



## INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

SEPTIEMBRE	2025
Mes	Año

### I.- Datos.

1.- Nombre.	CATERINA PAZ TOBAR PALMA		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 1283	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 250422
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - MUJERES JEFA DE HOGAR		

### II.- Función según lo que indica el contrato de prestación de servicios.

Contar con una monitora que apoye la ejecución y desarrollo de taller Empoderamiento Femenino correspondiente a Programa Mujeres Jefas de Hogar 2025

Realizar difusión de talleres

Realizar proceso de inscripción

Realizar taller de Empoderamiento Femenino

Realizar presentación en certificaciones Programa Mujeres Jefas de Hogar

### III.- Descripción de las funciones realizadas.

Se realiza taller de Empoderamiento Femenino

En cada puesto de las alumnas dejó la portada del taller con 3 hojas, 5 pos it, un lápiz pasta y una carta de "Volver a ti" de mi autoría.

En la pizarra puse 6 caras con distintas emociones haciendo las preguntas de cómo llegan y cómo se van del taller. Cada alumna al llegar a la sala tenía que firmar la asistencia y pasar a responder en la pizarra el con que emoción llegaban al taller para luego tomar asiento en el puesto que escogieran.

Inicio

A cada alumna le puse en su muñeca un aceite esencial y las llevé a una meditación en donde les pedí conectar con su luz interior y con las sombras, mencionando que tanto la luz como las sombras son parte de nuestra historia y nos ayudan a formarnos.

Luego de eso les indiqué que respondieran la encuesta que ayudara a medir el avance y darle seguimiento al proceso que vivirán estos 3 meses.

Desde ahí continuamos con que en su primera hoja escribieran que es para cada una las sombras, porque las oculto del mundo y que me da vergüenza mostrar.

Cada una compartió lo que escribió y lo fuimos anotando en la pizarra con el fin de ver que muchas cosas que decían, alguna otra compañera también lo nombraba.

Desarrollo

Realizamos la dinámica conexión con las sombras y desde ahí les solicité que dibujaran su sombra, para ello les pasé lápices de colores y las dejé unos minutos que decantaran lo que la mente les decía. Algunas tenían claro lo que era para ellas y dibujaron con distintos colores, también escribieron. Otras no sabían qué hacer y les pedí que dejaran fluir todo lo que tenían en la mente para eso las iba ayudar solo dibujar y de a poco comenzaron a dibujar y a escribir.

Luego de eso formé grupo de 3 y uno de 4 para que conversaran entre ellas y vieran de qué forma se relacionaban sus sombras. Pase por cada grupo y me di el tiempo de resolver dudas y ayudarlas a encontrar la relación. Hablamos sobre pensamientos desde la escasez y pensamientos desde la gratitud, pudieron ver desde donde estaban observando y cuestionarse el porqué. Cuál era el origen y cómo podía hacer el cambio a la gratitud.

Luego una alumna del grupo debía escribir una frase o palabra que las identificara como grupo.

Terminamos esta parte con la herramienta GALA de mindfulness la cual ayuda a enfocarse en la gratitud, aprendizaje, logro y alegría.

Cada una de las alumnas escribió en 4 post it lo que agradecían, lo que habían aprendido, lo que habían logrado y que las había alegrado. Pasaron a la pizarra y las pusieron en su respectivo lugar.

**Cierre**

Cada una de las alumnas se les pidió que conectaran con una frase o con una palabra que las ayudara a decir cómo habían vivido el taller. Cada una compartió con todas lo que había sentido o experimentado.

Luego de eso les puse cremas en las manos y les pedí que se masajearan las manos con amor y con gratitud hacia ellas que eran primordiales en todo lo que hacían todos los días.

**Vieron el mensaje de su carta y nos sacamos una foto**

**Inicio**Al momento de llegar cada alumna se dirigió a firmar la asistencia. Luego pasaron por la pizarra para dejar escrito en ella con cuál emoción llegaban al taller.

Después pasaban a sus puestos. Comenzamos con un aceite esencial que fue puesto en sus muñecas para realizar 3 respiraciones profundas y conectar con el momento presente, observarme y disponerme a la sesión. Observamos en la pizarra como llega la mayoría al taller y dimos unos minutos para que cada una pudiera servirse té y volver a su puesto.

Cada una tenía que escribir en un post it algo bonito que les hubiese gustado que les dijeran hoy, y si se lo dijeron lo podían escribir igual. El papel lo tenían que doblar y dejar en un frasco.

**Desarrollo**Hoy trabajamos las creencias limitantes para eso la pizarra tenía dos partes. Una de ellas con las creencias limitantes y la otra con los re significados de esas creencias.

La dinámica consta de que cada una de las alumnas en sus puestos tenían un post it donde escribieron la creencia que sienten que no les permite avanzar, una vez que la escribieron pusieron su creencia en la pizarra. Podía ser una creencia actual o del pasado.

Forme 6 grupos y a cada grupo les pase al azar post it en donde entre ellas tenían que re significar las creencias que aparecían. Luego cada grupo se tenía que levantar mencionar las creencias que las limitaban y toda la sala tenía que hacer eco de esa creencia, observamos como se sentía, como la vivimos de forma corporal. El tiempo que nos dimos para la activada pasé por cada grupo y las ayude en que identificaran desde qué perspectiva estaban viendo las creencias.

Para luego, cada grupo tenía que decir su re significado y pasar hacia el lado de la pizarra en donde ese re significado nos permite brillar, sentirnos poderosas, y tomar las riendas de nuestra historia.



Aparecieron distintas palabras como luminosa, poderosa, empoderada, tranquila, confianza, valentía en los distintos re significados.

**Cierre**Cada alumna se llevó como tarea responder la herramienta de mindfulness G-A-L-A con el fin de enfocar su atención en los aspectos positivos, que generan bienestar, contrarrestando el sesgo de negatividad enfocándose en la gratitud, aprendizaje, logro y alegría del día. La cual la volveremos a ver la próxima sesión.

**IV.- Cobertura: (mencionar y adjuntar documentos de respaldo).**

Fecha Cobertura: 2025-09-02	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



		
Fecha Cobertura: 2025-09-02	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-09-02	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura: 2025-09-09	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-09-09	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura:  
2025-09-09

Descripción Cobertura:  
Fotografía

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA





**V.- Observaciones.**

--


--

### CERTIFICADO CONTRAPARTE TÉCNICA

Yo, **JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA, DIRECTOR DE DESARROLLO COMUNITARIO**, en mi calidad de contraparte técnica del prestador/a de servicios a honorarios que emite el presente informe, certifico que ha realizado sus funciones en el presente mes, en virtud al contrato de prestación de servicios que corresponde, y a los objetivos y requerimientos de las labores aprobadas por el concejo municipal o del Programa Municipal en que se desempeña.

  
\_\_\_\_\_  
**JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA**  
**DIRECTOR**  
**DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO**



  
\_\_\_\_\_  
**LISSETTE JAZMIN SOTO FARIAS**  
**COORDINADOR (A) PROGRAMA**



