fundación PEPASO
Educación, Organización Trabajo comunitario

JARDÍN INFANTIL FUNDACIÓN PEPASO KENNEDY





FORMATO ACTAS REUNIONES DE EQUIPO

FECHA: Julio 03 2026

PUNTOS A TRATAR: jornada liberada julio **"Un espacio de calma: mi lugar seguro"**

DESARROLLO DE LA AGENDA:

El dia de hoy llevamos a cabo nuestra jornada liberada según agenda enviada por la SDIS **"Un espacio de calma: mi lugar seguro"**, dialogamos un poco sobre como va el proceso.

Bajo el lema "Un espacio de calma: mi lugar seguro", la jornada invita a identificar, adecuar y apropiar un lugar dentro de la unidad operativa que pueda convertirse en un recurso permanente para el bienestar emocional del equipo. Se trata de un espacio pensado para hacer pausas conscientes, gestionar emociones, recuperar la tranquilidad, fortalecer la regulación emocional y favorecer prácticas de auto-cuidado y cuidado mutuo.
Más allá de la adecuación de un espacio físico, esta experiencia busca fortalecer una cultura institucional del cuidado, reconociendo que el bienestar colectivo se construye a través de acciones cotidianas que promueven la empatía, la solidaridad, la escucha y el reconocimiento de las necesidades propias y de las demás personas.

***Objetivo:** Propiciar una pausa consciente que favorezca la calma, la conexión consigo mismas y la disposición la disposición emocional del equipo para el desarrollo de la jornada.*
La jornada inicia con una invitación a disminuir el ritmo habitual de trabajo para dedicar un tiempo al encuentro consigo mismo. Antes de construir un espacio de calma para el equipo,es importante reconocer cómo nos sentimos, qué emociones nos acompañan y qué necesitamos para nuestro bienestar.

Días atrás se solicito una venda para tapar los ojos de las compañeras y que cada una trajera una crema o aceite para un masaje que se realizaría durante la actividad.

De acuerdo a la agenda escogí como líder de la jornada la opción número 2, adecue el espacio del nivel de pre jardín B ubicado en el segundo piso, donde les ambiente el espacio con una luz oscura, música suave, velas y en el centro del salón se hizo en el piso un círculo con bufandas y alrededor alimentos para compartir durante la jornada.

Inicio ingresando una por una con los ojos vendados, sin medias, ni zapatos al lugar organizado para nuestra actividad ubicándolas de manera tal que no estén cerca las mismas compañeras de siempre, una vez están ubicadas inicio preguntándoles como se encuentran el día de hoy, las invito a tener la mejor disposición para la jornada, ya que como muchas son pensadas para ellas.

Inicio invitándolas a respirar en cuatro tiempos, inhalar en cuatro segundos, sostener en cuatro segundos y exhalando en cuatro segundos, recordando la manera adecuada para hacerlo, llevando el aire al vientre, las dejo hacerlo varias veces de fondo música suave relajante, posterior cada una toma aceite o crema de acuerdo a lo que cada uno trajo para la actividad y les voy indicando uno es masajear sus pies cada una hablarles, valorar lo que significan los pies para cada una en silencio lo van realizando.

Luego con crema o aceite se frotan ambas manos hasta sentirlas calientes, es así como se pasa cada una sus mismas manos por sus brazos dejando una distancia mínima y la invitación es a que logren sentir la energía que una misma se transmite, se hace el ejercicio varias veces, inicio nuevamente preguntando cómo se sienten, qué emociones logran percibir en ese mismo instante, de manera simultáneamente les voy ofreciendo maní de sal, almendras, gomitas esto de acuerdo a la postrera que voy tomando.

Dentro de las respuestas encuentro emociones como tranquilidad, paz, amor, felicidad, agradecimiento. Una vez nos escuchamos les pido el favor de retirar las vendas de los ojos, al abrirlos pueden ver lo que hay alrededor y aunque en otras ocasiones lo hemos hecho habían cosas nuevitas que lograron percibir y agradarse con lo visto.

Dirección: CALLE 42A # 99- 16 SUR
Teléfonos: 5702886 - 3164911107
E-mail: kennedypepaso@gmail.com

Powered by CamScanner





Les hago entrega de 1/8 de cartulina negra y varias tizas de fondo les coloco música de diversos géneros a través de los cuales pueden dibujar que sienten en ese momento y con esa cambio de géneros musicales que emociones llegan a sus sentires.

A su vez les voy compartiendo gomitas, mani, almendras, papas con salsita de maíz dulce. Una vez terminamos este momento de la jornada

Una vez finalizado algunas compañeras comparten sus sentires, algunas recordaron momento lindos de sus vidas e incluso momentos que están viviendo en el ahora, otras afloraron sus emociones de tristeza al recordar situaciones o personas que ya no están o que pasaron y eso genera un momento sensible y de mucho respeto.

Es así como podemos unir todo esto con las situaciones diarias que vivimos en el jardín, muchas veces callamos emociones por pena, por limites o simplemente porque nos cuesta manifestar nuestras situaciones por miedo a que quizás se nos juzgue u otras causas que impiden buscar ayuda, pese a que como coordinadora siempre las invito a buscar momentos para respirar, para tomar calma, sin embargo aun no sabemos o no queremos encontrar la razón de porqué no lo hacemos. Por ello continúa la invitación abierta a poder generar las conversaciones o buscar ayuda cuando consideremos oportuno hacerlo.

Como ultima actividad del día construiremos un lugar de calma, un rincón que sea para nosotras, para que sea algo así como un refugio en el momento que lo necesitemos y como su nombre lo indica tener calma y tranquilidad.

Es así como coincidimos todas que el lugar fuese en la terraza, en la casita que alguna vez nos quedo como resultado del cierre del producto final de la profe Milena y Sandy.

Entre todas lo construimos, unas pintamos, otras organizamos el primer trabajo de las cartulinas, otras realizamos el nombre y así sucesivamente hasta lograr el resultado esperado, para finalizar les leí el párrafo siguiente:

"Si tenemos quinientas libras al año y habitaciones propias; si tenemos el hábito de la libertad y la valentía de escribir exactamente lo que pensamos; si escapamos un poco de nuestras salas y vemos a los seres humanos no siempre en su relación con los demás sino en relación con la realidad y el cielo y los árboles o lo que sea que haya dentro de ellos; si miramos más allá del coco de Milton, porque ningún ser humano debería taparnos la vista; si afrontamos el hecho, porque es un hecho, de que no tenemos un hombro para apoyarnos sino que vamos solas y que nuestra relación es con el mundo de la realidad y no solo con el mundo de los hombres y las mujeres, entonces llegará la oportunidad y la poeta muerta que fue hermana de Shakespeare habitará el cuerpo que tantas veces ha abandonado." Pag 83





Dirección: CALLE 42A # 99- 16 SUR
Teléfonos: 5702886 - 3164911107
E-mail: kennedypepaso@gmail.com

Powered by CamScanner

fundación PEPASO
Educación, Organización Trabajo comunitario

JARDÍN INFANTIL FUNDACIÓN PEPASO KENNEDY














Dirección: CALLE 42A # 99- 16 SUR
Teléfonos: 5702886 - 3164911107
E-mail: kennedypepaso@gmail.com

Powered by CamScanner

fundación PEPASO
Educación, Organización y Trabajo comunitario

JARDÍN INFANTIL FUNDACIÓN PEPASO KENNEDY





Dirección: CALLE 42A # 99- 16 SUR
Teléfonos: 5702886 - 3164911107
E-mail: kennedypepaso@gmail.com

Powered by CamScanner

fundación PEPASO
Educación, Organización Trabajo comunitario

JARDÍN INFANTIL FUNDACIÓN PEPASO KENNEDY











Es así como damos por terminado el encuentro.

Anexos: planilla de asistencia.

Realiza el acta y firma:

Angie Johanne Segura Delgado.
Dirección: CALLE 42A # 99- 16 SUR
Teléfonos: 5702886 - 3164911107
E-mail: kennedypepaso@gmail.com

Powered by CamScanner