CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PROGRAMA DME								
ACTIVIDADES/TIEMPO	**OCTUBRE**				**NOVIEMBRE**			
	1	**2**	**3**	**4**	**1**	**2**	**3**	**4**
TALLER Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual, respiración y reestructuración cognitiva(Octubre 24, 2025)								
Convocatoria								
Logística								
Sesión 1: Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual, respiración y reestructuración cognitiva				8 AM-12 PM				
Refrigerio AM				10 AM-10:15 AM				
Almuerzo				12 PM-1 PM				
TALLER Diagnóstico Situacional (Noviembre 5, 2025)								
Convocatoria								
Logística								
Sesión 2: Evaluación AM					8 AM-12 PM			
Refrigerio AM					8 AM-12 PM			
Sesión 2: Evaluación PM					2 PM-4 PM			
Refrigerio PM					2 PM-4 PM			
TALLER Intervanción con Ejercicio Físico y Relejación (Noviembre 12, 2025)								
Convocatoria								
Logística								
Sesión 3: Intervención con Ejercicio Físico y Relejación						8 AM-12 PM		
Refrigerio AM						10 AM-10:15 AM		
Almuerzo						12 PM -1 PM		