PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

PLAN CASERO

Nombre: José alexander Sánchez

Cedula: 9835077

Diagnóstico: esquizofrenia

Objetivo: brindar herramientas que contribuyan al bienestar diario de la salud mental, enfocado al manejo del diagnóstico inicial y enfatizar la dedicación del cumplimiento del plan para obtener resultados positivos.

mi casa un lugar seguro .	Realizar espacios de escucha con el vínculo familiar, para generar confianza y seguridad.
Desconéctate de tu rutina	Escuchar música y realizar pasatiempos sopa de letras, crucigramas.
Me amo me cuido	Responsabilidad en controles médicos y manejo de los medicamentos.
Promover Hábitos saludables	• Buena alimentación • Actividad física recorridos cortos, proporcionan oxigenación al cuerpo • Calidad del sueño

Esfuérzate, los cambios  oxigenan tu vida

Elaborado por: Farly Yajaira acosta perez
psicóloga