ACTA N°

FECHA: Bogotá, 07 de junio de 2024

HORA: 2:00 pm

LUGAR: JARDIN INFANTIL COFINANCIADO CELESTIN FREINET RINCON

TEMA: Jornada de Bienestar - Relajación y empleado del mes

ASISTENTES: TALENTO HUMANO DEL JARDIN COFINANCIADO CELESTIN RINCON

ORDEN DEL DÍA:

1. Bienvenida
2. Objetivo
3. Reflexión
4. Compartir
5. Elección del empleado el mes

1. **Bienvenida**: Siendo las 3:00 pm la Responsable del servicio junto con las profesional Andrea González dio la bienvenida al talento humano del jardín infantil Celestin Freinet.

2. **Objetivo:** Generar un espacio de relajación por medio de la meditación, con el fin de integrar al Talento Humano.

3. **se organizo un espacio ambientado con colchonetas velas aromatizadas, esencias** relajantes.

La Responsable del servicio y las Profesional solicito al talento humano na de las maneras más simples de relajarse es practicando la respiración profunda. Usted puede hacer respiraciones profundas casi en cualquier lugar.

- Siéntese o acuéstese y coloque una mano sobre su estómago. Coloque su otra mano sobre su corazón.
- Inhale lentamente hasta que sienta que su estómago se eleva.
- Aguante la respiración por un momento.
- Exhale lentamente, sintiendo su estómago descender.

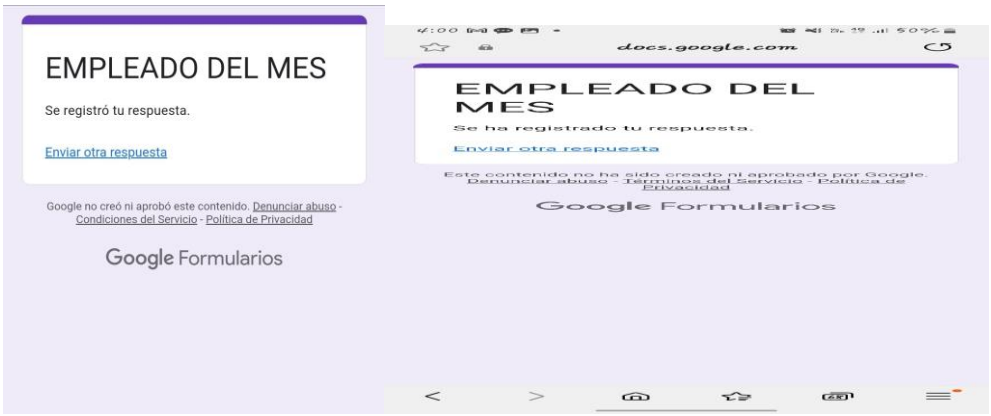
Para continuar con la experiencia se solicitó e imaginar un lugar tranquilo y agradable, luego de invito al talento humano a escuchar su cuerpo, palpar su rostro, sentir su respiración, sus piernas, a hacer uso todos los sentidos, como el olfato, la vista, el sonido y el tacto. Si imaginas el océano para relajarte, piensa en el olor del agua salada, el sonido de las olas al romper y la sensación del sol cálido en tu cuerpo.

Posteriormente se genero un diálogo con el fin de que relataran como se habían sentido, a lo que manifestaron que en muchas oportunidades por el afán de cada uno de las responsabilidades se nos olvidaba escucharnos a nosotros mismos, reconocer nuestros sentidos.

Posteriormente se realizó un compartir y se socializo la importancia de tener y promover otros vínculos diferentes a los laborales, poder tener una compañera a quien contarle como se siente.

Finalmente se compartió el link con el fin de elegir el empleado del mes, que se destaco por su compromiso y trabajo en equipo.




EMPLEADO DEL MES
Se registró tu respuesta.
Enviar otra respuesta
Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad
Google Formularios
docs.google.com
EMPLEADO DEL MES
Se ha registrado tu respuesta.
Enviar otra respuesta
Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. Denunciar abuso - Términos del Servicio - Política de Privacidad
Google Formularios











Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Maricela Rojas	Responsable del S	JI CC Rincón	
Adriana Camelo	Profesional en API	JI CC Rincón	
Andrea Gonzalez	Profesional en API	JI CC Rincón	
Astrid Tovar	Profesional en API	JI CC Rincón	
Marcela Rocha	Profesional en API	JI CC Rincón	
Nelsy Valero	Profesional en API	JI CC Rincón	
Sandra Martin	Profesional en API	JI CC Rincón	
Viviana Arevalo	Profesional en API	JI CC Rincón	
Sonia Varela	Profesional en API	JI CC Rincón	
Amanda Calderon	Profesional en API	JI CC Rincón	
Ana Maria Franky	Profesional en API	JI CC Rincón	
Erika Beltran	Auxiliar en API	JI CC Rincón	
Sandra Hernandez	Auxiliar en API	JI CC Rincón	
Martha Clavijo	Auxiliar en API	JI CC Rincón	

Powered by CamScanner

Powered by CamScanner