ACTA

FECHA: Bogotá, 14/08/2025.

HORA: 10:00 AM

LUGAR: Jardín Salamandra, Vía Virtual WhatsApp

TEMA: SOCIALIZACION ESTILOS DE VIDA Y ALIMENTACION SALUDABLE

ASISTENTES: familias acudientes jardín salamandra .

OBJETIVO: Brindar una orientación sobre los estilos de vida saludable y como estos evitan caer en el sedentarismo evitando al tiempo enfermedades causadas por las malas prácticas saludables.

ORDEN DEL DÍA:

1) Saludo.
2) Tema.
3) Objetivo.
4) Desarrollo de la reunión
5) Firma de asistencia.

DESARROLLO:

Siendo las 10: 00 AM se realiza la socialización vía WhatsApp de estilos de vida saludable con el talento humano del jardín infantil donde se envía un folleto recordando la importancia de tener un estilo de vida saludable, para lo cual es esencial que el talento humano comparta el mensaje interiorice la información teniendo en cuenta estas prácticas en las planeaciones para trabajar con los niños y niñas ,y en su vida diaria así transmitir a las las familias de los diferente s grupos de WhatsApp en donde las familias deben dar recibido del mensaje como cuidadores directos de los niños y niñas del jardín salamandra .

Este folleto brinda una breve información sobre la importancia de los estilos de vida saludable, que orienta a las personas con pautas de vida sana la cual da respuesta a los interrogantes que las personas tenemos como son:

¿Qué podemos hacer para cuidar nuestra salud? En donde es de vital importancia

seguir una serie de cuidados personales como, ejercitarse 3 veces por semana, alimentarse de forma saludable evitando alimentos procesados y comidas que no brindan una nutrición adecuada, mantener el cuerpo en constante hidratación , descansar durmiendo un número de horas suficiente que permita entrar en relajación olvidando las cargas laborales o los oficios del hogar por un instante .



Unos pequeños concejos para la sana alimentación pueden ser

¡Consume un buen desayuno!, que incluya pan o galletas, leche o yogur y una fruta.

Come al menos 3 frutas al día, especialmente de las que estén en cosecha. Las frutas al igual que las verduras le aportaran a su familia las vitaminas, minerales y fibra que favorecen el buen funcionamiento del cuerpo y ayudan a prevenir las enfermedades.

¡Muévete! Haz ejercicio a diario, tus músculos y huesos necesitan que los mantengas activos. El ejercicio es indispensable para mantener en forma el corazón y fortalecer los huesos. Y puede resultar muy divertido.

Procura realizar algún tipo de ejercicio cada día, como ir caminando al colegio, o subir las escaleras deprisa. También los juegos que prácticas en el descanso, como el fútbol o saltar a la cuerda, son un buen entrenamiento

Papás, brinden a sus hijos diariamente alimentos de todos los grupos. Una alimentación variada ayuda a cubrir todas las necesidades que tiene el cuerpo para crecer y desarrollarse adecuadamente.



EVIDENCIAS FOLLETO ELABORADO


11:42 p. m.
EQUIPO JARDÍN...
✨✨ yeimy, Darlin, Ma...
Profe Lizeth Parvulos
Tú
"¡Atención talento humano, padres, madres y cuidadores! ...
Recibido gracias
10:31 a. m.
Darlin Mosquera
Tú
"¡Atención talento humano, padres, madres y cuidadores! ...
Recibido muchas gracias
10:39 a. m.
Yoana Hernandez
Tú
"¡Atención talento humano, padres, madres y cuidadores! ...
Recibido. Gracias
10:42 a. m.
✨✨ yeimy Duque
Tú
"¡Atención talento humano, padres, madres y cuidadores! ...
Recibido muchas gracias
10:48 a. m.
Viví Felix
Tú
"¡Atención talento humano, padres, madres y cuidadores! ...
Recibido muchas gracias
10:58 a. m.

EVIDENCIA SOCIALIZ

ACION CON EQUIPO A FAMILIAS









BOGOTÁ | SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yaritza Stefanny Hernández	madre	Jardín Salamandra	Stefanny
Alfredo Enrique Mora	padre	Jardín Salamandra	
Nahomy Hernandez	Mamá	Jardín salamandra	
Sofia Zuñiga	Acudiente	Jardín Salamandra	
Valentina figueroa	Mamá	Jardín Salamandra	Valentina figueroa
Leidy Correa	Mamá	Jardín Salamandra	Leidy Correa
Lina Patiño	Mamá	Jardín salamandra	
Katherine Achipiz	Acudiente	Jardín Salamandra	Katherine A
Lilian Rosa Segura	Acudiente	Jardín salamandra	Lilian Rosa S.
Wilfredo Antonio Godoy	Padre	Jardín Salamandra	
Vanessa Ortiz	Madre	Jardín Salamandra	
Olga Lucia Rivera	Acudiente	Jardín salamandra	Olga Lucia Rivera
Rubiela Diaz moncada	madre	J. Salamandra	Rubiela Diaz
Doly Esperanza Ojeda	Madre	J. Salamandra	
Doris Jiménez	Madre	J. Salamandra	Doris Jiménez
Diego Medina	Acudiente	J. Salamandra	Diego Medina
Cindy Lorena Murillo	Madre	J. Salamandra	Cindy Murillo
ana Cristina Murillo	Madre	J. Salamandra	ana Murillo
Yuranis Tovera	tia	J. Salamandra	Yuranis
Vanessa Ivana	madre	Salamandra	Vanessa Ivana

Elaboró: DIANA ELIZABETH MORALES MARTINEZ Y ENCARGADA DEL SERVICIÓ YENI MORALES. Diana Elizabeth Morales Martínez



Responsable de la socialización

Yeni morales



encargada del servicio