

Objetivo: Fomentar el bienestar físico, emocional y social del talento humano a través de una pausa activa recreativa, que permita fortalecer la unión del equipo, la motivación y la desconexión de la rutina laboral.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Inicio:

La jornada inició con una breve bienvenida a los participantes, recordando la importancia de las pausas activas como parte del bienestar laboral. Se generó un ambiente agradable y de expectativa en torno a la película seleccionada: Encanto, que resalta valores como la unión familiar, la empatía y la cooperación.

Durante la actividad:

Mientras se proyectaba la película, el equipo de trabajo compartió, rió y disfrutó del mensaje positivo que transmite. Se ofrecieron deliciosas palomitas de maíz, lo que contribuyó a un ambiente relajado y de disfrute. A lo largo de la proyección se realizaron breves pausas activas con estiramientos suaves y movimientos corporales inspirados en la música de la película, promoviendo la energía y el bienestar físico.

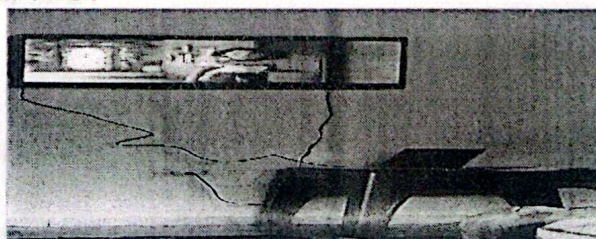
Cierre:

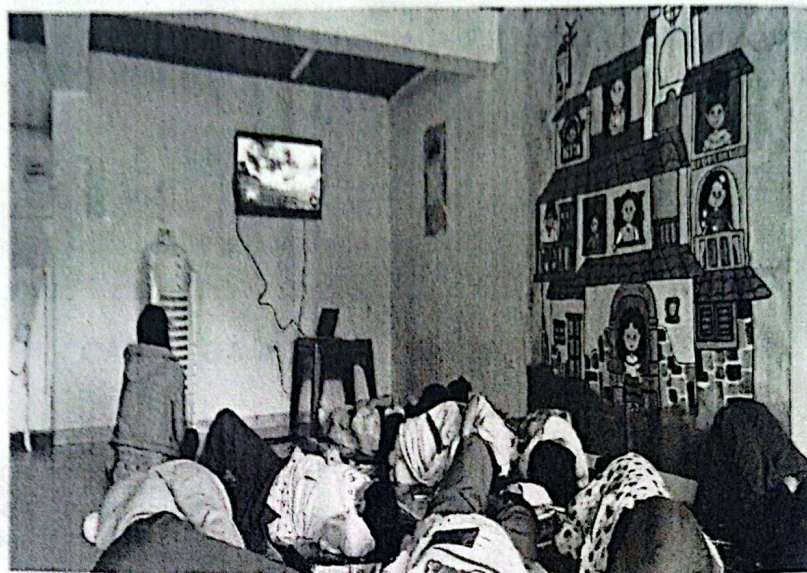
Para finalizar, se realizó un espacio de diálogo donde los participantes compartieron sus sensaciones y reflexiones sobre la importancia de tomarse momentos de descanso para fortalecer el trabajo en equipo y la motivación personal.

Conclusiones:

1. La actividad permitió fortalecer los lazos entre los miembros del equipo.
2. Se evidenció un ambiente de alegría, relajación y compañerismo.
3. Las pausas activas contribuyeron al bienestar físico y emocional del talento humano.
4. La experiencia sirvió como recordatorio de que el autocuidado y la recreación son esenciales para un desempeño laboral armónico y eficiente

REGISTRO FOTOGRÁFICO:





En constancia firman:

[Signature]
Coordinadora

Camila Rivera
Agente educativa

Mary Lutz Figueredo
Agente educativa

[Signature]
Agente educativa

Tatiana Belb
Agente educativa

Martha del Rosario Fernandez
Agente educativa

Jessica Dorica
Auxiliar Pedagógica

[Signature]
Ser. Generales

Jonathan Fedina
Gestor de alimentos

[Signature]
Auxiliar Pedagógica

[Signature]
Gestor de alimentos