Lugar	Comunidad de cuidado Tierra del Sol
Fecha	*21/08/2026 Hora: 2:45 pm a 3:00 pm*
Tema	*Eje de atención: "Cuidado Integral", Línea de atención: "Respiro a cuidadores" Actividad: Actívate – Pausas Activas.*
Desarrollo	1. **OBJETIVO:** Promocionar el bienestar del talento humano por medio de espacios destinados para prevenir y atender la carga que genera la demanda del cuidado a persona mayores. **2. DESARROLLO DE LA JORNADA** Teniendo en cuenta el anexo técnico establecido para el centro de comunidad de Cuidado tierra del sol y como mecanismo en el proceso de fortalecimiento del actuar frente a la prestación de servicios de bienestar y cuidado hacia las personas mayores, se considera de importancia fortalecer el proceso de Respiro a cuidadores a partir de acciones definidas como parte de la estrategia de respiro a cuidadores, por tal razón se realiza la ejecución de las actividades relacionadas con pausas activas rutinas realizadas en las distintas jornadas laborales de la comunidad, involucrando dentro de lo posible talento humano de los distintos servicios, para el mes se fortaleció el proceso con las áreas de servicios de alimentos y equipo profesional. Para la realización de las actividades ejecutadas se contó con el apoyo, disposición y preparación del talento humano por áreas, para el presente mes se contó con el apoyo de tallerista, quien realizó sesión de yoga dirigido al equipo técnico profesional. Se realizo actividad especifica con el talento humano del servicio de alimentos en el que se sensibilizó con relación a la importancia de establecer tiempos de cuidado, manejo de temperaturas, desacalorar antes de salir a espacios abiertos, no acumulación de utensilios que superen la altura del hombro, levantamiento de cargas relacionada con posturas adecuadas, no superar cargas de peso según lo establecido por ARL, Hombre no superar peso de 25 kg y mujeres no superar cargas de peso de 12.5 kg. Adicional a ello se realizó la socialización de las estrategias de reporte de posibles casos de acoso laboral y de acoso sexual en el ambiente laboral a partir de código QR, casos a los que se realizará el respectivo seguimiento desde el comité de convivencia laboral. **3. RECURSOS** Sonido Música relajante **4. RETROALIMENTACION**

Las actividades se desarrollan en espacio de confianza, en el que se logra la vinculación libre y autónoma del talento humano quien se encuentran en las distintas áreas de trabajo. Mantener el proceso de pausas activas transformar la cultura organizacional con relación a las actividades de autocuidado, se sigue reflexionando con relación a la importancia de mantener procesos de cuidado como estrategia de disminución de cargas, identificación de riesgos, atención y seguimiento oportuno de situaciones específicas que impliquen al talento humano.

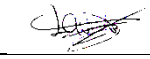
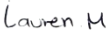
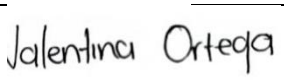
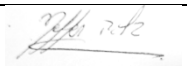
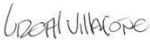
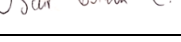
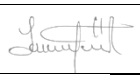
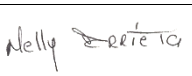
5. REGISTROS FOTOGRÁFICOS

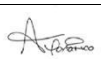
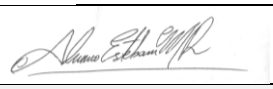




(en los casos donde aplique)
Nota aclaratoria: Los registros fotográficos reposan en el drive de la comunidad de cuidado
Nota aclaratoria: Los documentos reposan en las historias sociales de la comunidad de cuidado

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
Asistentes	Raquel Pinto Sánchez	Coordinadora	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Lina Paola García Méndez	Preofesional jefe de enfermería	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Luisa Fernanda León	Profesional gerontología	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Angela Patricia Timote Prada	Técnico tallerista	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	

	Laura Paola Espinosa Montaña	Profesional psicologia	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Lauren Dayana Manrique Campos	Tecnico Gestion Documental	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Valentina Ortega	Servicio de Alimentos	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Jennifer Vanessa Miranda Escucha	Técnico gestión documental	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Claudia Mónica Meza Lozano	Profesional Nutricionista	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Neffer silva	Profesional Terapia ocupacional	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Lizeth Johana Villafañe Hernández	Profesional Terapia ocupacional	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Jessica Lopez Muñoz	Profesional Fisioterapia	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Mayra Alejandra Galindo Vergara	Profesional Nutricion	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Diana Fernanda Moreno González	Técnico Regente de farmacia	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Luis Alberto Lopez Fonseca	Servicio de Alimentos	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Oscar Guillén Cardona	Profesional trabajo social	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Lucy Jazmín Rodríguez Cruz	Profesional	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Jorge Daniel cruz granados	Técnico en mantenimiento	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Clara Astrid García Rodríguez	Técnico aux. TO	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Nelly edith Arrieta	Servicio de Alimentos	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Yenny Paola Carlos chicuazuque	Servicio de Alimentos	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Rina Milena Castillo Pardo	Profesional psicologa	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Rene Alejandro Pamo Plata	Técnico ambiental	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	

	Angela Maria Rico Pinilla	Profesional	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Fair Castrillón	Profesional en Fisioterapia	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
	Esteban Medina	Tallerista	Comunidad de cuidado Tierra del Sol	
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite	
Próxima reunión	Mes de septiembre de 2026			
Elaboró	Rina Milena Castillo Pardo Psicóloga			