

INFORME MENSUAL DE PRESTACIONES DE SERVICIO

TALLERES MUNICIPALES DIDEKO 2024.

MES: AGOSTO

NOMBRE: ROSA CANALES VILLARROEL
RUT:
TALLER: PSICOEMOCIONAL
FECHA: 08-22-29 AGOSTO y 05 SEPT.
HORA: 17:15 a 19:15 horas

- **TALLER PSICOEMOCIONAL CLASE 1: QUIEN SOY YO** **8-08-2024**
- **APRENDER A AMARNOS NOS HACE MÁS FELICES Y NOS SANAMOS**

Se realiza exposición y detalle de terapias que ayudan en el bienestar psicoemocional como son Reiki, reflexología, masoterapia holística, biomagnetismo y flores de Bach.

Las alumnas se abren a hablar de sus emociones.

Se entregan técnicas para gestionar las emociones y aprender a manejarlas de tal forma que vayamos lentamente dominando nuestros pensamientos negativos y/o recurrentes que nos desequilibran y desarmonizan.

Apoyo con Flores de Bach.

- **TALLER MOTIVACIONAL: CLASE 2: LOS MIEDOS Y TEMORES** **22-08-2022**
- **OBJETIVO DEL TALLER: RECONOCER EL MIEDO COMO PARTE NORMAL EN LA VIDA Y COMO EMPEZAR EL CAMINO PARA DOMINARLO**

Analizar diversos tipos de miedos y temores y mediante técnicas y hábitos poder vencerlos y hacernos más fuertes.

Enseñar la importancia de la calidad de pensamiento

El efectivo apoyo con flores de Bach, para sanar los temores.

Discutir y aprender sobre el perdón, hacia los demás y hacia nosotros mismos.

Apoyo con Flores de Bach.

- **TALLER MOTIVACIONAL: CLASE 3: ESTADOS DE ÁNIMO** **29-08-2024**
- **OBJETIVO DEL TALLER: APRENDER A RECONOCER EMOCIONES Y MEDIANTE TÉCNICAS DE RESPIRACIÓN Y VERBALIZACIÓN INICIAR EL CAMINO DE SANACIÓN EMOCIONAL Y ANÍMICA.**

La importancia de la verbalización y como utilizar frases de apoyo de elevada frecuencia. Hacernos conscientes de que podemos modificar positivamente nuestros estados de ánimo y educar la mirada en el optimismo.

Apoyo con Flores de Bach.



ZAPALLAR

ZAPALLAR



- **TALLER MOTIVACIONAL: CLASE 4: FLORECER** 05-09-2024
- **OBJETIVO DE LA CLASE: SABERSE PARTE DE LA NATURALEZA, UTILIZAR LO QUE NOS DA, DESARROLLAR NUESTRAS POTENCIALIDADES E INICIAR EL CAMINO HACIA EL FLORECIMIENTO (SENTIRSE PLENOS)**

Mirar la naturaleza como nuestra compañera de vida.

Introducción a las hierbas medicinales de Edward Bach.

El florecimiento y estado de plenitud.

Entrega de archivo flores de Bach y sus descripciones y cualidades.

Entrega de archivos de libros relacionados a los temas tratados durante el mes, para que puedan profundizar en cada uno.

Nota: En cada clase se realizó sesiones de biomagnetismo, con el fin de ayudar a cada alumno en problemáticas personales. Mas que nada para que puedan evidenciar la efectividad de esta terapia y su beneficio y aporte para nuestra vida.

Se entrega materiales para el taller; Lápiz y hojas de apuntes para los alumnos

Se entrega apoyo en coffee saludable



PILAR CUEVAS MARDONES

"POR ORDEN DEL SR. ALCALDE"

I. MUNICIPALIDAD DE ZAPALLAR