

Versión:

Fecha de vigencia:

Fecha: 18/11/2025		Acta No:	Hora Inicio: 5:00 pm	Hora Fin: 5:20 pm
Tema: Fortalecimiento del autoestima				
Responsable: ÁREA PSICOSOCIAL			Elaborado por: María Fernanda Zamora Berrio	
Proceso / Subproceso / Actividad: Grupo apoyo 1				
Lugar: taller rampa -1				
AGENDA	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
	6.			
	7.			
	8.			
	9.			
	10.			
	11.			
	12.			
DESARROLLO DE LA REUNIÓN				
El 18 de noviembre del presente año, en el taller rampa -1 de las instalaciones del Centro Cultural Lucy Tejada, se realizó una actividad significativa liderada por la psicóloga María Fernanda y la trabajadora social Valentina Castaño, del área psicosocial de la Secretaría de Cultura de Pereira, dirigida a los estudiantes del grupo apoyo 1, de la escuela de formación de artes visuales, conformado en su mayoría por personas adultas mayores. A cargo del formador Gloria Escobar. La actividad se enmarca dentro del cumplimiento de las políticas públicas que promueve la Secretaría de Cultura, enfocadas en el bienestar integral de sus participantes. se desarrolló una jornada dirigida a un grupo de adultos con el propósito de fortalecer la autoestima y promover el bienestar integral. La actividad inició con una charla participativa				



Versión:

Fecha de vigencia:

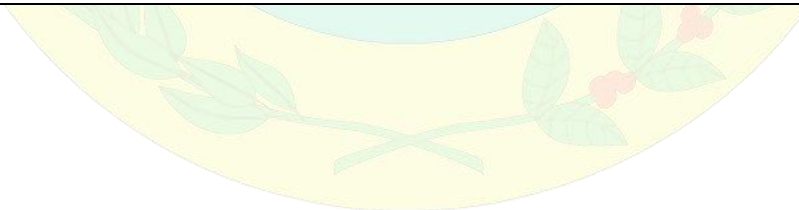
Fecha: 18/11/2025	Acta No:	Hora Inicio: 5:00 pm	Hora Fin: 5:20 pm
Tema: Fortalecimiento del autoestima			
en la que se abordó el concepto de autoestima, su importancia en la vida cotidiana y la manera en que influye en la toma de decisiones, en las relaciones interpersonales y en la percepción personal. Los participantes compartieron experiencias significativas, permitiendo un espacio de diálogo abierto, confianza y reflexión conjunta. Durante la conversación, se resaltó la importancia de contar con una red de apoyo sólida, entendida como un conjunto de personas con las cuales se puede compartir, pedir ayuda y mantener vínculos de confianza. Se enfatizó cómo el acompañamiento emocional y social contribuye al fortalecimiento de la autoestima, reduce sentimientos de soledad y facilita afrontar situaciones difíciles. Las intervenciones de los participantes enriquecieron el espacio, al compartir vivencias y reconocer la relevancia de pedir ayuda cuando es necesario. Asimismo, se abordó el papel de los hábitos de vida saludable como parte fundamental del bienestar emocional. Se discutieron aspectos como la alimentación balanceada, la actividad física regular, el descanso adecuado y la importancia de mantener rutinas que favorezcan la energía, el equilibrio y la motivación personal. Se invitó a los asistentes a identificar cambios pequeños pero significativos que puedan implementar en sus rutinas diarias para promover un mejor autocuidado. Finalmente, se destacó la importancia de cuidar la salud mental, promoviendo la expresión emocional, la búsqueda de acompañamiento profesional cuando se requiera y la implementación de estrategias de autocuidado que fortalezcan la autoestima y la estabilidad emocional. El encuentro permitió generar un ambiente de reflexión, escucha activa y apoyo			



Versión:

Fecha de vigencia:

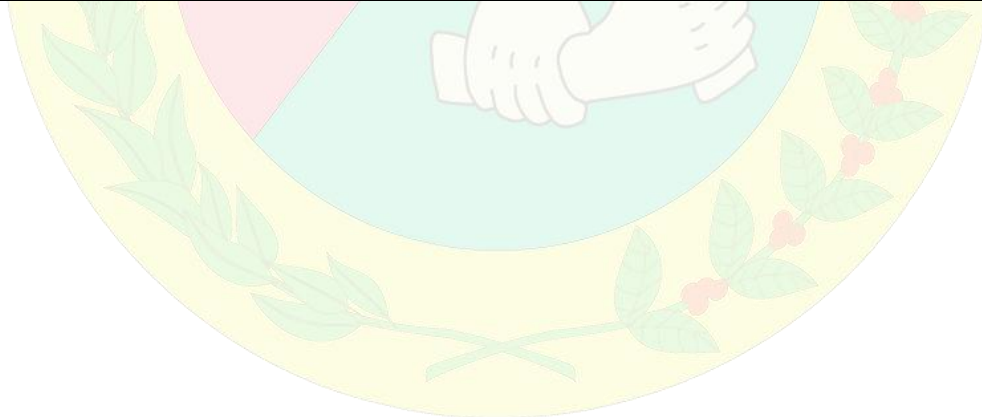
Fecha: 18/11/2025	Acta No:	Hora Inicio: 5:00 pm	Hora Fin: 5:20 pm
Tema: Fortalecimiento del autoestima mutuo, concluyendo como una experiencia significativa que aportó herramientas para el bienestar integral de los participantes.			
			





Versión:

Fecha de vigencia:





Versión:

Fecha de vigencia:

Fecha: 18/11/2025

Acta No:

Hora Inicio: 5:00 pm

Hora Fin: 5:20 pm

Tema: Fortalecimiento del autoestima





Versión:

Fecha de vigencia:

Fecha: 18/11/2025

Acta No:

Hora Inicio: 5:00 pm

Hora Fin: 5:20 pm

Tema: Fortalecimiento del autoestima

ENTIDAD RESPONSABLE		NOMBRE DEL EVENTO O ACTIVIDAD								
Secretaría del Cultura		Fortalecimiento del Autoestima "Aires Visuales"								
FECHA 18/11/2025		HORA INICIO 10:30 am								
HORA FIN 11:20 am		POBLACION GENERAL ☒ ESPECIFICA ☐ LOCAL ☐ GRUPO INDIVIDUAL ☒ MASIVA ☐ N° PERSONAS								
DIRECCION Y NOMBRE DEL LUGAR Centro Cultural Luis Telleria		BARRIO O VEREDA Centro								
NOMBRE RESPONSABLE Maria Fernanda Zamora B.		N° IDENTIFICACION 1053840430								
FIRMA Maria Fernanda Zamora B.										
NOMBRES	APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	CONVINCION	ETNIA	DIRECCION RESIDENCIA	BARRIO O VEREDA DE RESIDENCIA	TELÉFONO Y/O EMAIL	NIVEL DE ESTUDIO (NINGUNO) (PRIMARIA) (SECUNDARIA) (TECNICO) (Tecnológico) (UNIVERSITARIO) (POSGRADO)	FIRMA	
		TIPO	NUMERO							
I. Cristina	Quintanilla	1409	34052921	X		02610722-61	Centro	3218747081	Univ	Lopiat
Monterre	Perez Mejia	1173	24949677			Barrios de	Barrios	3104205242	Todos	MRE
Pilgaa	Jirardo Garcia	1158	42079305	X		Alfaro de Sta	Stationia	3183940188	Superior	Jirardo
Rubiana	Garcia Paz	1141	25181804			1153872019	1153872019	320133773	Tecnico	Rubiana
Adriana	Gomez Corra	1141	42128022			Avenida sur	corrales	3054421433	Tecnico	Adriana
Adriana	Martinez Alatorre	1158	42091436			Misde Santarosa		320762535	vacu. lra.	Adriana
Gloria Ines	Escobar Costo	1153	0155061377	X		M. 2705#118-56	la Victoria	3004617914	Tecnico	Gloria Ines
Claudia Minya	Garcia Guzman	1151	42098666			Via 11 de 28-77	Pallorea	3003740403	Tecnico	Claudia
ANGELICA MEDINA SANDOVAL		1147	52425894			VALLEJO	LA GARCIA	3137650826	TECNICO	ANGELICA M.
Tatysi	Basabe	1134	5390522			Pereira		3214881900	Bachiller	Tatysi Basabe
Adriano O.	Ortiz Gardo	39	1090148136			Pereira		3122968106	Bachiller	Adriano O.





Versión:

Fecha de vigencia:

Fecha: 18/11/2025	Acta No:	Hora Inicio: 5:00 pm	Hora Fin: 5:20 pm
Tema: Fortalecimiento del autoestima			

No.	COMPROMISO	RESPONSABLE	ECHA DE CUMPLIMIENTO	SEGUIMIENTO	
				Ejecutado Si/No	
				SI	NO
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					