

07 AL 11 DE SEPTIEMBRE

Semana del Bienestar

y Salud Mental

Programación de actividades para asistentes de la educación

LUNES 07

TALLER PRÁCTICO -
INFORMATIVO SOBRE EL
MANEJO DEL ESTRÉS Y
ANSIEDAD EN TIEMPOS DE
CRISIS.

19:00 HORAS

Facilitadores:
PS Waleska Ibarra
PS. Jorge Olivares

DIRIGIDO A

Asistentes de aula
Inspectores
Administrativos
Asistentes de aseo

MARTES 08

YOGA- MINDFULNESS -
RELAJACIÓN
(CON SIENTE MENTE)

17:00 HORAS

Facilitadora:
Profesora Valentina Jorquera.

DIRIGIDO A

Asistentes de aula
Inspectores
Administrativos
Asistentes de aseo.

CONCIENCIA SOCIAL EN
TIEMPOS DE PANDEMIA

19:00 HORAS

Facilitadoras:
TS. Bárbara Acuña
TS. Susana Roque

DIRIGIDO A

Asistentes de aula
Inspectores
Administrativos
Asistentes de aseo
Asistentes PIE - SEP

MIÉRCOLES 09

TALLER PRÁCTICO -
INFORMATIVO SOBRE LA
IMPORTANCIA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL
BIENESTAR.

19:00 HORAS

Facilitadores:
Equipo de educación física.

DIRIGIDO A

Asistentes de aula
Inspectores
Administrativos
Asistentes de aseo

JUEVES 10

No hay actividades programadas

VIERNES 11

YOGA- MINDFULNESS -
RELAJACIÓN
(CON SIENTE MENTE)

17:00 HORAS

Facilitadora:
Profesora Valentina Jorquera.

DIRIGIDO A

Asistentes de la educación
PIE - SEP



LOS TALLERES SERÁN POR PLATAFORMA

Google Meet