# PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)



## PLAN CASERO

Nombre: ilda López Manrique

Cedula: 24741366

Trastorno esquizofrenia.

Objetivo: brindar herramientas que contribuyan al bienestar de la salud mental, fortaleciendo áreas que son fundamentales en el manejo del diagnóstico principal.

| | |
|---|---|
| 1. HABLANDO CLARO<br>fomentar la comunicación asertiva mediante espacio que permitan generar lazos de seguidad con quienes te rodean. |  |
| 2. HÁBITOS SALUDABLES<br>Cuida tu alimentación, realice recorridos cortos iniciando dos veces a la semana, esto permite oxigenar tu cuerpo y eliminar toxinas además tendrás energía para el día. |  |
| 3. ME AMO ME CUIDO<br>• Horarios de medicamentos<br>• Calidad de sueño<br>• Control estados de animo |  |

**Elaborado por: Farly Yajaira acosta Pérez**
**psicóloga**

**Elaborado por: Farly Yajaira acosta Pérez**
**psicóloga**