



Newsletter

BIENESTAR

A TU SERVICIO

- | **13 de Junio:** Día de Tejer en Público.
- | **Campaña solidaria de invierno:** “Abrigar la Esperanza”.
- | **Bienestar en Terreno:** Visita a Sede Cienfuegos.
- | **Actividad Destacada:** Entrega Obsequios de cumpleaños.
- | **Recuento Actividades:** Primer Semestre.
- | **Convenios** Vigentes.
- | **Recordatorios:** Campañas y Servicios.
- | **Gestión de** Beneficios.

13 de Junio

DÍA DE TEJER EN PÚBLICO

El segundo sábado de junio de cada año se celebra internacionalmente el Día de Tejer en Público. El objetivo es reunir a la comunidad de tejedoras y tejedores en espacios abiertos—como plazas o parques— para compartir su pasión, visibilizar este arte milenario y socializar al aire libre.¹

Beneficios de Tejer²

Estudios recientes sugieren que las tareas lentas y táctiles, como tejer, pueden activar los sistemas cerebrales y favorecer la salud cognitiva a largo plazo de diversas maneras, incluyendo el desarrollo de la memoria, la atención y la función motora, a la vez que ayudan a regular el estrés. En otras palabras, independientemente de la edad o el género, practicar pasatiempos prácticos y mentalmente exigentes, ya sea tejer, tallar madera o construir maquetas, puede ser una de las maneras más sencillas de cuidar la salud cerebral. Entre los principales beneficios de tejer destacan:

- Reduce los niveles de cortisol, aumento de la serotonina y dopamina.
- Reduce el estrés y la ansiedad.
- Mejora la regulación emocional.
- Mejora la concentración.
- Mejora la memoria y creatividad.
- Retrasa el deterioro cognitivo relacionado con la edad.

¹ Disponible en:

<https://nationaltoday.com/international-knit-in-public-day/>

² Disponible en:

<https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2025/11/tejer-no-solo-relaja-el-sorprendente-efecto-que-tiene-en-tu-cerebro-segun-la-ciencia>



El Día Mundial de Tejer en Público, no sólo nos invita a realizar una práctica creativa de estas técnicas ancestrales, sino que además nos invita a hacerlo en los más diversos lugares públicos de manera de visibilizar dicha actividad como un espacio de encuentro, aprendizaje y creación.

Son diversas las actividades que se organizan para conmemorar este día, desde exhibiciones y ferias en espacios públicos hasta encuentros masivos de tejedores y tejedoras en plazas y parques en distintas ciudades del mundo. Estos espacios están destinados a la interacción entre tejedores/as, la venta de insumos y accesorios para el tejido y la venta de tejidos artesanales.

La entrada a estas actividades es (habitualmente) gratuita y abierta a todo nivel (desde principiantes hasta expertos). Este año se realizaron actividades masivas en diversos lugares como el encuentro de los Hombre Tejedores (@hombretejedores) en el Centro GAM y el de Tejiendo Chile en el Cerro San Cristóbal.



CAMPAÑA SOLIDARIA DE INVIERNO



AGRUPACIÓN

“Abrigar la
ESPERANZA”

Les invitamos a participar de la Campaña Solidaria de Invierno que organiza el Servicio de Bienestar, en beneficio de la agrupación “**Abrigar la Esperanza**”. Dicha institución se dedica a recolectar, durante todo el año, diversos tipos de tejidos destinados a ayudar diversos grupos de personas e instituciones, entre ellas: hospitales de niños/as, hogares de ancianos, personas en situación de calle, etc.

Este año puedes donar:



Cuadraditos de 20x20 cms
(cualquier técnica: palillos, crochet, telar, etc.).



Ovillos de Lana.



Gorros de lana (para diferentes edades).



Importante:

- La campaña estará disponible **hasta el día viernes 31 de julio** de 2026.
- Las donaciones serán recibidas en el **Servicio de Bienestar, piso 7**, Edificio Amunátegui 139.



Visita

SEDE CIENFUEGOS

Charla sobre convenios y beneficios del
Servicio de Bienestar



ACTIVIDAD DESTACADA



Seguimos con **LA ENTREGA DE REGALOS**

de cumpleaños para socios y socias a nivel nacional

Metropolitana



Tarapacá



Ñuble



BíoBío



Aysén



RECuento DE

Actividades DEL PRIMER SEMESTRE

Región Metropolitana:



VENTA SEGURO DE ACCIDENTES



PREVENTA DE PANORAMAS



MASAJES EN SILLA



PREVENTIVOS DE SALUD

Región Metropolitana:



FERIA TEMÁTICA DÍA DE LA MADRE



BIENESTAR EN TERRENO

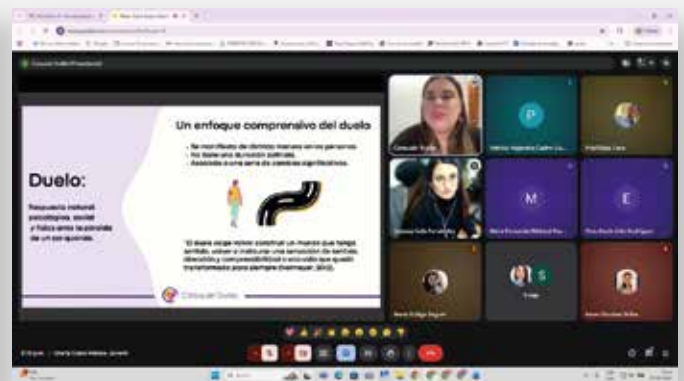


FERIA TEMÁTICA DÍA DEL PADRE

A nivel Nacional:



CHARLAS ONLINE



CONVENIOS SERVICIO DE BIENESTAR

NACIONAL:

Mashini®

Tienda y marca chilena especializada en textil hogar y decoración.

Les recordamos que se encuentra vigente nuestro convenio con Mashini, empresa del rubro textil que ofrece diversos productos para el hogar.

¿En qué consiste el beneficio?

El convenio consiste en un **10% de descuento** en todos los productos **por compras online**.

¿Cómo acceder al beneficio?

Visitar **www.mashini.cl**, revisar y escoger los productos y agregarlos al carro. Al momento del pago se debe ingresar el código de descuento **MINISTERIO** y se aplicará el descuento en el total de la compra.

Formas de Pago:

Webpay, Transbank.



Importante:

- Este beneficio es para todo el personal del MTT (planta, contrata y honorarios).



RECORDATORIO

Campaña Permanente: “Junta tus tapitas” (Damas de Café)

Les recordamos que esta campaña de recolección de tapas plásticas es un aporte permanente que pueden realizar para reducir la contaminación del planeta y a la vez ayudar económicamente a las familias de pacientes pediátricos oncológicos del Hospital Dr. Luis Calvo Mackenna y del Hospital San Juan de Dios.

Recibimos sus donaciones durante todo el año en las oficinas del Servicio de Bienestar (Amunátegui 139, piso 7). Las tapitas deben venir limpias y secas.

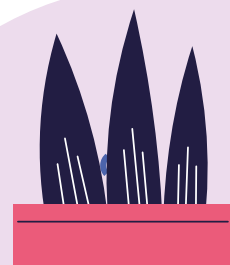


Catálogo Biblioteca

Les recordamos que se encuentra disponible en la Intranet (SUBTEL y SUBTRANS) el catálogo de la Biblioteca que el Servicio de Bienestar pone a disposición de todo el personal, para que puedan revisar y solicitar los libros que requieran para lectura escolar o personal (disponibles sólo libros físicos, no digitales).

Si necesita más información, contactar a Patricia Castro Godoy al correo electrónico:

pcastrog@mtt.gob.cl o al anexo 3726 (Anteponer un 9 en caso de SUBTEL).





GESTIÓN DE BENEFICIOS

**Casillas de correo electrónico para tramitar los beneficios
del Servicio de Bienestar:**

Subsidios:

✓ bienestar.subsidios@mtt.gob.cl



Reembolsos dentales y/o médicos fuera de plazo:

✓ bienestar.dentalyfuera deplazo@mtt.gob.cl

Reembolsos y/u orientación sobre el Seguro Complementario de Salud:

✓ bienestar.bci@mtt.gob.cl

Préstamos de auxilio o médico:

✓ bienestarprestamos@mtt.gob.cl



Crédito para casas comerciales en convenio:

✓ bienestarcasascomerciales@mtt.gob.cl

Convenio Gas Abastible:

✓ bienestargas@mtt.gob.cl

IMPORTANTE:

Recordamos que todos los formularios para tramitar sus beneficios se encuentran disponibles en la Intranet de cada Subsecretaría, en el banner del Servicio de Bienestar.

