



ACTA Bienestar Abril

Objetivo: Fomentar el trabajo en equipo y fortalecer el manejo del estrés entre el talento humano a través de la técnica de **Stomp** (percusión corporal y rítmica), promoviendo la actividad física y el clima laboral positivo.

ORDEN DEL DÍA

- Saludo y apertura por parte del Comité de Bienestar.
- Presentación del facilitador invitado de la Caja de Compensación Familiar CAFAM.
- Desarrollo de la sesión de Stomp (dinámicas rítmicas grupales).
- Socialización de la experiencia y cierre.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

En el marco del Plan de Bienestar Laboral programado para el mes de abril, el Comité de Bienestar llevó a cabo una jornada de integración dirigida a todo el talento humano de la institución.

En esta ocasión, la actividad fue liderada por un instructor invitado de la Caja de Compensación Familiar CAFAM, quien dirigió la sesión técnica de Stomp. Esta herramienta de actividad física permitió a los asistentes explorar la percusión corporal como un medio de expresión y descarga emocional.

Bajo la guía del facilitador de CAFAM, los colaboradores participaron en ejercicios de coordinación rítmica que requirieron una alta sincronía grupal y trabajo en equipo. La dinámica facilitó un espacio de desconexión de las tareas rutinarias, impactando positivamente en el manejo del estrés y promoviendo el bienestar integral de los trabajadores. El equipo mostró una actitud proactiva, resaltando la calidad de la orientación externa recibida.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se destaca la importancia de las alianzas con la Caja de Compensación para diversificar las estrategias de bienestar.

El talento humano valora positivamente la intervención de expertos externos en el manejo de la salud física y mental.

Registro fotografico



Diana Peñuela

Diana Peñuela

Coordinadora

Andrea Mosquera Bulla

Andrea Mosquera Bulla

Profesional Psicosocial
CDI Castillo de Colores

Monica Nino

Monica Nino

Agente educativa

Agente educativa

Agente educativa

Luz Marina Acero

Luz Marina Acero

Auxiliar Administrativa

Agente educativa

Agente educativa

Agente educativa

Agente educativa

Jennifer Camelo
Agente educativa

Paula Ramirez
Agente educativa

MILEVA Xiomara Aza A.
Auxiliar pedagógica

Paola G.
Auxiliar pedagógica

Glady Salcedo
Servicios generales

Luz Gic
Manipuladora de Alimentos

Carla M. J. C.
Manipuladora de alimentos

Carlin Varsa B
Agente educativa

Dizeth
Agente educativa

Hedi Amos
Auxiliar pedagógica

Liliana Caballero
Auxiliar pedagógica

Rosario Andrade
Servicios generales

Johanna Castro
Manipuladora de alimentos