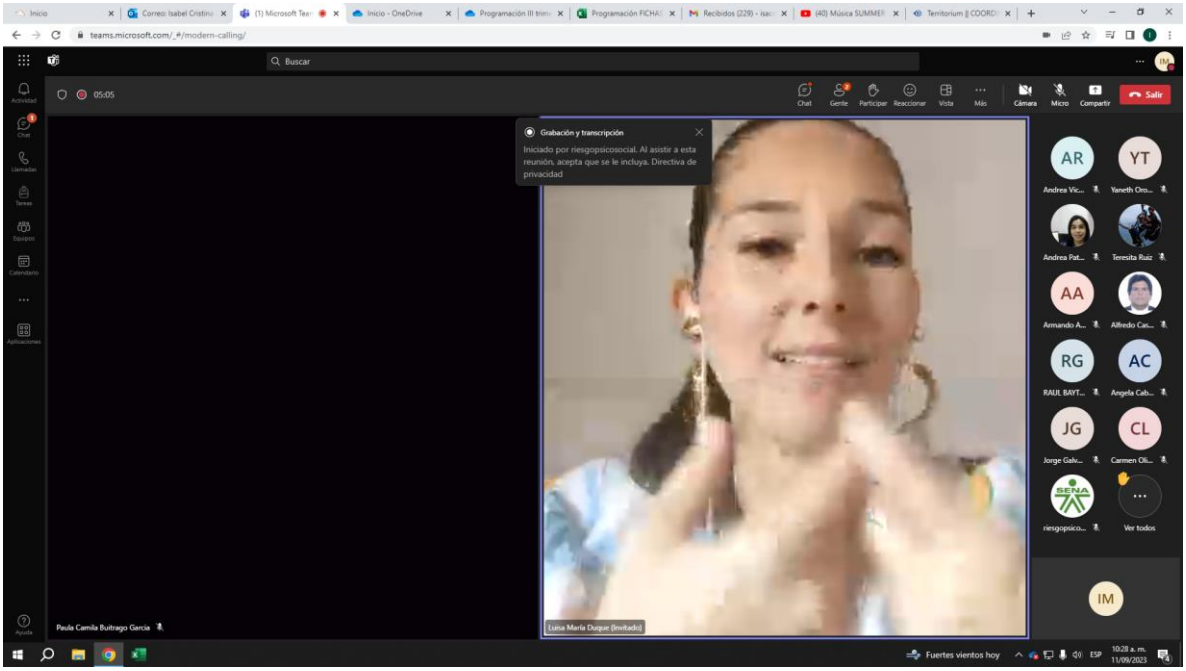
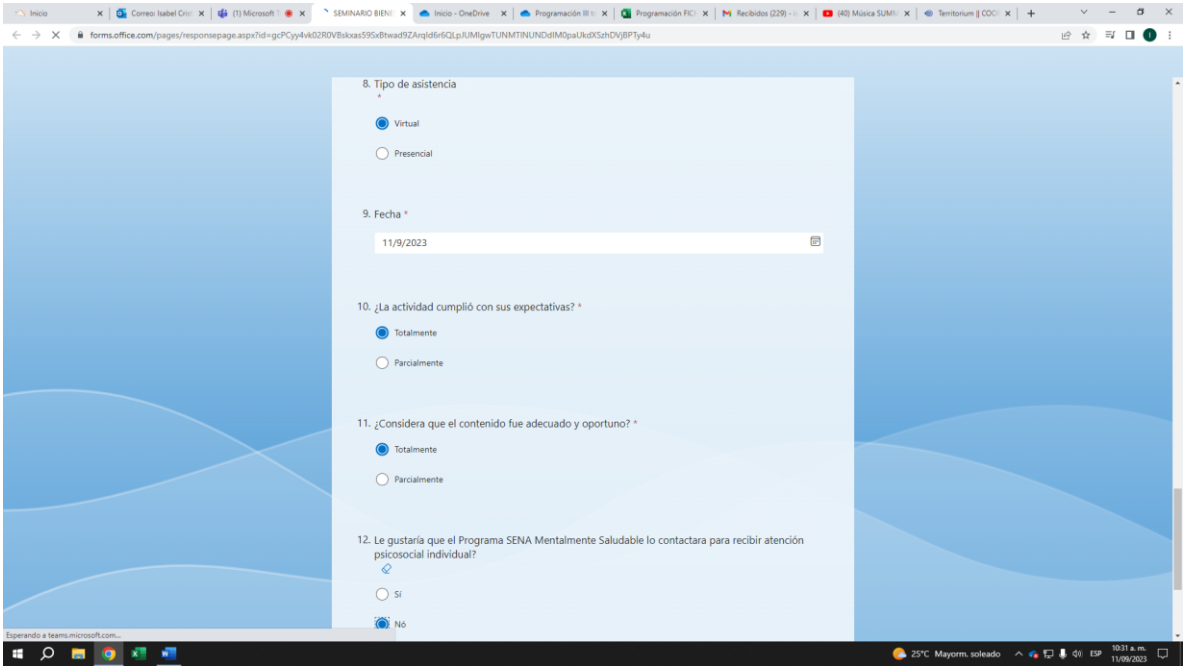
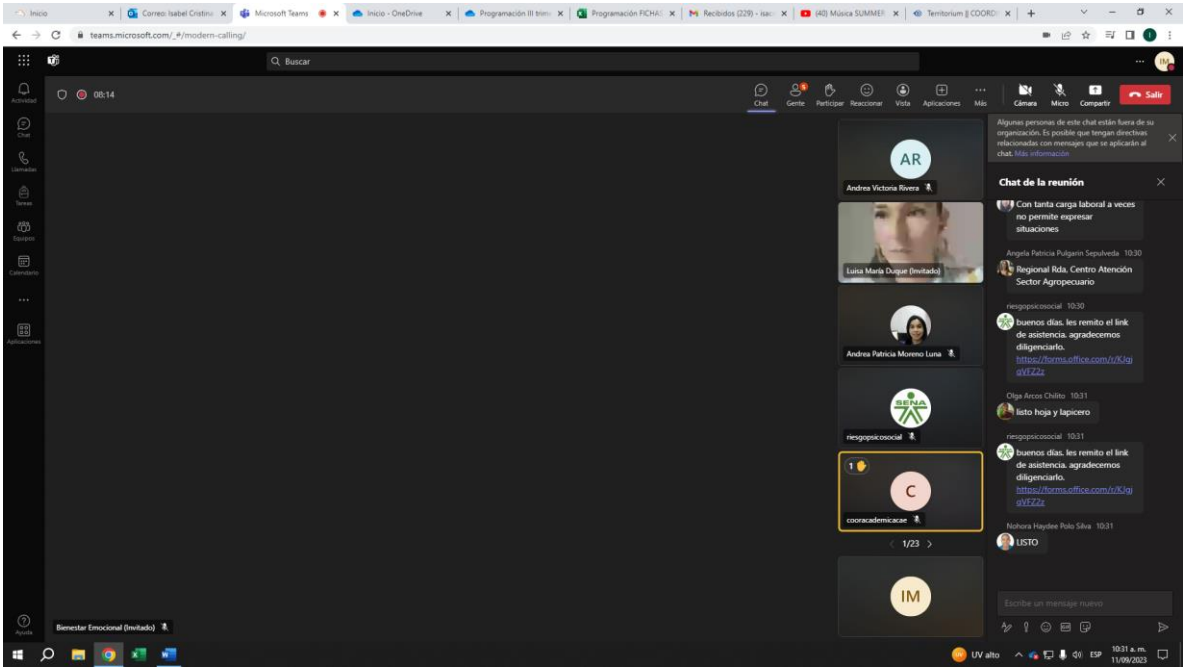
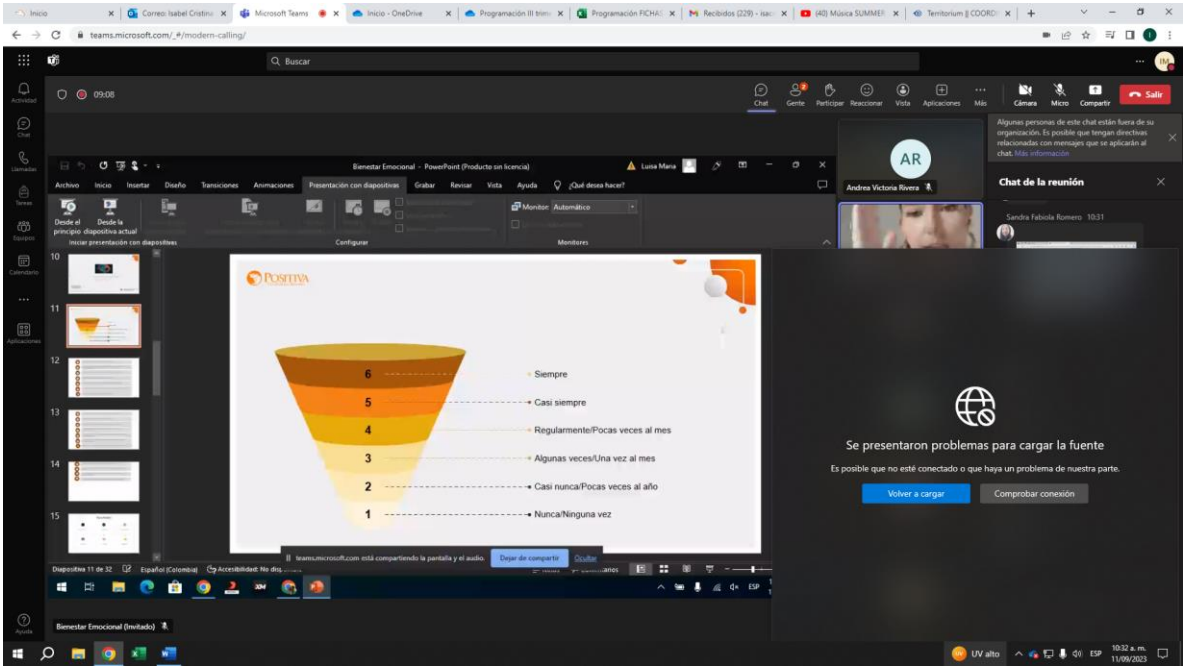
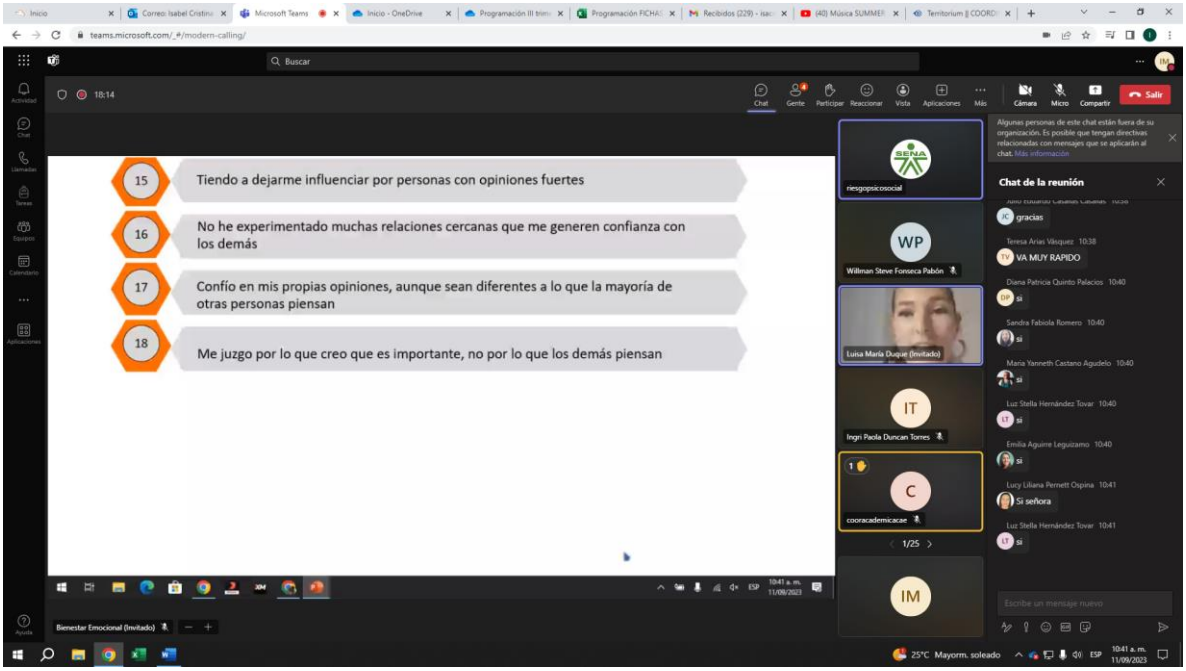
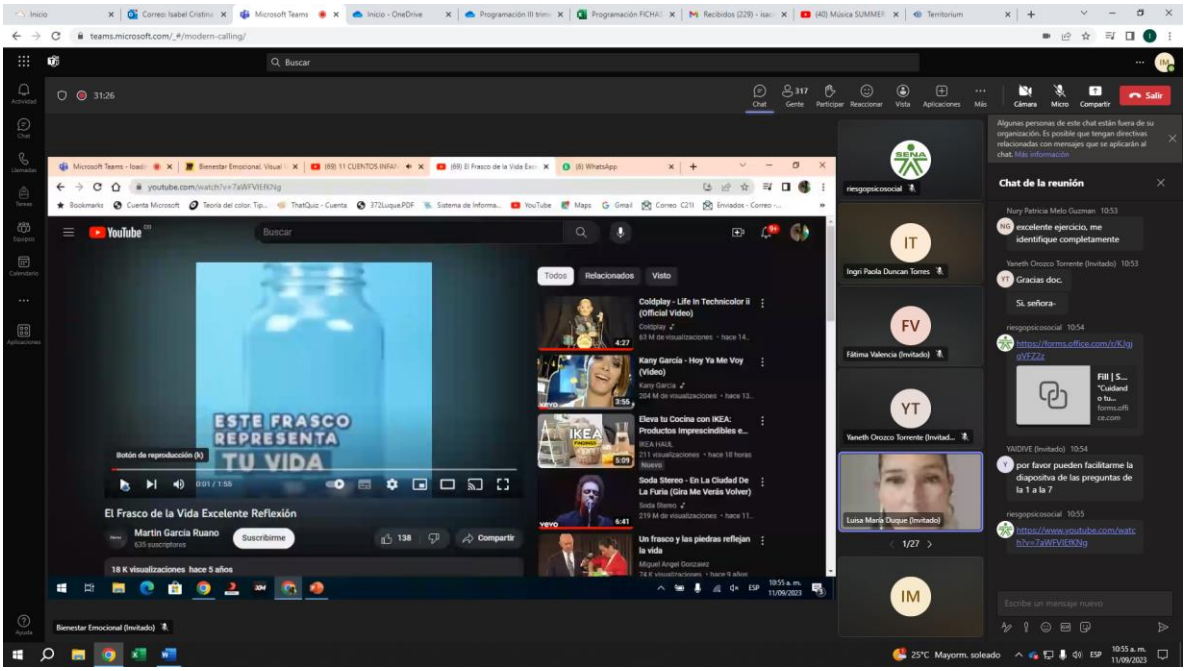

Buscar
05:05
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Grabación y transcripción
Iniciado por riesgopsicosocial. Al asistir a esta reunión, acepta que se le incluya. Directiva de privacidad
AR
YT
Andrea Vic...
Yaneth Oro...
Andrea Pat...
Teresita Ruiz
AA
Armando A...
Alfredo Cas...
RG
AC
RAUL BAYT...
Angela Cab...
JG
CL
Jorge Galv...
Carmen Oli...
riesgopsico...
Ver todos
IM
Paula Camila Buitrago Garcia
Luisa María Duque (Invitado)
Fuertes vientos hoy
ESP
10:28 a. m.
11/09/2023

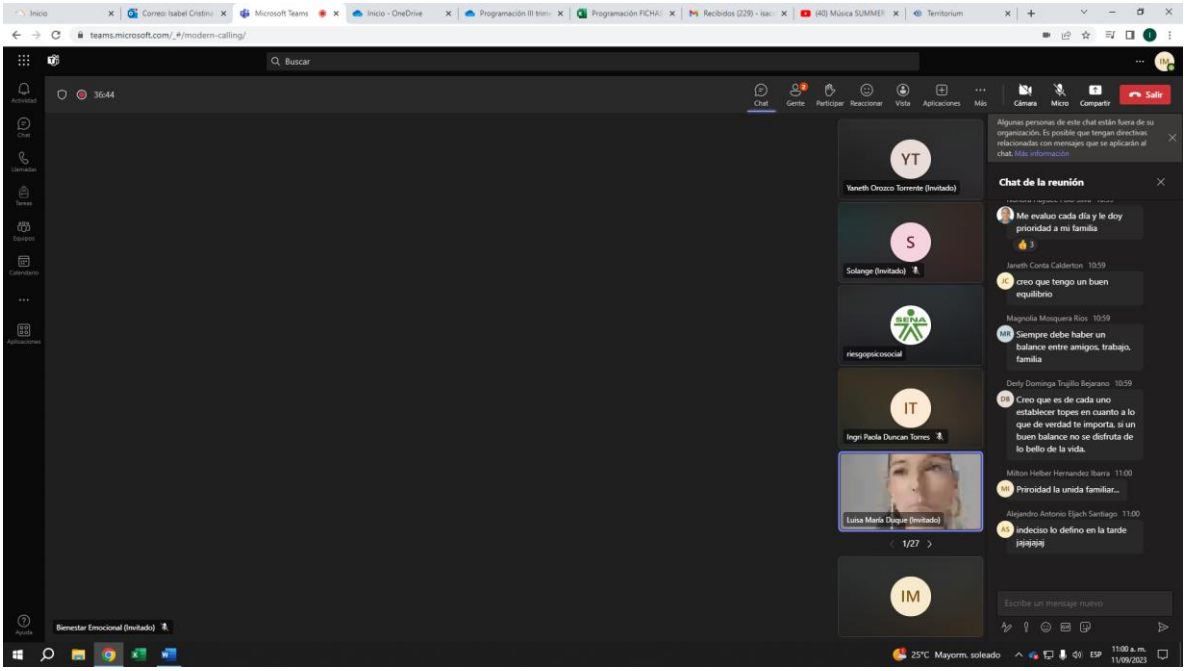

forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=gcPCyy4vk02R0VBskxas59SxBtwad9ZArqId6r6QLpJUMlgwTUNMTlNUNDdlM0paUkdXSzhDVjBPTy4u
8. Tipo de asistencia *
Virtual
Presencial
9. Fecha *
11/9/2023
10. ¿La actividad cumplió con sus expectativas? *
Totalmente
Parcialmente
11. ¿Considera que el contenido fue adecuado y oportuno? *
Totalmente
Parcialmente
12. Le gustaría que el Programa SENA Mentalmente Saludable lo contactara para recibir atención psicosocial individual?
Sí
No
Esperando a teams.microsoft.com...
25°C Mayorm. soleado
ESP
10:31 a. m.
11/09/2023

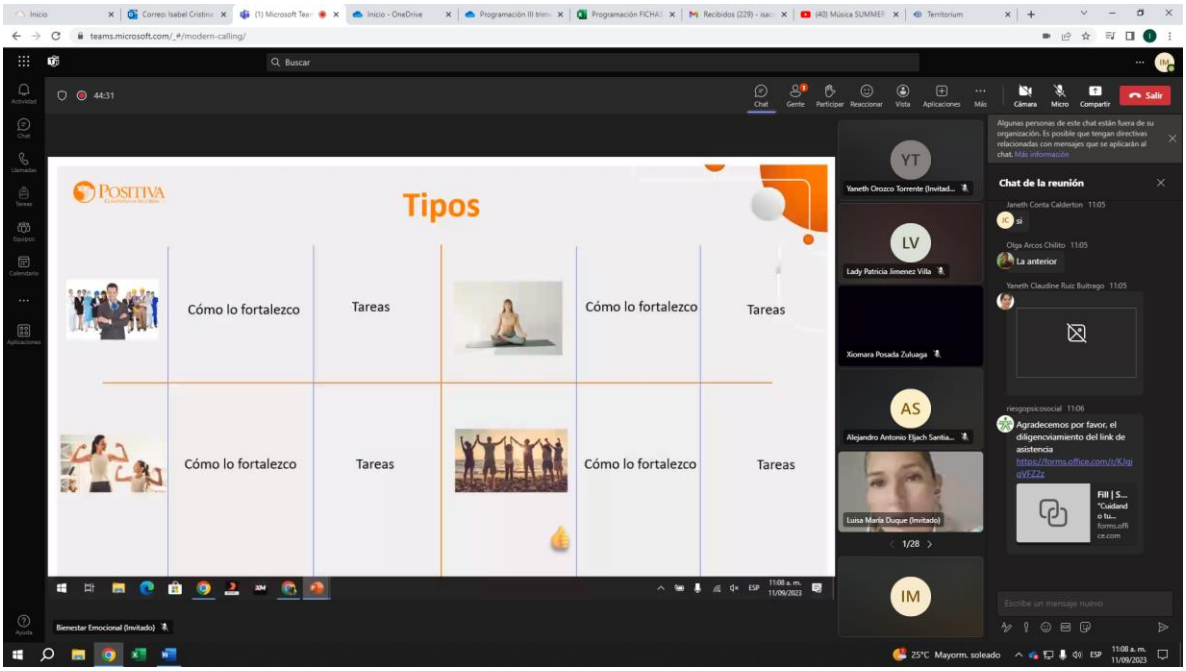

Buscar
08:14
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
AR
Andrea Victoria Rivera
Luisa María Duque (Invitado)
Andrea Patricia Moreno Luna
riesgopsicosocial
C
cooracademicacae
1/23
IM
Bienestar Emocional (Invitado)
Algunas personas de este chat están fuera de su organización. Es posible que tengan directivas relacionadas con mensajes que se aplicarán al chat. Más información
Chat de la reunión
Con tanta carga laboral a veces no permite expresar situaciones
Angela Patricia Pulgarin Sepulveda 10:30
Regional Rda, Centro Atención Sector Agropecuario
riesgopsicosocial 10:30
buenos días. les remito el link de asistencia. agradecemos diligenciarlo.
https://forms.office.com/r/KJqjqVfZZz
Olga Arcos Chilito 10:31
listo hoja y lapicero
riesgopsicosocial 10:31
buenos días. les remito el link de asistencia. agradecemos diligenciarlo.
https://forms.office.com/r/KJqjqVfZZz
Nohora Haydee Polo Silva 10:31
LISTO
Escribe un mensaje nuevo
UV alto
ESP
10:31 a. m.
11/09/2023

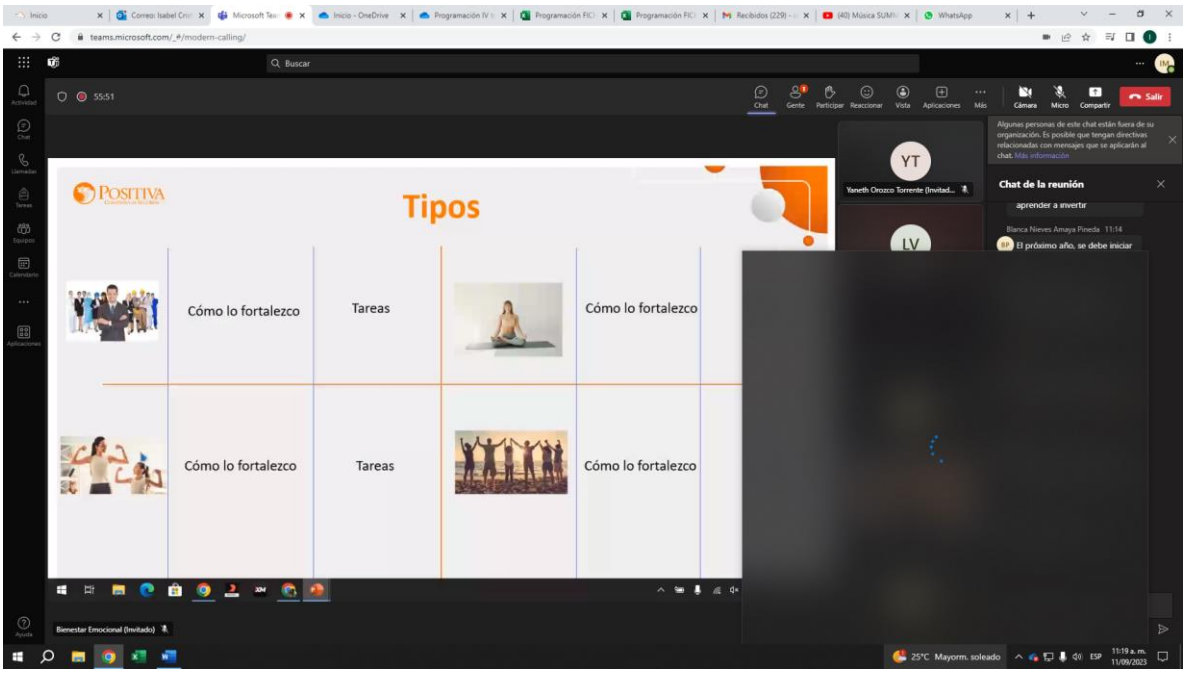

Buscar
09:08
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Bienestar Emocional - PowerPoint (Producto sin licencia)
Luisa Maria
Archivo
Inicio
Insertar
Diseño
Transiciones
Animaciones
Presentación con diapositivas
Grabar
Revisar
Vista
Ayuda
¿Qué desea hacer?
Desde el principio
Desde la diapositiva actual
Iniciar presentación con diapositivas
Configurar
Monitor
Automático
Monitores
POSITIVA
6 Siempre
5 Casi siempre
4 Regularmente/Pocas veces al mes
3 Algunas veces/Una vez al mes
2 Casi nunca/Pocas veces al año
1 Nunca/Ninguna vez
teams.microsoft.com está compartiendo la pantalla y el audio.
Dejar de compartir
Ocultar
Diapositiva 11 de 32
Español (Colombia)
Accesibilidad: No disponible
AR
Andrea Victoria Rivera
Chat de la reunión
Sandra Fabiola Romero 10:31
Se presentaron problemas para cargar la fuente
Es posible que no esté conectado o que haya un problema de nuestra parte.
Volver a cargar
Comprobar conexión
Bienestar Emocional (Invitado)
UV alto
ESP
10:32 a. m.
11/09/2023

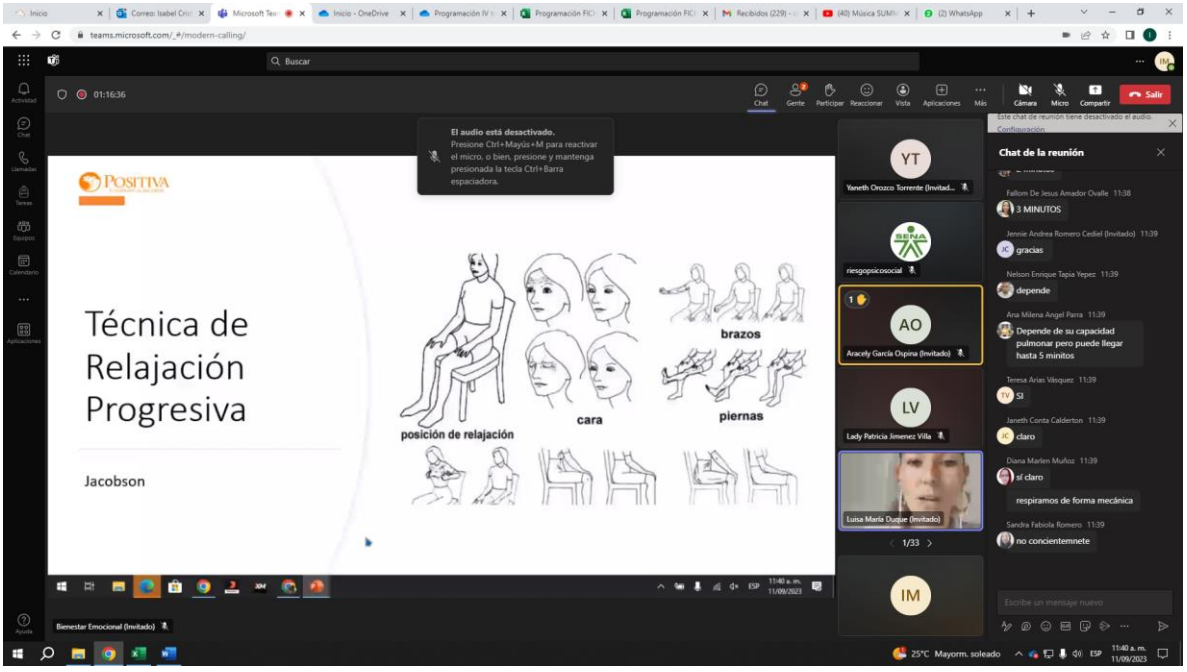

15 Tiendo a dejarme influenciar por personas con opiniones fuertes
16 No he experimentado muchas relaciones cercanas que me generen confianza con los demás
17 Confío en mis propias opiniones, aunque sean diferentes a lo que la mayoría de otras personas piensan
18 Me juzgo por lo que creo que es importante, no por lo que los demás piensan
Chat de la reunión
gracias
VA MUY RAPIDO
si
Si señora
Escribe un mensaje nuevo

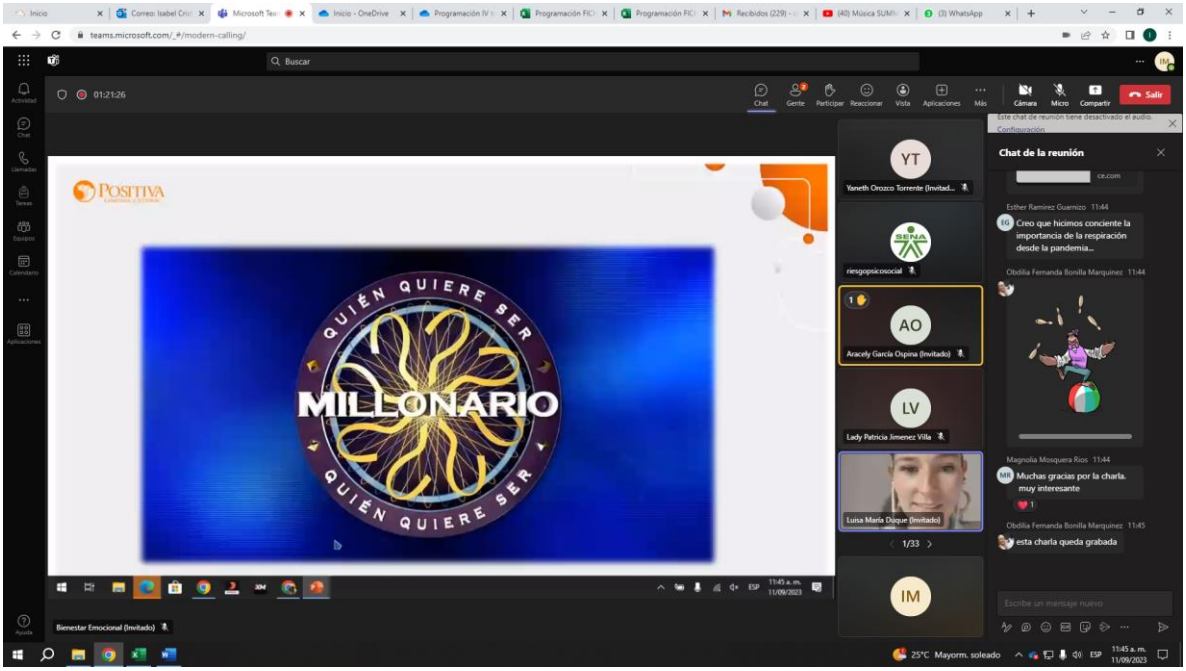

ESTE FRASCO REPRESENTA TU VIDA
El Frasco de la Vida Excelente Reflexión
Chat de la reunión
excelente ejercicio, me identifique completamente
Gracias doc.
Si, señora-
por favor pueden facilitarme la diapositiva de las preguntas de la 1 a la 7
Escribe un mensaje nuevo

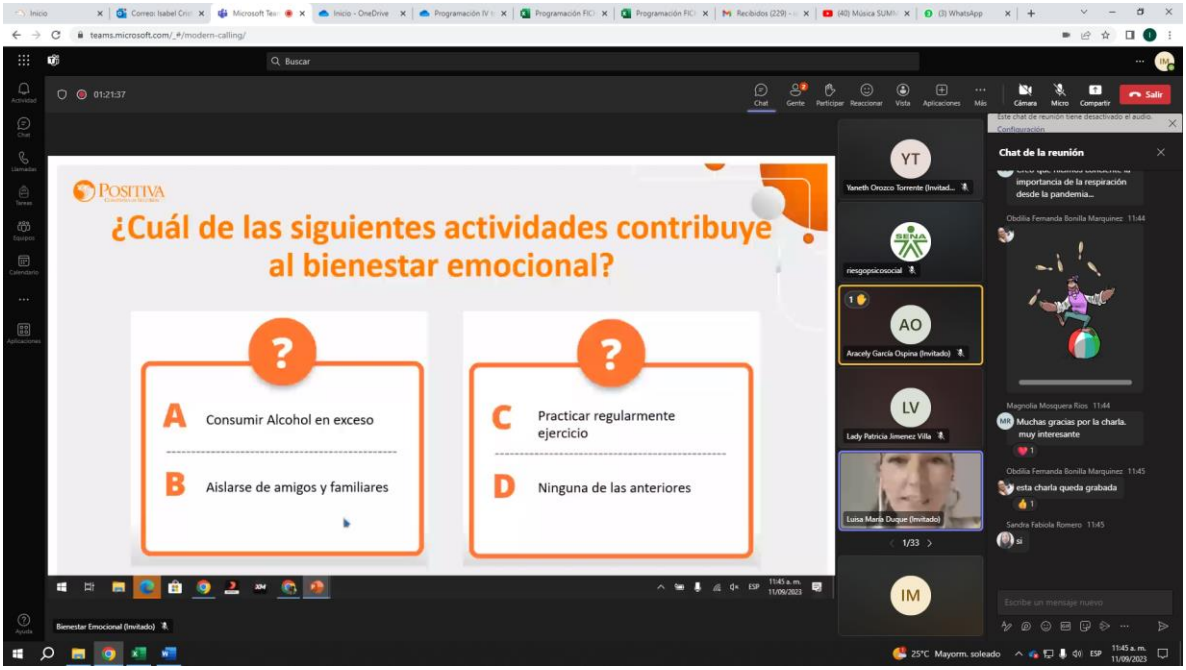

Buscar
36:44
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
YT
Yaneth Orozco Torrente (Invitado)
S
Solange (Invitado)
riesgopsicosocial
IT
Ingri Paola Duncan Torres
Luisa María Duque (Invitado)
1/27
IM
Chat de la reunión
Me evaluo cada día y le doy prioridad a mi familia
Janeth Conta Calderton 10:59
creo que tengo un buen equilibrio
Magnolia Mosquera Rios 10:59
Siempre debe haber un balance entre amigos, trabajo, familia
Derly Dominga Trujillo Bejarano 10:59
Creo que es de cada uno establecer topes en cuanto a lo que de verdad te importa, si un buen balance no se disfruta de lo bello de la vida.
Milton Helber Hernandez Ibarra 11:00
Priroidad la unida familiar...
Alejandro Antonio Eljach Santiago 11:00
indeciso lo defino en la tarde jajajajaj
Bienestar Emocional (Invitado)
25°C Mayorm. soleado
ESP
11:00 a. m.
11/09/2023

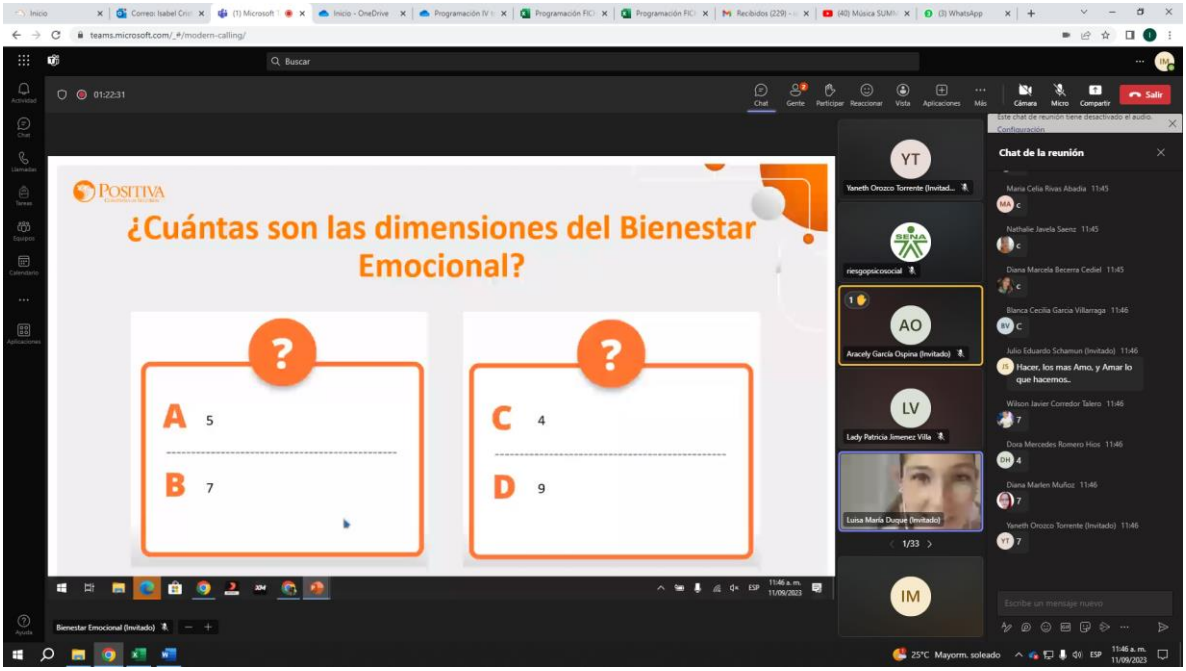

Buscar
44:31
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
POSITIVA
Tipos
Cómo lo fortalezco
Tareas
Cómo lo fortalezco
Tareas
Cómo lo fortalezco
Tareas
Cómo lo fortalezco
Tareas
YT
Yaneth Orozco Torrente (Invitad...
LV
Lady Patricia Jimenez Villa
Xiomara Posada Zuluaga
AS
Alejandro Antonio Eljach Santia...
Luisa María Duque (Invitado)
1/28
IM
Chat de la reunión
Janeth Conta Calderton 11:05
si
Olga Arcos Chilito 11:05
La anterior
Yaneth Claudine Ruiz Buitrago 11:05
riesgopsicosocial 11:06
Agradecemos por favor, el diligenciamiento del link de asistencia
https://forms.office.com/r/KJqiVFZ2z
Fill | S...
"Cuidando tu...
forms.office.com
Bienestar Emocional (Invitado)
25°C Mayorm. soleado
ESP
11:08 a. m.
11/09/2023

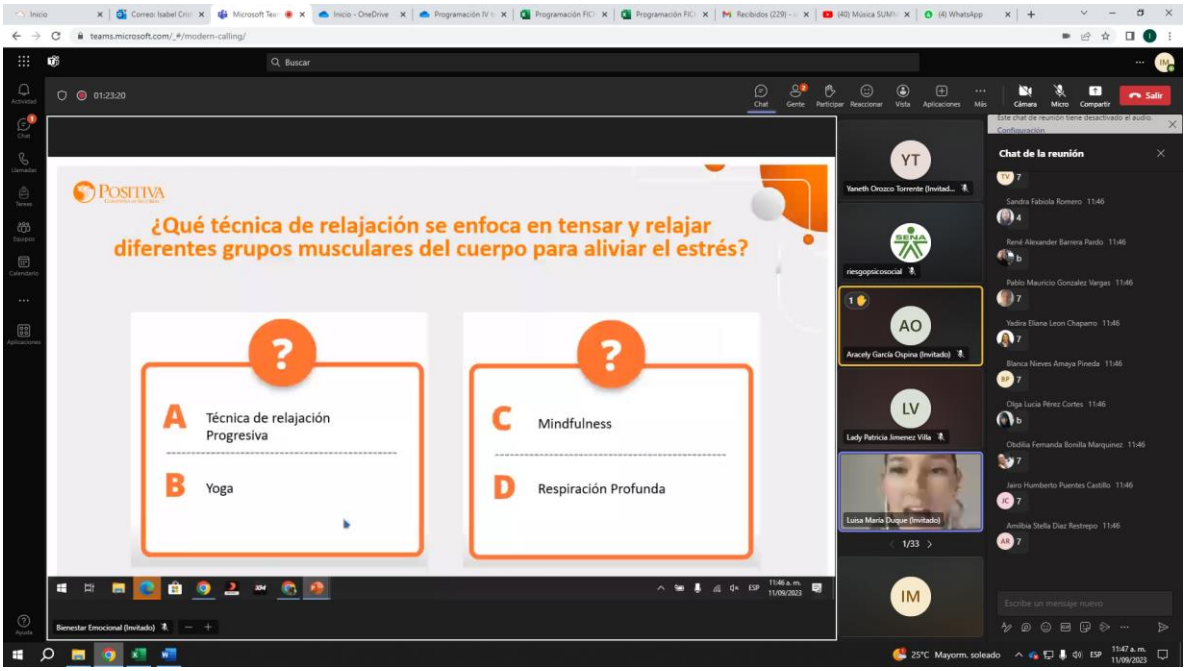

Tipos
Cómo lo fortalezco
Tareas
Cómo lo fortalezco
Cómo lo fortalezco
Tareas
Cómo lo fortalezco
Chat de la reunión
aprender a invertir
El próximo año, se debe iniciar

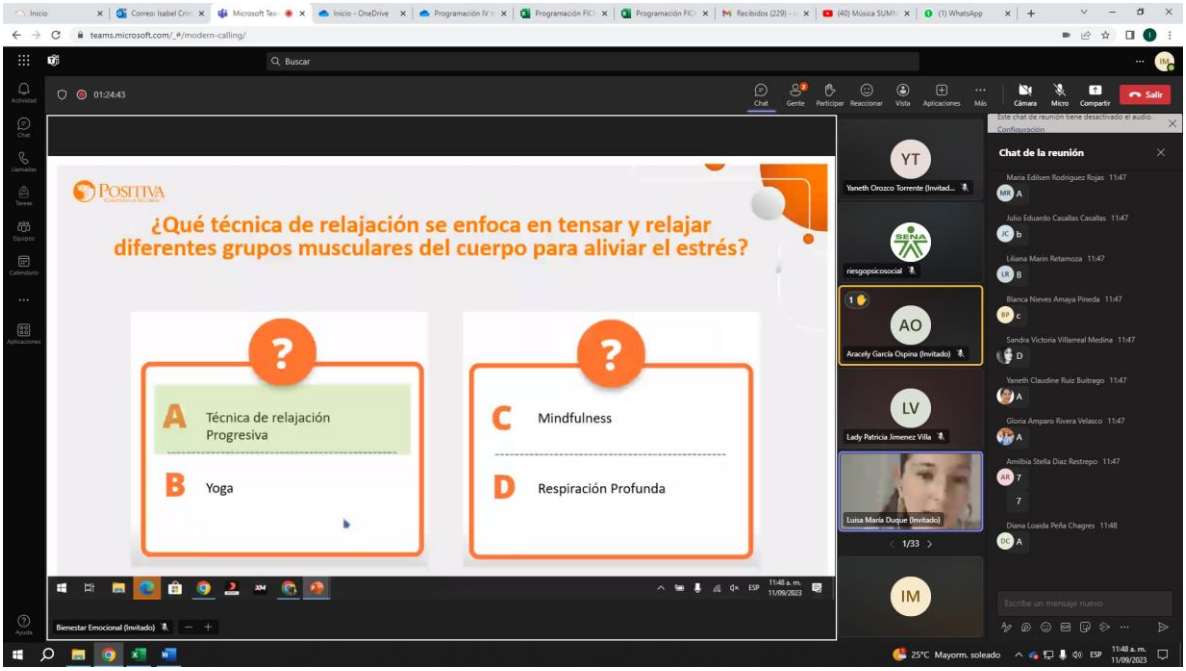

El audio está desactivado.
Técnica de Relajación Progresiva
Jacobson
posición de relajación
cara
brazos
piernas
Chat de la reunión
3 MINUTOS
gracias
depende
Depende de su capacidad pulmonar pero puede llegar hasta 5 minitos
SI
claro
sí claro
respiramos de forma mecánica
no concientemnete

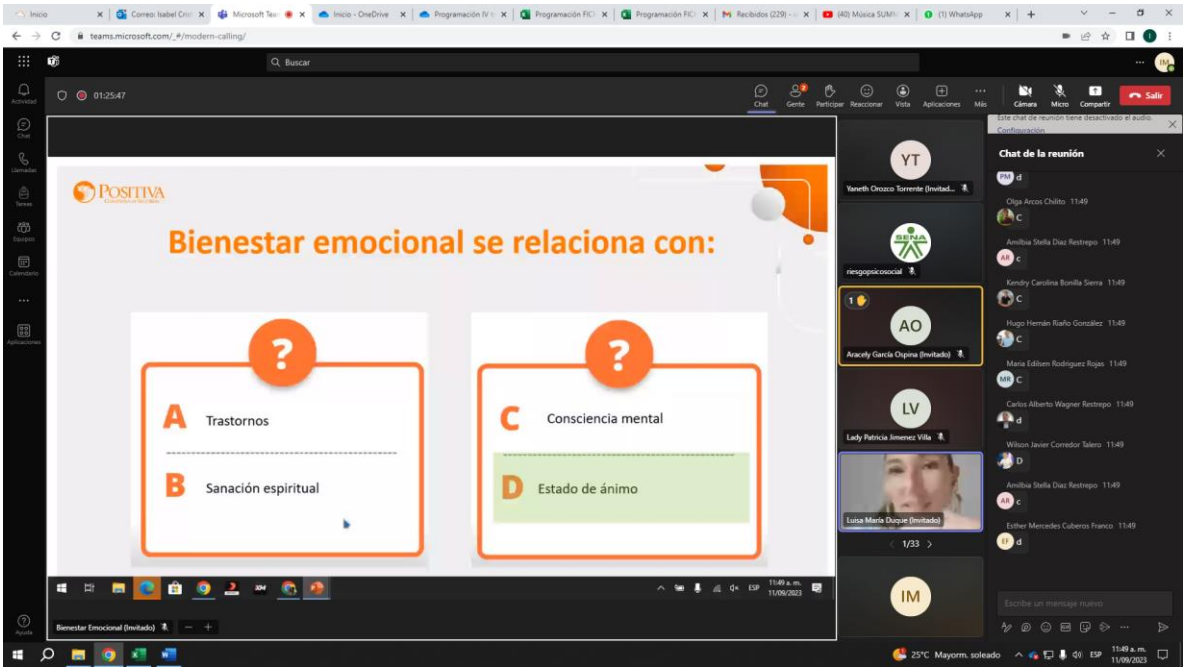

Buscar
01:21:26
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
POSITIVA
QUIÉN QUIERE SER
MILLONARIO
QUIÉN QUIERE SER
Chat de la reunión
Esther Ramirez Guarnizo 11:44
Creo que hicimos conciente la importancia de la respiración desde la pandemia...
Obdilia Fernanda Bonilla Marquinez 11:44
Magnolia Mosquera Rios 11:44
Muchas gracias por la charla. muy interesante
Obdilia Fernanda Bonilla Marquinez 11:45
esta charla queda grabada
Escribe un mensaje nuevo
YT
Yaneth Orozco Torrente (Invitad...
riesgopsicosocial
AO
Aracely García Ospina (Invitado)
LV
Lady Patricia Jimenez Villa
Luisa María Duque (Invitado)
1/33
IM
Bienestar Emocional (Invitado)
25°C Mayorm. soleado
ESP
11:45 a. m.
11/09/2023


Buscar
01:21:37
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
POSITIVA
¿Cuál de las siguientes actividades contribuye al bienestar emocional?
A Consumir Alcohol en exceso
B Aislarse de amigos y familiares
C Practicar regularmente ejercicio
D Ninguna de las anteriores
Chat de la reunión
importancia de la respiración desde la pandemia...
Obdilia Fernanda Bonilla Marquinez 11:44
Magnolia Mosquera Rios 11:44
Muchas gracias por la charla. muy interesante
Obdilia Fernanda Bonilla Marquinez 11:45
esta charla queda grabada
Sandra Fabiola Romero 11:45
si
Escribe un mensaje nuevo
YT
Yaneth Orozco Torrente (Invitad...
riesgopsicosocial
AO
Aracely García Ospina (Invitado)
LV
Lady Patricia Jimenez Villa
Luisa María Duque (Invitado)
1/33
IM
Bienestar Emocional (Invitado)
25°C Mayorm. soleado
ESP
11:45 a. m.
11/09/2023


POSITIVA
¿Cuántas son las dimensiones del Bienestar Emocional?
A 5
B 7
C 4
D 9
Chat de la reunión
Hacer, los mas Amo, y Amar lo que hacemos..


POSITIVA
¿Qué técnica de relajación se enfoca en tensar y relajar diferentes grupos musculares del cuerpo para aliviar el estrés?
A Técnica de relajación Progresiva
B Yoga
C Mindfulness
D Respiración Profunda
Chat de la reunión


POSITIVA
¿Qué técnica de relajación se enfoca en tensar y relajar diferentes grupos musculares del cuerpo para aliviar el estrés?
A Técnica de relajación Progresiva
B Yoga
C Mindfulness
D Respiración Profunda
Chat de la reunión
Salir


POSITIVA
Bienestar emocional se relaciona con:
A Trastornos
B Sanación espiritual
C Consciencia mental
D Estado de ánimo
Chat de la reunión
Salir


POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS
Gracias
LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS
Pacto Global
Red Colombia
MINISTERIO DE HACIENDA Y
CRÉDITO PÚBLICO
Chat de la reunión
Muchas gracias
Gracias
excelente orientadora y
actividades. Gracias
trabajar la dimension espiritual,
para poder trabaja las restantes
muchas gracias
Gracias
Me recuerdas por soda con
seis
Muchas gracias.
Yaneth Orozco Torrente (Invitad...
riesgopsicosocial
Aracely García Ospina (Invitado)
Xiomara Posada Zuluaga
Luisa María Duque (Invitado)
1/34
Bienestar Emocional (Invitado)