


INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

| | |
|-----|-------|
| Mes | ABRIL |
|-----|-------|

| | | | |
|--------|-------------------|----------------------|--------------------|
| Nombre | PAREDES SILVA PAZ | | |
| RUT | [REDACTED] | Período del Contrato | 01/04 - 30/11 2026 |

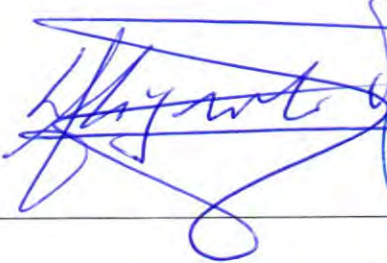

| ID | Nombre Taller | Horario 1 | Horario 2 | Lugar de Ejecución | Asistentes |
|-----|-------------------------|-----------------|-----------|------------------------|------------|
| T.1 | MINDFULNESS Y BIENESTAR | MAR 14:00-16:00 | — | ALONSO DE CAMARGO 8671 | 5 |

| ID | Descripción de Actividades (Ver ID del Taller) |
|-----|--|
| T.1 | <p>Durante el primer mes de taller se desarrolló una introducción integral al enfoque de mindfulness, centrada en el aprendizaje y la práctica de la atención plena en el momento presente. A lo largo de las sesiones, se abordaron conceptos fundamentales sobre la importancia de estar conscientes de la experiencia inmediata, promoviendo herramientas concretas para la autorregulación emocional y la conexión mente-cuerpo.</p> <p>Se trabajaron diversas técnicas de respiración consciente, orientadas a favorecer la calma, la concentración y la reducción del estrés. Estas prácticas se complementaron con ejercicios de meditación guiada, tanto estática como activa, facilitando que los participantes exploraran distintas formas de vincularse con su atención y su entorno.</p> <p>Asimismo, se incorporaron actividades prácticas y creativas que reforzaron los contenidos teóricos. Entre ellas, destacó la pintura de mándalas asociadas a los chakras, permitiendo trabajar aspectos emocionales y energéticos desde una perspectiva simbólica y reflexiva. De igual manera, se realizaron ejercicios con masa DAS, mediante la elaboración de moldes, con el objetivo de fomentar la conexión con el presente a través de la experiencia sensorial y manual.</p> <p>En conjunto, las actividades desarrolladas durante el mes evidencian un enfoque metodológico activo y participativo, orientado a fortalecer habilidades de conciencia plena, expresión personal y bienestar integral.</p> |

| | |
|----------------------------------|--|
| Firma prestador de los servicios |  |
|----------------------------------|--|

El jefe del Departamento de Gestión de Talleres, de la Municipalidad de Las Condes, que firma al pie del presente informe, certifica y acredita fehacientemente que el/la Sr/a. PAREDES SILVA PAZ, RUT: [REDACTED], dio cabal cumplimiento durante el mes ABRIL de 2026, a la prestación de servicios a honorarios para el cual fue contratado de acuerdo al respectivo contrato a honorarios, con cargo al Programa TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO 2026.

Asimismo, apruebo el presente informe mensual de actividades realizadas para el cumplimiento de la prestación de servicios objeto de su contratación, el que fue revisado en forma exhaustiva por el suscrito, siendo toda la responsabilidad -con carácter de excluyente-, de este supervisor, ya sea que esta se origine en la ejecución de la prestación de servicios conforme al contrato; en la fidelidad del contenido del Informe Mensual del mes de ABRIL de 2026; de todos los antecedentes que se acompañan por el servidor a honorarios; así como en la correcta verificación de que el contenido de dicho informe es de completa autoría de la/el Sra./Sr. PAREDES SILVA PAZ

| | |
|-------------------------------------|--|
| Nombre Jefe de Departamento | Roberto Vignolo Paredes |
| Firma y timbre Jefe de Departamento |   |



V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO


Las Condes, ABRIL de 2026
mes de año

MEDIOS DE VERIFICACIÓN:

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

Taller de mindfulness.

Trabajo de mandalas segundo chakra



Trabajo con masa Das



Trabajo de mandala primer chakra

