



DIDECO

Dirección de Desarrollo Comunitario

Informe de Agosto de 2026

Nombre: Macarena Carvajal Jimenez

Con respecto a las funciones establecidas por el contrato de honorarios entre la Ilustre Municipalidad de Padre Hurtado, DIDECO y mi persona, informo respecto de los siguientes cometidos:

- Diseñar y ejecutar 3 talleres mensuales enfocados en aromaterapia y bienestar integral, incorporando herramientas prácticas de autocuidado físico, emocional y mental.
- La profesional deberá coordinar previamente con la Oficina de la Mujer las fechas y contenidos.
- En caso de cualquier percance los talleres pueden ejecutarse vía online, presentando en el informe mensual el link de conexión y fotos de la reunión online.
- Entregar un informe mensual que deje en evidencia las actividades realizadas, con sus respectivas listas de asistencia.

Agosto

Durante el mes de agosto se dio continuidad al proceso formativo en aromaterapia y bienestar integral, reforzando herramientas prácticas para el autocuidado y el manejo de la sobrecarga física y emocional de las cuidadoras. Las sesiones mantuvieron una metodología participativa y un espacio de confianza, contención y aprendizaje colectivo.

Taller 1 (07-08-2026): Aromaterapia para recuperar la energía. Se abordaron las propiedades de aceites esenciales asociados a la vitalidad y concentración. Las participantes realizaron ejercicios de respiración y conocieron formas sencillas de incorporarlos en su rutina diaria.

Taller 2 (14-08-2026): Autocuidado emocional y manejo del estrés. La jornada permitió reconocer señales de cansancio y sobrecarga asociadas a las labores de cuidado. Se practicaron técnicas de relajación, conexión corporal y aromaterapia para favorecer el equilibrio emocional.



DIDECO

Dirección de Desarrollo Comunitario

Taller 3 (21-08-2026): Cierre y elaboración de preparación aromática. Las participantes elaboraron una preparación de autocuidado, aplicando los aprendizajes adquiridos durante el proceso. La actividad finalizó con una reflexión grupal sobre la importancia de cuidar su bienestar físico y emocional.

Las jornadas de agosto permitieron consolidar los conocimientos adquiridos, fortalecer las prácticas de autocuidado y promover el uso seguro de la aromaterapia. El cierre favoreció la valoración de los aprendizajes y el fortalecimiento de las redes de apoyo entre las cuidadoras.



DIDECO

Dirección de Desarrollo Comunitario

	07	14	21	
María Caceres	☒	☒	☒	
Rosa Díaz	☒	☒	☒	
Patricia Alejandra Nuñez tapia	☒	☒	☒	
Claudia Contreras	☒	☒	☒	
Ivette Coñuecar	☒	☒	☒	
Blanca Elizabeth Bustos Vines	☒	☒	☒	
María montenegro	☒	☒	☒	
carmen carinao	☒	☒	☒	
María Morales	☒	☒	☒	
Pamela González	☒	☒	☒	
Natalia Canales	☒	☒	☒	
Daosy linda hidalgo	☒	☒	☒	
Ana Corina Toledo	☒	☒	☒	