

VALLENAR, 01 AGO 2023

02666
Decreto Exento N° _____/

Vistos:

- 1.-Instrucciones de Contraloría General de la Republica.
- 2.-Memorandúm N° 1156 con fecha 17 de Julio de 2023 que aprueba programa de la actividad.
- 3.- Certificado N° 1804 con fecha 18 de Julio de 2023 que aprueba presupuesto del programa.
- 4.- Decreto Exento N° 1609 y 1950 de la Alcaldía que delega facultad de Firmas por "Orden del Sr. Alcalde".
- 5.- Teniendo presente las atribuciones que me confiere la Ley Orgánica Constitucional de Municipalidades y sus modificaciones.



Decreto:

1. -Apruébese Presupuesto Programa de **PROGRAMA MUJERES JEFAS DE HOGAR**, a desarrollarse el día 04 de Agosto del 2023, para gestionar compra de servicio de producción y logística por concepto de jornada de autocuidado para el equipo de profesionales que componen este Programa.
- 2.- Costo total del programa \$300.000.- Impuesto Incluido.
- 3.- Los gastos que demande la ejecución del programa serán imputados al ítem indicado en cuadro presupuestario, cuenta N° 114.05.01.184.000.000 "**SERNAM CONVENIO MUJER TRABAJADORA Y JEFAS HOGAR**" gestión fondos de tercero, del Presupuesto Municipal vigente.
- 5.- Tómese conocimiento por la Dirección de Administración y Finanzas para los fines que haya lugar.

ANÓTESE, COMUNÍQUESE, Y ARCHÍVESE

➤ **Por Orden del Sr. Alcalde Firman:**



FELIPE IRIGOYEN ARAYA
SECRETARIO MUNICIPAL (S)



VICTOR ESCUDERO FAILLA
ADMINISTRADOR MUNICIPAL

DISTRIBUCION:

- DIDECO
 - Transparencia (copia digital)
 - Archivo Oficina de Partes
- BA/VEF/CZT/FLGP/LAC/flgp.-

PROGRAMA
“JORNADA AUTOCUIDADO DE EQUIPO COMUNAL PROGRAMA MUJERES JEFAS DE HOGAR”

OBJETIVO GENERAL

Facilitar una jornada de Autocuidado al equipo comunal del Programa Mujeres Jefas de Hogar Vallenar, como estrategia para la prevención ante situaciones de desgaste emocional, como resultado de la carga laboral a lo largo del tiempo, estando expuestos a situaciones de estrés en el lugar de trabajo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1) Entregar un espacio recreativo en donde el equipo comunal tenga la posibilidad de desarrollar aptitudes y aprendizajes al aire libre.
- 2) Promover la salud desde las acciones del autocuidado al aire libre, que permita eliminar los sentimientos negativos hacia el trabajo a causa del clima organizacional.
- 3) Fortalecer la comunicación, el trabajo en equipo y la colaboración entre los participantes para un mejor bienestar personal y laboral.
- 4) Eliminar los sentimientos de agotamiento y de falta de energía laboral.
- 5) Reforzar el trabajo en equipo entre la dupla ejecutora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.
- 6) Favorecer un clima social organizacional nutritivo dentro de la dupla ejecutora del PMJH de Vallenar.

ITINERARIO: Salida desde Vallenar partir de las 08:00 horas, el regreso será dependiendo del lugar en donde se ejecute el autocuidado.

PRESUPUESTO PROGRAMA: \$300.000 (para dos personas)

FECHA DESTINADA DE SALIDA: PRIMERA SEMANA DE AGOSTO 2023

JUSTIFICACIÓN

El estrés es un proceso natural que responde a nuestra necesidad de adaptarnos al entorno, pero resulta perjudicial si es muy intenso o se prolonga en el tiempo, ya que puede volverse un problema crónico.

El nivel de estrés entre los trabajadores hoy en día es tal que hasta recibe su propio nombre: Burnout Laboral, también conocido como **agotamiento laboral**. Este síndrome se produce por la sobrecarga en el trabajo, produciendo elevados niveles de estrés que, progresivamente van manifestándose físicamente pudiendo llevar graves consecuencias para nuestra salud.

Por tal motivo, este programa está enfocado a eliminar este agotamiento laboral por medio de distintas actividades al aire libre, específicamente en Centro Raíces donde además de conocer dicho espacio, permitirá experimentar la conexión con la naturaleza y la desconexión sobre el trabajo que comúnmente se realiza.

PROGRAMA (ACTIVIDADES Y LUGAR)

Lugar: Dentro de la Región de Atacama

Fecha de Autocuidado: Primera semana de agosto 2023

Horario: 08:00 a 18:00 horas.

- **Desayuno**

La jornada del autocuidado deberá iniciar con la llegada del equipo comunal al lugar y posterior a esto con el servicio de desayuno.

- **Actividad de aprendizaje**

El proveedor deberá generar una actividad de aprendizaje, en donde el equipo comunal pueda adquirir nuevos conocimientos que promueva el desarrollo de nuevas habilidades y aptitudes para la vida diaria y laboral.

- **Actividades de autocuidado y reflexión**

El proveedor deberá realizar actividades de autocuidado y reflexión al equipo comunal para la promoción del buen manejo del estrés y mejora en la calidad de vida tanto personal como laboral. Con esta actividad se pretende también que el equipo pueda analizar en conjunto los nudos críticos que puedan existir y de alguna manera generar estrategias para la mejora de estos y además tener un buen ambiente de trabajo.

- **Almuerzo.**

- **Uso de las dependencias del lugar**

El proveedor deberá disponer de las dependencias del lugar de uso para el equipo donde puedan utilizar el servicio sanitario, espacios de descanso y recreación.

CONSIDERACIONES

Traslado.

Alimentación consiste en desayuno, refrigerios y almuerzo.

Caminatas de nivel básico, aptas para todas las personas.

Llevar ropa y zapatos cómodos, bloqueador solar, gafas de sol, ganas de compartir y disfrutar.

Sujeto a condiciones climáticas y disponibilidad al reservar.

PRESUPUESTO	
Traslado ida y vuelta, alimentación desayuno, refrigerios y almuerzo, tour guiado, relatora para dinámicas de autocuidado (para dos personas)	\$300.000
TOTAL IVA INCLUIDO	\$300.000

PARTICIPANTES:

**LISSETTE ALVAREZ CID
MAHITE FRITIS CAMPILLAY
EQUIPO COMUNAL
PMJH VALLENAR**

Vallenar, 27 de JUNIO de 2023.