ACTA 1

**FECHA:** 06 de marzo del 2025

**HORA**: 7:00 Am

**LUGAR**: Jardín Infantil Cofinanciado Emanuel

**TEMA**: Actividad de bienestar, actividad física “pausas activas”

**ASISTENTES**: Talento humano del jardín

**ORDEN DEL DÍA**

- Bienvenida
- Estiramientos y ejercicios físicos
- Despedida

**PROPOSITO:** Promover en el talento humano la práctica de estilos de vida saludables y la actividad física, mediante la implementación de pausas activas y espacios de bienestar que les permitan disfrutar, relajarse y fortalecer sus relaciones interpersonales, de esta manera, se busca mejorar la calidad del ambiente laboral y potenciar la construcción de un equipo de trabajo más sólido, armonioso y eficiente.

**DESARROLLO:**

El día 6 de marzo del 2025, a las 7:00 a. m., el talento humano del Jardín Infantil Cofinanciado Emanuel se reunió en el patio del jardín con el propósito de promover la práctica de estilos de vida saludables y la actividad física, estas dinámicas fueron

diseñadas para brindar un espacio de goce, esparcimiento y relajación, fortaleciendo así el bienestar y la integración del equipo de trabajo.

Para dar inicio a la actividad propuesta para este día, se llevaron a cabo ejercicios de estiramiento, con el fin de preparar el cuerpo y prevenir posibles lesiones, de esta manera, se garantizó un entorno seguro para todos los participantes, estos ejercicios fueron acompañados por el profesional Harold Pulido, quien dirigió y guio las dinámicas realizadas, incentivando la participación activa e integración del talento humano en cada ejercicio propuesto.

Posteriormente, se desarrollaron juegos de competencia, en los que el talento fue invitado a participar en diversas dinámicas recreativas, a través de estas actividades, se fomentó la cooperación, el trabajo en equipo y el buen trato, además de potenciar habilidades y destrezas individuales y colectivas, este espacio permitió no solo el fortalecimiento del bienestar físico, sino también el refuerzo de los vínculos interpersonales, promoviendo un ambiente laboral más armónico y colaborativo.

El desarrollo de actividades físicas dentro del ambiente laboral permite recordar al talento humano la importancia de cuidar su salud y bienestar, a través de estos ejercicios, se obtienen múltiples beneficios tanto para el cuerpo como para la mente, contribuyendo a la reducción del riesgo de enfermedades como la obesidad, la diabetes y el estrés. Además, la práctica regular de actividad física incrementa los niveles de energía y productividad, favoreciendo un mejor manejo y control de las emociones, así como una mayor concentración en las actividades diarias.

Incorporar rutinas deportivas en el entorno laboral proporciona a los colaboradores una oportunidad para despejar la mente y afrontar los desafíos con una actitud más positiva y equilibrada, asimismo, estas dinámicas fortalecen la cooperación y el trabajo en equipo, promoviendo valores esenciales como el compañerismo, la tolerancia y el respeto, como resultado, se ha evidenciado que los participantes se sienten más motivados y comprometidos en el desempeño de sus funciones dentro de la unidad operativa.

Fomentar un ambiente de trabajo saludable y activo no solo mejora la calidad de vida de los colaboradores, sino que también contribuye a un clima laboral más armonioso y satisfactorio, por esta razón, el talento humano del jardín agradece estos espacios de bienestar, ya que les permiten fortalecer sus hábitos saludables y potenciar su desarrollo personal y profesional.

Han mencionado que algunos ejercicios son fuertes, sin embargo, les permiten ser más atentos, activos y competitivos, les gusta realizar distintos ejercicios y dinámicas en las que han logrado ejercitar su cuerpo y su mente, les gusta, los disfrutan y además tienen un espacio para compartir e interactuar con sus compañeros de trabajo, fortaleciendo sus relaciones interpersonales, el respeto, el compañerismo, la cooperación y el buen clima laboral.

Se extiende una invitación al talento humano a seguir participando activamente en estos espacios lúdicos de armonía, tranquilidad, goce y relajación, fomentando así su bienestar integral y fortaleciendo el sentido de amor y cuidado hacia su salud dentro del entorno laboral.

# EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS








Elaborado por: Paola Buitrago

Comité de talento humano

| Nombres y Apellidos | Cargo o Tipo de vinculación | Dependencia | Firma |
|---|---|---|---|
| MARIA DEL PILAR SUAREZ PALACIOS | PROFESIONAL RESPONSABLE DEL SERVICIO | JI EMANUEL | |
| DAYANA ALEJANDRA FORERO GIL | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| HAROLD GIOVANNY PULIDO RODRIGUEZ | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| JINET ALEJANDRA CHACON BARAJAS | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | Alejandra Chacon |
| LIBIA PINZON TIBANA | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| LUISA MARIA RAMIREZ CARDENAS | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| LUZ ANDREA MONROY SANCHEZ | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| MARTHA PAOLA BUITRAGO CONTRERAS | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| NUBIA SELEEY CORTES QUINTERO | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |

Actividad de Bienestar, actividad física "pausas activas"
06 Marzo 2025
Comité de talento humano



Powered by CamScanner

| | | | |
|---|---|---|---|
| SANDRA MAYERLY MOQUE DIAZ | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| SANDRA MIREYA DAZA LOZANO | PROFESIONAL DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | Sandra Daza Lozano |
| NICOLLE DAYANA LAVERDE CARDONA | AUXILIAR DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | Nicolle Laverde |
| LILIBETH DEL CARMEN SOBRINO CHARRY | AUXILIAR DE ATENCION A LA PRIMERA INFANCIA | JI EMANUEL | |
| LINA DANIELA BARBOSA RODRIGUEZ | AUXILIAR ADMINISTRATIVA | JI EMANUEL | |
| GLORIA CECILIA NIETO GARZON | SERVICIOS GENERALES | JI EMANUEL | Gloria C Nieto |
| MARIA CAROLINA HUERTAS BELTRAN | SERVICIOS GENERALES | JI EMANUEL | Carolina Huertas |
| SANDRA APONZA CAICEDO | SERVICIOS GENERALES | JI EMANUEL | |
| SANDRA LUCIA RODRIGUEZ VASQUEZ | MANIPULADORA DE ALIMENTOS | JI EMANUEL | Sandra Rodriguez. |
| JOSEFINA HERNADEZ REY | MANIPULADORA DE ALIMENTOS | JI EMANUEL | |
| LUCELYS RODRIGUEZ FLOREZ | MANIPULADORA DE ALIMENTOS | JI EMANUEL | |

Anexos:

Elaboró: Paola Buitrago
Comité de talento humano



Powered by CamScanner