INFORME DE ACTIVIDADES

FECHA:	27 de Marzo del 2020
OBJETIVO ESTRATÉGICO:	Implementar proyectos de acompañamiento para el desarrollo integral del aprendiz en su proceso formativo
OBJETIVO OPERATIVO:	Desarrollar habilidades blandas para la vida y el trabajo
ACTIVIDAD:	Taller virtual de Salud Mental
RESPONSABLE:	Psicóloga Viviana Ricaurte Quimbayo, Medico Desiret Robles, auxiliares de enfermería Luz patricia Vélez, Lina Hernández, Paola López área de Bienestar al aprendiz.

TIPO DE EVIDENCIA: FOTOS [x] TABLAS [ ] GRÁFICAS (Color Institucional) [ ] OTROS [ ]

Objetivo de la Actividad: Brindar herramientas para el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales.

Lugar: Casa
Hora: 6:00 PM
Duración: 45 minutos

Desarrollo: El día 27 de marzo del presente año; se realiza el taller virtual por el aplicativo zoom, con temática en salud mental, a la población de aprendices voceros y demás compañeros de ficha del centro agropecuario de Buga con previa invitación por correo electrónico.
Actividad que estuvo a cargo por la psicóloga de la jornada nocturna Viviana Ricaurte, la médico de los aprendices Desiret Robles y las auxiliares de enfermería luz patria velez, Lina Hernández y Paola López donde se abordaron temas específicos y puntuales como concepto de salud física, salud mental, identificación y manejo adecuado de las emociones, señales de buena salud mental, reflexiones en torno del análisis de salud mental, Y ejercicios de respiración consiente entre otros.
Este tema se abordó con el objetivo de fortalecer La salud emocional de nuestros aprendices SENA-CAB ya que incide en la tranquilidad, calma y paz interior favoreciendo disponer de una salud más sana.
Se hizo importante que nuestros aprendices conocieran cómo influye la salud mental tanto en la energía, como en las actividades diarias, ya que mantener el equilibrio y calma mental contribuye a alejar otro tipo de alteraciones que dañan la salud como el estrés, la ansiedad, la angustia, la incertidumbre entre otros, produciendo afecciones emocionales y físicas.

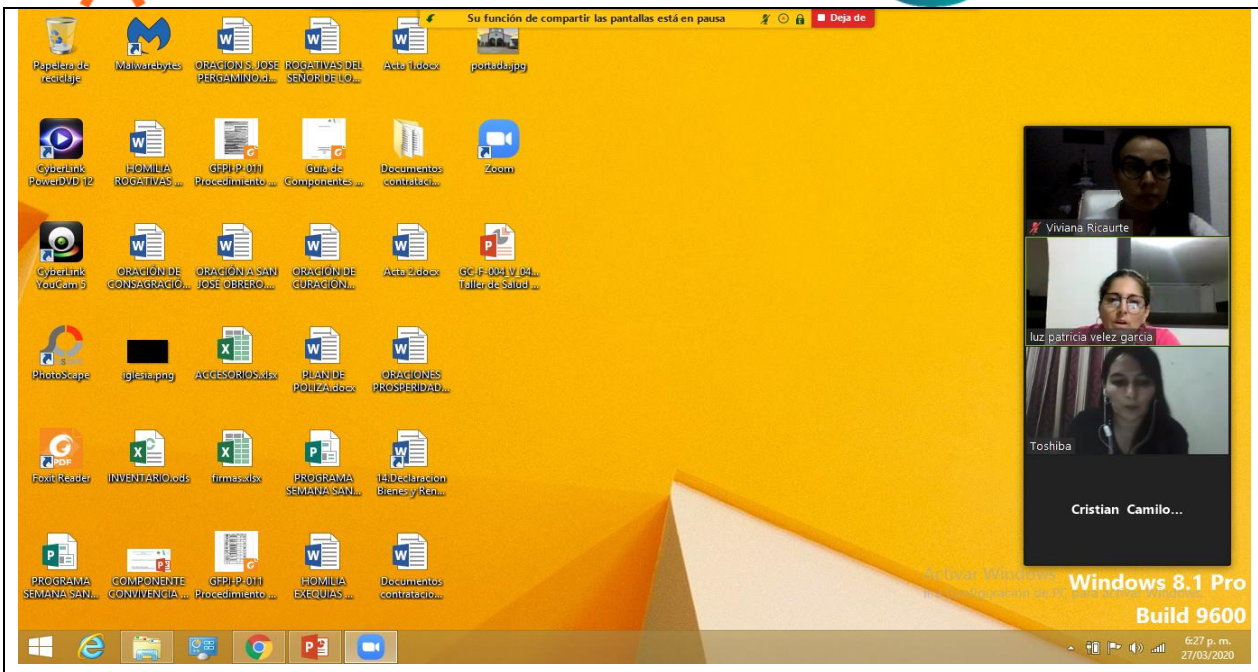
Participantes: 36 aprendices

Ficha	Programa	No. Aprendices
1908225	LOGISTICA DEL TRANSPORTE	1
1905711	GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	3
1965528	GESTIÓN LOGISTICA GRUPO A	1
1965528	GESTIÓN LOGISTICA GRUPO B	1
1989402	GESTIÓN DE TALENTO HUMANO	4
2056725	GESTIÓN CONTABLE Y FINANCIERA	1
1905845	ACTIVIDAD FISICA	1
1829495	REGENCIA EN FARMACIA	2
1781340	GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	1
1750691	ANIMACION DIGITAL	2
2056712	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION	1
1822441		1
1993608	MECANICA DE MAQUINARIA INDUSTRIAL ALIANZA TEAMS	1
2024394	SOLDADURA	1
1905781	CONTROL DE CALIDAD DE ALIMENTOS	1
2024494	HIGIENE E INOCUIDAD ALIMENTARIA	2
1750636	MECANIZACIÓN AGRÍCOLA	1
1828463	GESTIÓN DOCUMENTAL	1
1965540	PRODUCCIÓN MULTIMEDIA	2
1823542	GESTIÓN DE RECURSOS NATURALES	1
1989387	MECANIZACIÓN AGRÍCOLA	1
1751601	LOGISTICA DEL TRANSPORTE	1
1828447	LOGISTICA DEL TRANSPORTE	1
1904449	GESTIÓN EMPRESARIAL GRUPO A	1

Logros y/o dificultades de la actividad: apropiación de una buena salud mental donde resulto importante comprender las emociones y como éstas influyen en la personalidad o en las expectativas de uno mismo que pueden reflejarse a través de la autoestima.

Evidencias (Asistencias, fotografías):





Evidencias de la grabacion del audio en el siguiente link