COMITÉ PAUSAS ACTIVAS	Fundairis Fundación Arco Iris de Amor	ACTA PAUSAS ACTIVAS 30-05-2025

OBJETIVO. Desarrollar pausas activas con el talento humano del Hogar Infantil Estrellitas De Colores, donde se logre fortalecer la motivación, compañerismo, desempeño y recuperación de energía; dando como resultado la eficiencia, bajos niveles de estrés, el bienestar de la salud física y mental.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 3:00 pm inician las pausas activas con el talento humano del HI.

La manipuladora Johana Arrieta, dispone de un espacio amplio, invitando al talento humano a que realice una fila, en donde le entrega a cada una bomba la cual deben colocar sobre su estómago en la fila, después les explica que realizaran algunos movimientos y la idea es no dejar caer la bomba por ningún motivo.

Después se realizan estiramientos se le brindan al talento humano crema hidratante, cada una realiza un masaje en sus manos, para desarrollar rotación de muñecas y fortalecer las articulaciones; culminando con ejercicios de respiración durante 3 minutos.

Siendo las 3:30 pm se culminan las pausas activas, reflexionando sobre la importancia de tomarse un tiempo durante el dia para agradecer y ser conscientes de nuestros sentires.

REGISTRO FOTOFRÁFICO







LISTA DE ASISTENCIA

EN CONSTANCIA FIRMAN:

Coordinadora

Docente

Docente

Docente

Docente

Docente

Diana Benitez
Auxiliar Pedagógica

Auxiliar Pedagógica

P. Manipulador de Alimentos

P. Manipulador de Alimentos

Nubia stellas
Servicios Generales