Fecha:12-06-2026	**Acta No: 54**	**Hora Inicio: 9:10 AM**	**Hora Fin: 9:40 AM**
Tema: EL AGRADECIEMIENTO "El poder de un gracias transforma vidas y ambientes"			
Responsable: Elisabeth Penilla		**Elaborado por: Beatriz Elena Aricapa C**	
Proceso / Subproceso / Actividad: Infraestructura/Talento Humano/SST			
Lugar: Vivero Municipal			

AGENDA	1.	Saludo
	2.	Introducción e importancia del tema
	3.	Desarrollo del Tema
	4.	Finalización
	5.	
	6.	
	7.	
	8.	
	9.	
	10.	
	11.	
	12.	

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Siendo las 9:10 am del 12 de junio de 2026, visito la cuadrilla de jardinería que permanece ejecutando labor en el Vivero Municipal, coordinada por el sr. Julio Cesar Marulanda; y acompañada, como se me ha requerido, por un profesional SST, en este caso el Sr. Kevin Marín; procedo a iniciar capacitación sobre **EL AGRADECIMIENTO**, como un tema aprobado por mi coordinadora Elisabeth Penilla y del cual se vio la importancia de abordar, según la necesidad que se ha percibido de este tema, a nivel general.

Objetivo: Sembrar y fortalecer en cada trabajador oficial y contratista de la secretaria de infraestructura la consciencia e importancia del agradecimiento como una actitud que permite valorar todo el bien que se recibe, promoviendo una mejor calidad de vida y clima laboral.

Empiezo hablándoles de la importancia de este tema para tener una vida integrada y orientada al bien. Les defino el agradecimiento, como:

- ✓ Un estado del corazón
- ✓ Un estado de reconocimiento
- ✓ Un estado de consciencia

Fecha:12-06-2026	Acta No: 54	Hora Inicio: 9:10 AM	Hora Fin: 9:40 AM

Tema: EL AGRADECIEMIENTO "El poder de un gracias transforma vidas y ambientes"

- ✓ Una actitud donde confluyen otros valores

En ese orden de ideas, les explico que podríamos definir el agradecimiento como una actitud y una emoción que refleja un estado del corazón, mediante la cual reconocemos y valoramos los beneficios, favores o gestos positivos ya sea de otras personas o de la misma vida.

Algunos intervienen para manifestar que todos los días dan gracias, algunos lo expresan más concretamente y muestran bastante interés por el tema.

Prosigo explicándoles que el agradecimiento va más allá de decir gracias y practicarlo tiene un impacto directo en distintas dimensiones del bienestar, tales como:

- **Salud Mental:** Reduce el estrés, combate la ansiedad y aumenta el optimismo
- **Relaciones Sociales:** Fortalece los vínculos y la empatía con quienes te rodean y por tanto mejora el clima familiar y laboral
- **Genera tranquilidad**: Se reduce el estrés
- **Enfoque de vida**: Ayuda a centrar tu atención en lo que POSEES, en lugar de **LO QUE TE FALTA.**
- **Mejora el trabajo en equipo**: Puesto que reconoces que el otro también tiene talentos como tú, reconoces que son diferentes y que cada uno aporta para obtener un resultado; por tanto, disminuye conflictos, al valorar las cosas buenas de los demás, tanto lo que son como lo que hacen, por ello aquí confluye una gran actitud como es la humildad como capacidad de reconocer la diferencia.

¿Cómo se manifiesta? A través de palabras, gestos y actitudes

A través de palabras: Por ello se dice que es un estado del corazón, puesto que lo que tenemos dentro será lo que salga, ejemplo: Si tienes rabia, eso saldrá de tu boca; si sientes inconformidad, eso saldrá; si sientes que todo lo tienes garantizado y que mereces todo, eso es lo que saldrá.

Fecha:12-06-2026	Acta No: 54	Hora Inicio: 9:10 AM	Hora Fin: 9:40 AM

Tema: EL AGRADECIEMIENTO "El poder de un gracias transforma vidas y ambientes"

A través de gestos: Existe un lenguaje no verbal y por tanto el rostro expresa también tu estado de agradecimiento o de ingratitud, que es su opuesto. Una persona agradecida tiene su rostro relajado, sonríe y de alguna manera habla con sus ojos.

A través de actitudes: Retribuyendo el beneficio o favor que reconoces mediante un gracias, escribiendo una palabra sincera o dando un detalle.

El agradecimiento es una actitud diaria que te hace valorar todo, tanto las cosas pequeñas como las grandes: El techo bajo el que vives, el alimento, la familia, la salud, los amigos y entre otros: Tu trabajo ya que hay muchas personas afuera sin un sustento y sin la oportunidad de tener un trabajo como el tuyo

¿Por qué a veces dejamos de agradecer?

- Por costumbre
- Por afán
- Por problemas
- Por pensar que es obligación de otro
- Por no mirarme a si mismo
- Por enfocarme en lo que falta, olvidando lo valioso que ya tienes

Termino resumiendo que el agradecimiento es un factor de alta importancia para nuestra vida y que puede generarnos un alto bienestar y cierro con distintas frases alusivas al agradecimiento, llevadas como un detalle en cartulina para ellos y cada uno leyéndola y compartiéndola, damos por terminada la capacitación a las 10:40 am.

Conclusiones:

- Participación activa de la cuadrilla
- Intervenciones dinámicas y acertadas de agradecimiento entre ellos mismos
- Agradecimiento por el saludo y capacitación,

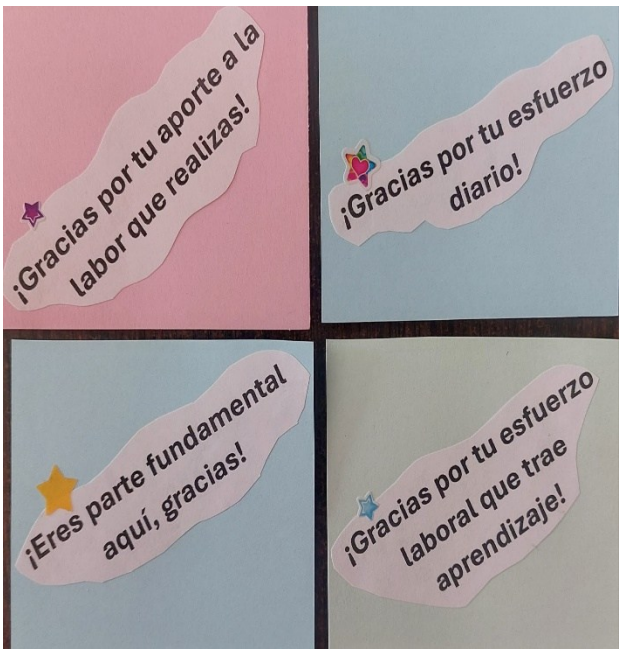
Fecha:12-06-2026	Acta No: 54	Hora Inicio: 9:10 AM	Hora Fin: 9:40 AM

Tema: EL AGRADECIEMIENTO “El poder de un gracias transforma vidas y ambientes”









No.	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMIENTO	SEGUIMIENTO Ejecutado Si/No	
				SI	NO
1	Continuar con las capacitaciones como una forma de transforar Calidad de vida y clima laboral	Beatriz Elena Aricapa C	Se continua según se va construyendo agenda		
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

Alcaldía de PEREIRA

LISTADO DE ASISTENCIA A REUNIONES INTERNAS

Versión: 02 Vigencia: 19 de noviembre de 2025

NOMBRE DEL SUBPROCESO: Infraestructura / TH / SST NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Capacitación "El agradecimiento"

Fecha: Junio 12/2026	Lugar: Vivero Municipal			Hora de inicio: 9:10 am	Hora de terminación: 9:40 am
Seleccione con una X que tipo de actividad se desarrollará	Reunión:	Capacitación: X	Inducción:	Reinducción	Otro: Cual?
Tema de la actividad: El Agradecimiento: "El poder de un gracias Transforma Vidas y ambientes"				Secretaría(s) responsable: Infraestructura	
Objetivo: Sensibilizar y fortalecer en cada Trabajador oficial y contr. la Consciencia e importancia del agradecimiento como valor.				Servidor Público / Contratista / responsable(s): Beatriz Elena Arcapa C.	

Nombres y apellidos	Secretaría / Dependencia	Cargo	Celular	Correo Electrónico	Firma
ORLANDO SALAZAR	INFRAESTRUCTURA	OBRERO	3217068306		Orlando Salazar
Susan Johana Ruiz	Infraestructura	contratista	3146241824	susanruiz1010@gmail.com	Susan Ruiz
JULIETH OCAMPO	JARDINERIA	CONTRATISTA	3052441546	alejandrosalamefranco@gmail.com	Julieth Ocampo
Lina Maria Cardona B.	Infraestruct	Obrera	3105446438	〃	Lina Cardona B
Carlos Eduardo Taro O	Infraestructura	conductor	3117254771	— o —	Carlos Taro
Yeoin Alexander M	Infraestructura	SST	3113402615	— o —	
Manuel. Pam	Infraestructura	Contratista	3023865449	— o —	Manuel Pama
Julia Cesar Londoño	municipio	VIVERISTA	3053973288	macelomarcelo0210@hotmail.com	

Con la firma de este formato se autoriza el tratamiento de la información suministrada, de conformidad con lo establecido en la Ley Estatutaria 1581 de 2012 y la Política de Tratamiento de Datos Personales de la Alcaldía de Pereira.