

## INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA DE ENTREGA DE INFORME:

31 MAY 2024

NOMBRE PERSONA CONTRATADA : CLAUDIA ANDREA ESPINOZA ENRIQUEZ

CARGO : MONITORA TALLER DE AUTOCUIDADO


DEPENDENCIA : DIDECO UNIDAD : DISCAPACIDAD

N.º DE DECRETO : 748 FECHA DECRETO : 24 abril 2024

MES A CANCELAR : Mayo 2024 IDDOC DECRETO : 1838890


BOLETA N° : 29 FECHA BOLETA : 31 Mayo 2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	Monitora de taller de autocuidado para personas con discapacidad y personas cuidadoras. Realizar 1 taller mensual. Apoyar actividades comunitarias de la Oficina de la Discapacidad y de la Dirección de Desarrollo Comunitario, si fuere necesario.
FECHAS	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
SEMANA 1 Del 1 al 5 de Mayo	Se realiza dinámica de presentación para entrar en calor al ritmo de palmas donde cada participante dice su nombre y luego se suma al de los compañeros, para continuar tomando un instrumento que les guste y decir su gusto musical. Realizamos ejercicios de respiración consciente a través de 3 sonidos sanadores del Tao (páncreas, estómago y corazón) Se les invita a compartir lo que saben del uso del eucaliptus, para luego la monitora complementar sus usos en infusiones, aceites e inhalaciones y se aromatiza el espacio con este árbol. Se les cuenta los usos medicinales del copihue para conectar con la alegría. Se finaliza la actividad enseñando a realizarse un automasaje de manos y cómo elaborar sus propios aceites de masajes con plantas.

  
CLAUDIA ESPINOZA ENRIQUEZ  
MONITORA DE TALLER DE  
AUTOCUIDADO



SUSANA ZURITA DOMÍNGUEZ  
ENCARGADA OFICINA DE LA  
DISCAPACIDAD

  
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA  
PROFESIONAL DESARROLLO  
COMUNITARIO