

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

Mes	MAYO
------------	-------------

Nombre	GARRIDO SANCHEZ PAULA		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/05 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	DESARROLLO PERSONAL	MAR 10:00-12:00	---	TOLTEN 8115	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Durante el mes de mayo se realizó el Taller de Desarrollo Personal, orientado al fortalecimiento del bienestar emocional de las participantes, promoviendo herramientas que contribuyan a una vida más positiva, consciente y significativa. En este contexto, se abordó el concepto de felicidad desde diversas perspectivas, considerando su significado en la actualidad, su origen etimológico en el latín, referencias históricas y culturales, así como aportes de la ciencia moderna vinculados al bienestar emocional, la salud y la esperanza. La metodología utilizada fue participativa y reflexiva, favoreciendo la creación de un espacio acogedor, cercano y de confianza para las participantes. Se fomentó el diálogo, la escucha activa y la interacción grupal, permitiendo compartir experiencias personales y reflexionar sobre la aplicación de los contenidos en la vida cotidiana. Asimismo, se realizaron ejercicios individuales y grupales orientados al autoconocimiento, la valoración personal y la identificación de herramientas que favorezcan una mirada más positiva, resiliente y consciente frente a los procesos personales y cotidianos de cada participante.

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

