**FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA**
**GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN**
**NIT:800189920-5**

# ACTA DE FORMACION A TALENTO HUMANO

**CIUDAD Y FECHA:** CLEMENCIA BOLIVAR – DE abril 2023

**TEMA:** PROMOCION DE HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

**COMPONENTE:** Salud y nutrición
**DIRIGIDO A**: Talento Humano De La Uds. Cdi Nuevos Pasos Y Mentes Gigantes

**PROFESIONAL A CARGO:** Adriana Paola Pimienta - Apoyo En Salud

**OBJETIVO**

Promoción y adopción de hábitos y rutinas partes de toda la comunidad vinculada a la Uds

Brindar al talento humano, un espacio donde les permita bajar su nivel de estrés, en un bajo porcentaje de quema de calorías, regular su actividad cardiorrespiratoria, fortalecer su sistema musculoesquelético a través de la rumba aeróbica.

**DESCRIPCION DEL TEMA:**

Las recomendaciones generales determinan unos 30 minutos diarios de actividad física, siendo suficiente caminar a paso rápido durante este tiempo. Ello permite quemar las calorías sobrantes y fortalecer músculos y huesos, pero también ayuda a controlar la tensión arterial, el colesterol y los niveles de glucosa en sangre, además de contribuir a la eliminación del estrés y ayudar a dormir mejor, adquirir un estado de relajación y evitar cambios de humor, mejorar la autoestima y el estado de satisfacción personal. También puede ser un buen medio para desarrollar una saludable actividad social cuando el ejercicio se hace en compañía.

**METODOLOGIA EMPLEADA PARA EL DESARROLLO:**

Formativa, participativa

**RECURSOS:**

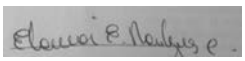
Hoja, lápiz, parlante,

***ELOINA RODRIGUEZ – NUTRICIONISTA*** ***ADRIANA PIMIENTA – APOYO EN SALUD***

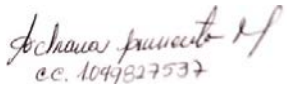
**FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA**
**GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN**
**NIT:800189920-5**

**EVALUACION**

| |
|---|
| el 100% del talento humano participo de la actividad, mostrando gran satisfacción por lo programado para ellos. |



**MND 03175.**
FIRMA DEL RESPONSABLE



ADRIANA PIMIENTA- APOYO EN SALUD

**FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA**
**GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN**
**NIT:800189920-5**

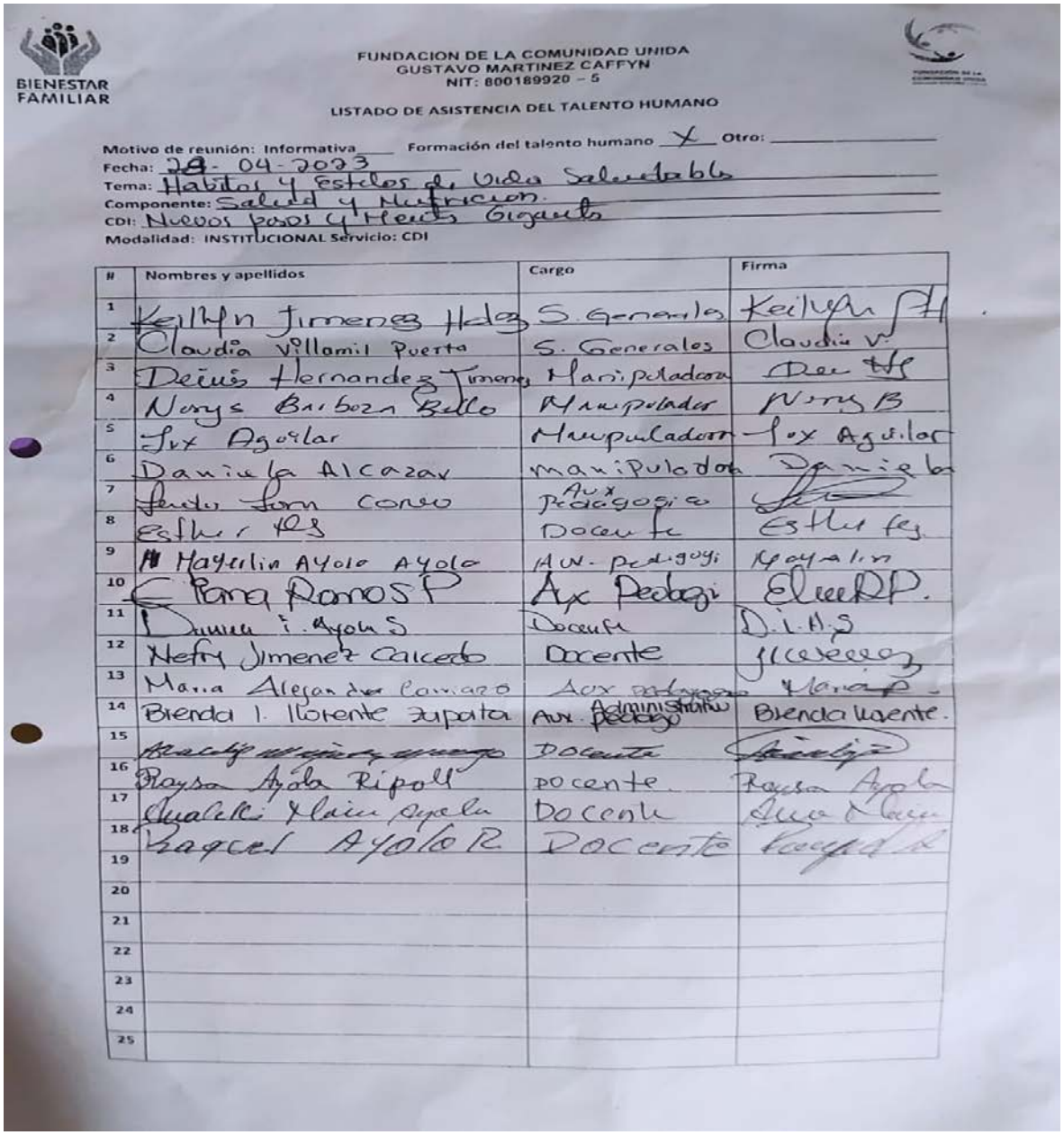
# EVIDENCIA FOTOGRÁFICAS



*ELOINA RODRIGUEZ – NUTRICIONISTA* *ADRIANA PIMIENTA – APOYO EN SALUD*

**FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA**
**GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN**
**NIT:800189920-5**

**ASISTENCIAS:**



FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA
GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN
NIT: 800189920 – 5

LISTADO DE ASISTENCIA DEL TALENTO HUMANO

Motivo de reunión: Informativa ___ Formación del talento humano X Otro: ___
Fecha: 29-04-2023
Tema: Habitos y Estelos de Vida Saludables
Componente: Salud y Nutricion.
CDI: Nuevos pasos y Hechos Gigantes
Modalidad: INSTITUCIONAL Servicio: CDI

| # | Nombres y apellidos | Cargo | Firma |
|---|---|---|---|
| 1 | Keilyn Jimenez Hdez | S. Generales | Keilyn |
| 2 | Claudia Villamil Puerta | S. Generales | Claudia V. |
| 3 | Deiris Hernandez Jimenez | Manipuladora | Deiris |
| 4 | Norys Barboza Bello | Manipulador | Norys B |
| 5 | Lux Aguilar | Manipuladora | Lux Aguilar |
| 6 | Daniela Alcazar | manipuladora | Daniela |
| 7 | Sandra Sara Cano | Aux Pedagogia | |
| 8 | Esther Rds | Docente | Esther Rds |
| 9 | Mayerlin Ayola Ayola | Aux. pedagogia | Mayerlin |
| 10 | Elena Ramos P | Ax Pedagogi | Elena RP. |
| 11 | Damaris I. Ayola S | Docente | D.I.A.S |
| 12 | Nefry Jimenez Calcedo | Docente | |
| 13 | Maria Alejandra Camargo | Aux pedagogia | Maria |
| 14 | Brenda I. Florente Zapata | Aux. Administrativo Pedago | Brenda Florente. |
| 15 | | Docente | |
| 16 | Raysa Ayala Ripoll | docente | Raysa Ayala |
| 17 | Angelica Maria Ayala | Docente | Angelica Maria |
| 18 | Raquel Ayola R | Docente | Raquel A |
| 19 | | | |
| 20 | | | |
| 21 | | | |
| 22 | | | |
| 23 | | | |
| 24 | | | |
| 25 | | | |

**FUNDACION DE LA COMUNIDAD UNIDA**
**GUSTAVO MARTINEZ CAFFYN**
**NIT:800189920-5**