ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° *203*	
Hora: 08:30am	**Fecha:** 11/06/2026
Lugar:	Casa de campo Diana María vereda el centro municipio de Tesalia
Dependencia que Convoca:	CORHUELLAS- Coordinación pedagógica y psicosocial
Proceso:	Promoción y prevención
Objetivo:	Profundizar con el talento humano que La autoestima es el pilar fundamental de la salud mental, determinando cómo nos percibimos, valoramos y enfrentamos la vida. Una autoestima sana fomenta el amor propio, la resiliencia ante desafíos, relaciones saludables y el autocuidado, actuando como factor protector contra ansiedad y depresión.

Agenda:

1. Saludo y bienvenida
2. Desarrollo del tema: Autoestima la base de una buena Salud Mental
3.Decisiones
4. Cierre
5.Compromisos
6. firma de asistencia

1. Siendo la fecha programada para el desarrollo de la actividad, se da inicio al encuentro con un cordial saludo por parte del profesional responsable, agradeciendo la participación del talento humano y de los asistentes del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Paicol. Se resalta la presencia y acompañamiento de la psicóloga Claudia Otálora, quien participa como articulación institucional para fortalecer el desarrollo del tema abordado.

2. Posteriormente, la psicóloga de la Modalidad Familiar y Comunitaria de Educación Inicial en el Hogar (EIH) realiza una dinámica de integración denominada **"A través del espejo: ¿Quién soy?"**, cuyo propósito es promover el autoconocimiento, el reconocimiento de las fortalezas personales y el fortalecimiento de la autoestima. La actividad consiste en que cada participante observe su reflejo y exprese cualidades, logros y aspectos por mejorar desde una perspectiva de respeto y valoración personal.

Seguidamente, cada participante toma una palabra positiva relacionada con la autoestima y una taza de té simbólica. De manera voluntaria, socializan la palabra escogida y reflexionan sobre cómo esta se relaciona con su vida cotidiana, sus capacidades y su bienestar emocional.

PÚBLICA

Durante el desarrollo de la jornada se realiza una exposición participativa sobre el tema **"La autoestima: la base para una buena salud mental"**, abordando aspectos como la importancia de la valoración personal, la confianza en sí mismo, el autocuidado, el reconocimiento de las emociones y el impacto que una autoestima saludable tiene en las relaciones familiares, sociales y laborales. Asimismo, se generan espacios de diálogo y reflexión sobre estrategias para fortalecer la autoestima y promover hábitos que favorezcan la salud mental.

Para finalizar, la profesional realiza una reflexión grupal retomando la actividad de la taza de té, compartiendo el mensaje: **"Lo mejor para la autoestima es el TÉ: Quiérete, Valórate, Cuídate y Respétate."**

Los participantes del talento Humano manifiestan su satisfacción con la actividad, resaltando la importancia de reconocer sus cualidades, fortalecer el amor propio y adoptar prácticas de autocuidado que contribuyan a una mejor salud mental y calidad de vida.

Seguidamente, la psicóloga del PIC del municipio de Paicol realiza una introducción al tema de la autoestima, destacando su importancia en el bienestar emocional, las relaciones interpersonales y el desarrollo personal. Posteriormente, desarrolla la actividad denominada **"La Casa de la Autoestima"**, una estrategia reflexiva y participativa que utiliza la metáfora de una casa para fortalecer el autoconocimiento y la valoración personal.

Durante el ejercicio, los participantes construyen su propia casa identificando:

- **Los cimientos:** valores personales, raíces y red de apoyo.
- **Las paredes:** fortalezas, capacidades y habilidades.
- **El techo:** metas, sueños y factores que brindan seguridad.
- **Las ventanas:** forma de relacionarse con los demás y percepción del entorno.
- **Las puertas:** límites personales y estrategias de protección frente a situaciones o personas que generan malestar.
- **Las habitaciones:** diferentes áreas de la vida, como el amor propio, el cuidado físico, la gestión emocional y las relaciones familiares y sociales.

Al finalizar la actividad, los participantes del talento Humano socializan sus construcciones, comparten experiencias significativas y reflexionan sobre la importancia de reconocer sus recursos personales, fortalecer su autoestima y promover prácticas de autocuidado para una adecuada salud mental.

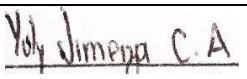
3. Decisiones: Después de la socialización del tema y de las actividades desarrolladas, se brinda un espacio para que el talento humano exprese preguntas, inquietudes o dudas relacionadas con la temática abordada. Los asistentes manifiestan que la información suministrada fue clara, pertinente y de fácil comprensión, por lo que no presentan inquietudes adicionales. Asimismo, agradecen a las profesionales psicosociales por las orientaciones brindadas y destacan la importancia de continuar fortaleciendo estos espacios de formación y reflexión orientados al bienestar emocional y al cuidado de la salud mental.

PÚBLICA

4. Cierre: Se agradece la participación activa del Talento Humano, resaltando el compromiso demostrado durante el desarrollo de las actividades. Se invita a poner en práctica las estrategias aprendidas para fortalecer la autoestima y promover ambientes saludables en los diferentes contextos de interacción.

Compromisos / tareas	**Responsable(s): Nombre / Cargo o rol**	**Fechas**
Fortalecer prácticas de autocuidado físico y emocional.	Equipo talento humano (Agentes educativas, equipo salud y nutrición y profesional psicosocial)	Permanente.
Aplicar las herramientas aprendidas para fortalecer la autoestima y la salud mental.	Equipo talento humano (Agentes educativas, equipo salud y nutrición y profesional psicosocial)	permanente
Promover mensajes positivos que contribuyan al bienestar emocional propio y de los demás.	Equipo talento humano (Agentes educativas, equipo salud y nutrición y profesional psicosocial)	Permanente.

FIRMA ASISTENTES

Nombre	**Cargo o rol / Dependencia**	**Entidad**	**Firma**
YULY JIMENA CERQUERA ANDAPIÑA	COORDINADORA	CORHUELLAS	
DIANA MARCELA HERNANDEZ VIEDA	APOYO PSICOSOCIAL	CORHUELLAS	
Próxima reunión	**Fecha**	**Hora**	**Lugar**
	Por definir	Por definir	Por definir
Colaborador que elabora el acta:	Diana Marcela Hernández Vieda Profesional psicosocial		

PÚBLICA

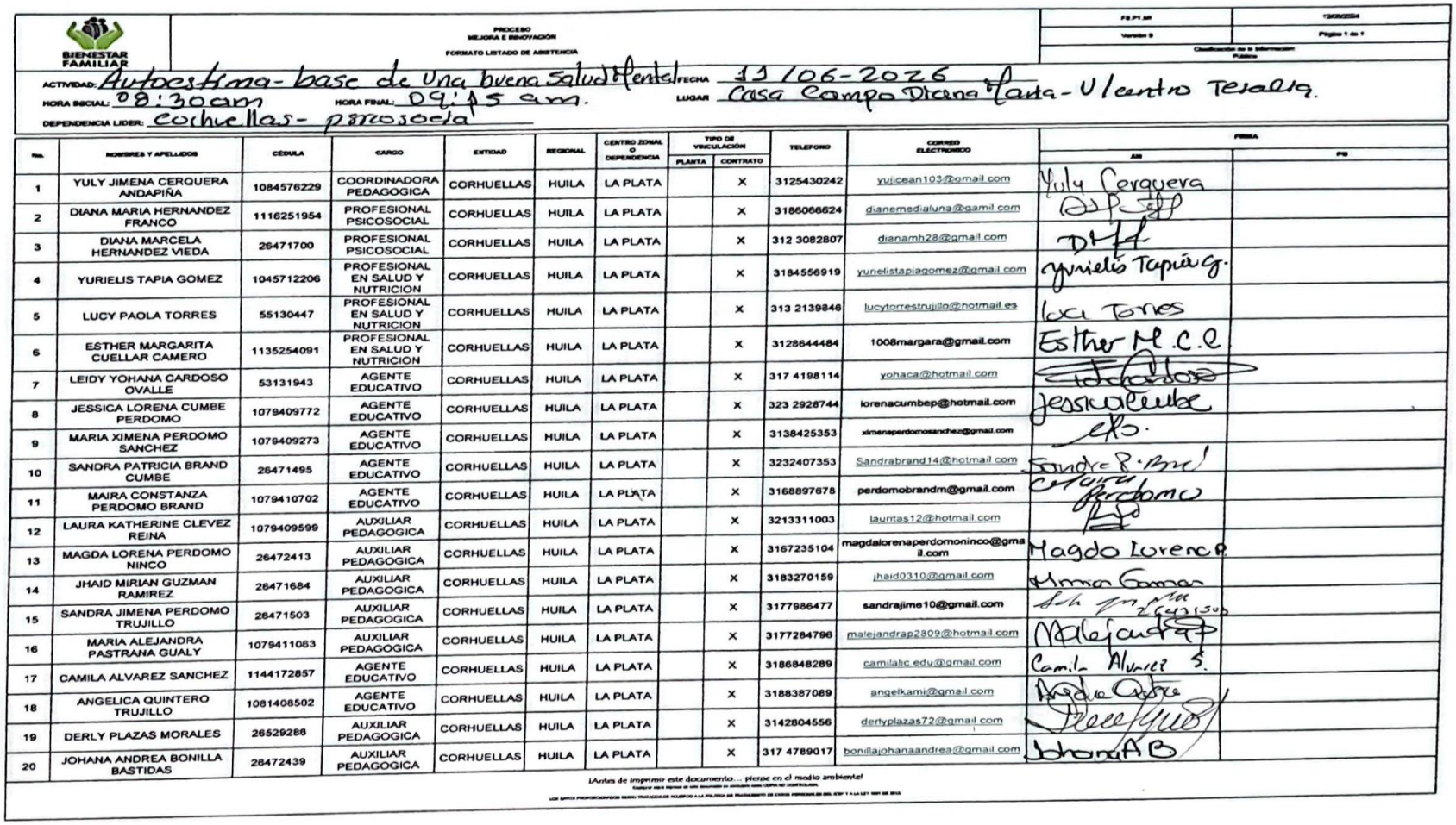
Evidencias fotográficas tema: Autoestima la base de una buena Salud Mental









BIENESTAR FAMILIAR

PROCESO
MEJORA E INNOVACIÓN
FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA

F9.P1.MI | Versión 9 | 12/06/2024 | Página 1 de 1 | Clasificación de la información: Público

ACTIVIDAD: Autoestima- base de una buena Salud Mental FECHA 13/06-2026
HORA INICIAL: 08:30 am HORA FINAL: 09:15 am. LUGAR Casa Campo Diana Maria - U/centro Tesalia.
DEPENDENCIA LIDER: Corhuellas- psicosocial

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	ENTIDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN		TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA	
							PLANTA	CONTRATO			AM	PM
1	YULY JIMENA CERQUERA ANDAPIÑA	1084576229	COORDINADORA PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3125430242	yuiicean103@gmail.com	Yuly Cerquera	
2	DIANA MARIA HERNANDEZ FRANCO	1116251954	PROFESIONAL PSICOSOCIAL	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3186066624	dianamedialuna@gamil.com		
3	DIANA MARCELA HERNANDEZ VIEDA	26471700	PROFESIONAL PSICOSOCIAL	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	312 3082807	dianamh28@gmail.com		
4	YURIELIS TAPIA GOMEZ	1045712206	PROFESIONAL EN SALUD Y NUTRICION	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3184556919	yurielistapiagomez@gmail.com	Yurielis Tapia G.	
5	LUCY PAOLA TORRES	55130447	PROFESIONAL EN SALUD Y NUTRICION	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	313 2139846	lucytorrestrujillo@hotmail.es	Lucy Torres	
6	ESTHER MARGARITA CUELLAR CAMERO	1135254091	PROFESIONAL EN SALUD Y NUTRICION	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3128644484	1008margara@gmail.com	Esther M. C.C	
7	LEIDY YOHANA CARDOSO OVALLE	53131943	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	317 4198114	yohaca@hotmail.com		
8	JESSICA LORENA CUMBE PERDOMO	1079409772	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	323 2928744	lorenacumbep@hotmail.com		
9	MARIA XIMENA PERDOMO SANCHEZ	1079409273	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3138425353	ximenaperdomosanchez@gmail.com		
10	SANDRA PATRICIA BRAND CUMBE	26471495	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3232407353	Sandrabrand14@hotmail.com		
11	MAIRA CONSTANZA PERDOMO BRAND	1079410702	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3168897678	perdomobrandm@gmail.com		
12	LAURA KATHERINE CLEVEZ REINA	1079409599	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3213311003	laurtas12@hotmail.com		
13	MAGDA LORENA PERDOMO NINCO	26472413	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3167235104	magdalorenaperdomoninco@gmail.com	Magda Lorena P.	
14	JHAID MIRIAN GUZMAN RAMIREZ	26471684	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3183270159	jhaid0310@gmail.com		
15	SANDRA JIMENA PERDOMO TRUJILLO	26471503	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3177986477	sandrajime10@gmail.com		
16	MARIA ALEJANDRA PASTRANA GUALY	1079411063	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3177284796	malejandrap2809@hotmail.com		
17	CAMILA ALVAREZ SANCHEZ	1144172857	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3186848289	camilalic.edu@gmail.com	Camila Alvarez S.	
18	ANGELICA QUINTERO TRUJILLO	1081408502	AGENTE EDUCATIVO	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3188387089	angelkami@gmail.com		
19	DERLY PLAZAS MORALES	26529286	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	3142804556	derlyplazas72@gmail.com		
20	JOHANA ANDREA BONILLA BASTIDAS	26472439	AUXILIAR PEDAGOGICA	CORHUELLAS	HUILA	LA PLATA		X	317 4789017	bonillajohanaandrea@gmail.com		

¡Antes de imprimir este documento... piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.