Fundación Social
Sembrando Camino

BOGOTÁ

ACTA SEGURIDAD EN EL TRABAJO

FECHA: 04 DE OCTUBE 2024

HORA: 3:00 PM

LUGAR: Jardín Infantil Sembrando camino.

ASISTENTES: Talento humano

TEMA: Pausas activas

OBJETIVO: Sensibilizar al talento humano sobre la importancia de las pausas activas en el entorno laboral, promoviendo el bienestar físico y emocional a través de dinámicas que fomenten la motivación.

DESARROLLO:

1. **Introducción:**
   - Se inició la sesión con una breve exposición sobre la importancia de las pausas activas, destacando sus beneficios, como la mejora de la concentración, reducción del estrés y aumento de la productividad.

2. **Dinámica "El Globo en Equilibrio":**
   - Se formaron grupos pequeños, y a cada grupo se le proporcionó un globo.
   - Se explicaron las reglas de la dinámica:
     - Cada grupo debía mantener el globo en el aire usando solo sus dedos índices,
     - Se fomentó la colaboración y la comunicación dentro del grupo para evitar que el globo cayera.
     - Se realizaron varias rondas, cada una aumentando la dificultad (por ejemplo, agregando más globos o realizando diferentes movimientos mas complejos)
   - Se animó a los participantes a utilizar estrategias creativas para mantener el equilibrio, generando risas y un ambiente distendido.

Scanned with CamScanner

Fundación Social
Sembrando Camino

BOGOTÁ

3. Reflexiones de los Participantes

- **Importancia de las Pausas Activas:** Los participantes compartieron sus impresiones sobre cómo incorporar pausas activas en su rutina laboral puede mejorar su bienestar y eficiencia.
- **Trabajo en Equipo:** Se destacó la importancia de la colaboración y la comunicación efectiva para lograr objetivos comunes, así como la capacidad de adaptarse a situaciones cambiantes.
- **Desestres:** La actividad ayudó a liberar tensiones y a fomentar un ambiente más relajado y positivo entre los participantes.

4. Conclusiones

- La actividad fue exitosa en lograr sus objetivos de sensibilización y motivación.
- Se acordó implementar pausas activas de manera regular en el lugar de trabajo, así como repetir dinámicas similares para fortalecer el equipo y mejorar el ambiente laboral.

PERSONAS A CARGO DEL TEMA

NATALIA GONZALEZ

DANIELA ULLOA

Scanned with CamScanner

Fundación Social
Sembrando Camino

BOGOTÁ

EVIDENCIAS (Asistencia y fotografías de encuentro)









Scanned with CamScanner

Fundación Social
Sembrando Camino

TEMA: Seguridad en el trabajo - Pausas Activas

FECHA DE SOCIALIZACIÓN: 04 Octubre 2024

ASISTENTES

NANCY MOYA	Nancy Moya R
SANDRA PAREDES	Sandra M. Paredes
NIDIA RODRIGUEZ	Nidia R
MARCELA GUEVARA	
ANGELA SEGURA	
LAURA BORDA	Laura B
LUZ MERY MALAVER	
YURANI CEPEDA	
SHIRLY ORTIZ	Shirly O.C
DANIELA TORRES	Daniela Torres S
DANIELA ULLOA	Daniela Ulloa
NATALIA GONZALEZ	Natalia Gonzalez
YEIMY CASTRO	Yeimy Castro
MARTHA CAMACHO	Martha Camacho
NOREYDA BARRETO	Noreyda Barreto
MARIA MARIN	Maria Marin
MARLENY LONDOÑO	
WENDY ESCOBAR	Wendy Escobar
EDITH VANESSA DIAZ	EDITH DIAZ

Scanned with CamScanner