Generación
2024
soymás

soymás
FUNDACIÓN

Equipo Educación Chile

Bárbara Etcheberry · Directora Ejecutiva

Pilar Varleta · Psicóloga y Directora

Catalina Díez · Directora Administración y Finanzas

Carolina Alcaíno · Coordinadora de Proyectos y RRHH

Patricia Coñonir · Control de Gestión

Francisca Cholakis · Directora Psicosocial

Myriam Madrid · Psicóloga

Cinthya Santelíz · Psicóloga

Teresa Alcalde · Psicóloga

Ángela Castillo · Psicóloga Exámenes Libres

Margarita Vallejos · Trabajadora Social

Francisca Olavarría · Directora Académica

Claudia Rojas · Inspectora

Constanza Alarcón · Coordinadora Exámenes Libres

María José Cuevas · Coordinadora Cultura Estudiantil

Camila González · Coordinadora de Empleabilidad y Emprendimiento

Alisson Cerna · Coordinadora de Emprendimiento

Equipo Soymás

Alexis Gallegos · Edición Periodística

Marta Barriga · Diseño Gráfico

Romina Duarte · Coordinadora Sala de Apego

Carolina Aguilera · Técnico en Párvulos

Loreto Ferrada · Técnico en Párvulos

Coralí Ron · Técnico en Párvulos

Michelle Reyes · Técnico en Párvulos

Catherine Mena · Técnico en Párvulos

Nycole Valverde · Técnico en Párvulos

Rodrigo Aguirre · Director de Investigaciones

Ximena Carrasco · Neuropediatra Especialista en Desarrollo

Catalina Fabar · Investigadora Analista

Catherine Schongut · Directora de Replicabilidad

Isabel Peña · Directora Psicosocial Sede Renca

Macarena Cox · Coordinadora Programa Soymás Renca

Alexis Gallegos · Coordinador de Comunicaciones

Thiare Zamorano · Asistente de Comunicaciones

ÍNDICE

P.2 EDITORIAL
El poder transformador de la salud mental en la vida de las jóvenes madres

P.3 EL SECRETO DE MI ÉXITO
Valeska Ramírez, un cambio de vida

P.4 EVENTOS
Gala Lírica Soymás

#Súmateporellas 2024

Encuentro Solidario

2ª Corrida Soymás Fit 2024

Emprendimientos que Trascienden

Apertura de la nueva sede de fundación Soymás en Maipú

Feria Laboral

Seminario "cerebro, pobreza y trauma temprano: desde las neurociencias a la intervención social"

De Soymás a Madrid

Expo Oficios 2024

P.16 ENTREVISTAS
Cómo la sala de apego ayuda a las madres adolescentes a cumplir sus sueños

Catty Schöngut, La Importancia de la Replicabilidad

P.19 EGRESADA DESTACADA
Ignacia Cortés, del silencio a la confianza

P.20 LA VOZ DE LAS VOLUNTARIAS Y VOLUNTARIOS
Voluntariado en cuerpo y alma

P.21 APOYO EMPRESARIAL
Copec / Santander / Falabella / Consorcio / Ripley

P.26 NOTICIAS
Cinco historias de mujeres que desafían la violencia

Premio Resiliencia Mujer 2024

Fundación Soymás realiza talleres de prevención de violencia en el pololeo para adolescentes en residencias de protección y colegio de la pintana

2ª Edición de La Campaña Regional "Adolescentes Madres: Historias Sin Fronteras"

Fundación Soymás destaca en el XLI congreso de la Sociedad De Psiquiatría Y Neurología De La Infancia Y Adolescencia (SOPNIA)

Experiencias adversas en la infancia: proyecto piloto buscó mitigar sus efectos en jóvenes

P.32 EGRESADAS
La Pintana / Renca / Maipu

EL PODER TRANSFORMADOR DE LA *salud mental* EN LA vida de las jóvenes madres

Pilar Varleta
Directora y Psicóloga de Fundación Soymás

El año 2024 ha pasado increíblemente rápido. Sin embargo, al detenernos a revisarlo en detalle, vemos el largo camino recorrido junto a nuestras jóvenes madres desde el espacio de la terapia grupal. Cada sesión fue un viaje: algunos temas fueron más profundos, otros más dolorosos, algunos más relevantes y otros más superficiales, pero sin duda, todos dejaron una huella, un cambio perceptible entre el antes y el después.

En un mundo cada vez más acelerado y demandante, nuestras jóvenes madres, provenientes de contextos de alta vulnerabilidad, enfrentan desafíos únicos que afectan profundamente su bienestar emocional y psicológico. La maternidad temprana, sumada a las dificultades socioeconómicas, el estigma social y la falta de recursos adecuados, las sitúa en una posición de vulnerabilidad que, en ocasiones, parece imposible de superar. Pero es fundamental recordarles que, aunque el camino sea desafiante, no están solas.

En Fundación Soymás, creemos firmemente en el poder transformador de la terapia grupal y en la importancia de priorizar la salud mental en el acompañamiento a estas jóvenes. La terapia de grupo no es solo un espacio para compartir experiencias, es un refugio seguro donde pueden sentirse escuchadas, validadas y comprendidas. Aquí, no solo reconocen y gestionan sus emociones, sino que adquieren herramientas concretas para enfrentar los desafíos cotidianos con resiliencia.

La salud mental no debe considerarse un lujo ni una preocupación secundaria. Es un pilar fundamental para el desarrollo integral de cualquier persona, y aún más para quienes transitan la maternidad en contextos vulnerables.

A través de este proceso terapéutico, las jóvenes aprenden a mejorar su autoestima, manejar la ansiedad y la depresión, y superar el miedo y la incertidumbre. Pero, sobre todo, aprenden a cuidarse a sí mismas mientras cuidan a sus hijos.

La interacción grupal, además, permite la creación de redes de apoyo sólidas. Estas redes son esenciales cuando las estructuras familiares y sociales son frágiles o inexistentes. Compartir y aprender de las experiencias de otras jóvenes fortalece el sentido de pertenencia y reduce el aislamiento, que tantas veces es una barrera silenciosa para alcanzar el bienestar emocional.

Sabemos que trabajar en la salud mental de estas jóvenes es una herramienta clave para romper el círculo de la pobreza, la violencia y la exclusión.

> ***Cuando una madre se siente empoderada y apoyada emocionalmente, no solo mejora su vida, sino también la de su hijo. Juntos, sientan las bases de un futuro más esperanzador para las siguientes generaciones.***

Al cerrar este año, observamos con orgullo y emoción a esta generación de jóvenes madres que hoy egresan. Ya no son las mismas que llegaron en marzo. Han encontrado un camino hacia una maternidad más plena, consciente y transformadora. Pero, además, han logrado reencontrarse consigo mismas como mujeres íntegras, resilientes y empoderadas.

Terminamos este ciclo con sentimientos encontrados, pero sobre todo, con el corazón lleno al verlas dar los primeros pasos hacia un nuevo comienzo, con la mochila cargada de herramientas, esperanza y sueños.

VALESKA RAMÍREZ
UN *cambio de vida*

VALESKA RAMÍREZ
BARBERA PROFESIONAL EGRESADA DE SOYMÁS EN 2022
TRABAJA ACTUALMENTE EN LOS TRAPENSES

Su historia refleja determinación, crecimiento personal y la búsqueda constante de un futuro mejor para ella y su hijo.

Antes de la fundación: ¿Cómo era tu vida y cuáles eran tus desafíos?

"Siempre fui una persona trabajadora, pero desordenada. No ahorraba y el dinero desaparecía sin darme cuenta, algo normal para la edad que tenía. Trabajé desde muy joven, pero mi mayor desafío era encontrar un buen trabajo. Cuando nació Santino, sentí miedo porque no me sentía preparada para darle una buena vida. Trabajaba en la feria, vendiendo en el metro o haciendo cortes de cabello en casa para juntar algo de dinero. En ese momento, nació en mí el deseo de estudiar y apareció Soymás."

Mensaje a tu antiguo yo:

"A mi antigua yo, le diría que confíe en el proceso, que se tome las cosas con calma, porque todo mejorará. Que está tomando buenas decisiones."

Experiencia en la fundación:

"Desde el primer día, me sentí esperanzada y acompañada. Sabía que nuestra vida iba a cambiar, pero también sabía que dependía netamente de mí. Recuerdo mucho los cursos que nos hicieron, cada uno de ellos me sirvió muchísimo."

Cambios tras egresar:

"Ahora estoy en un buen trabajo, ganando un sueldo que me permite ahorrar, darle a mi hijo una educación de calidad y mantenernos. Mi meta actual es comprar una casa o invertir en un negocio con sociedad."

Proyectos actuales:

"Mi proyecto actual es claro: comprar una casa o invertir en un negocio."

Significado de la fundación:

"Soymás significó un cambio muy importante en lo personal, mental y laboral. Me dieron las herramientas necesarias para evolucionar en todos los ámbitos. Estaré por siempre agradecida."

Transformación personal:

"Antes era una persona inestable, muy enojona e incapaz de solucionar los problemas de manera adecuada. Ahora resuelvo los problemas de una forma calmada, hablando en el momento indicado."

Valor de Soymás:

"Valoro mucho el trabajo completo que hacen con nosotras. No es solo entregarnos un oficio; nos dan sanidad, confianza, autoestima y herramientas para todo."

Herramientas adquiridas:

"Estudié peluquería y belleza, y todo lo que aprendí lo adapté a la barbería, que es lo que más me gusta. Ya tenía algunos conocimientos antes de entrar a la fundación, pero aquí los perfeccioné."

Tres palabras que resumen tu experiencia:

"Un cambio de vida."

Gala Lírica Soymás

UN PASO HACIA LA DEMOCRATIZACIÓN DE LA CULTURA

El pasado sábado 16 de marzo, el **Teatro Municipal de La Pintana** se vistió de gala para recibir la **primera gran Gala Lírica Soymás**, un hito significativo en la promoción de la cultura en nuestra comunidad. Este evento, organizado en conjunto con la **Municipalidad de La Pintana**, representó una oportunidad única para enriquecer e inspirar a las comunidades más vulnerables.

Los asistentes disfrutaron de las destacadas actuaciones del tenor **León De la Guardia** y las talentosas sopranos **María José Murillo** y **Claudia Figueroa**. La música en vivo estuvo a cargo de la **Orquesta ProArte de Valparaíso**, la **Orquesta Juvenil de La Pintana** y un imponente coro compuesto por 100 mujeres provenientes de diversos lugares.

Este evento demostró que el acceso a la cultura y las artes puede transformar vidas, generando un impacto profundo y duradero en la comunidad.

Este evento fue posible gracias al invaluable apoyo de nuestros colaboradores:

isa INTERVIAL

PARQUE DEL RECUERDO

ORACLE

Santander

#Súmateporellas 2024
SUPERANDO METAS Y MARCANDO DIFERENCIAS

Este 2024, en Fundación Soymás organizamos la cuarta edición consecutiva de nuestra colecta virtual anual, #Súmateporellas. Al igual que en 2023, no solo alcanzamos, sino que superamos ampliamente nuestra meta de recaudación.

Este año, logramos recaudar un impresionante total de $32.734.604, lo que representa un asombroso incremento del 54% respecto al año anterior. Esta cifra fue posible gracias a la generosidad de 495 personas que realizaron su aporte, marcando un aumento del 67% en comparación con 2023.

Al igual que el año pasado, decidimos llevar a cabo la campaña durante mayo, coincidiendo con el Mes de la Madre.

Con la mirada puesta en el futuro, Fundación Soymás se compromete a continuar superando los resultados obtenidos en los últimos años.

Este año, logramos recaudar un impresionante total de $32.734.604, lo que representa un asombroso incremento del 54% respecto al año anterior.

Encuentro Solidario
Soymás 2024

Al igual que los dos años anteriores, en agosto realizamos nuestra comida anual 2024. El objetivo central del evento es la recaudación de fondos destinados a becas de capacitación para madres adolescentes. Estas becas representan la posibilidad de expandir nuestro alcance llevando nuestra misión a nuevas comunas de Chile. Este 2024 ampliamos nuestro alcance a la comuna de Maipú y el 2025 esperamos crecer a Antofagasta.

La animación del evento estuvo a cargo de Ignacio «Nacho» Gutiérrez y contamos con el increíble espectáculo de la Orquesta Sinfónica de La Pintana.

Este evento nos permite dar a conocer la realidad de las madres adolescentes y sus hijos e hijas, y como se esfuerzan diariamente por salir adelante, mediante testimonios de estudiantes y egresadas.

Los asistentes colaboraron mediante la compra de rifas y la subasta de diversos artículos.

Este evento contó con la participación de destacadas empresas:

2ª CORRIDA *Soymás Fit* 2024

El domingo 8 de septiembre se llevó a cabo la segunda edición de la Corrida Soymás Fit, un evento realizado en colaboración con la Municipalidad de La Pintana, Pintana Deportes y Condorito.

Esta iniciativa, que promueve la actividad física y el bienestar en la comunidad, contó con el apoyo del Gobierno Regional gracias a Inés Irarrázaval, además de los auspicios de COPEC, SUBUS Chile e ISA Intervial.

EMPRENDIMIENTOS QUE *trascienden*

MetLife

En colaboración con MetLife, dos de nuestras talentosas emprendedoras, Catalina Flores y Alejandra Proboste, tuvieron la oportunidad de participar en un evento especial organizado para los trabajadores de la empresa.

Catalina deleitó a los asistentes con una experiencia culinaria, cocinando sus deliciosas preparaciones en conjunto con los empleados.

Por su parte, Alejandra sorprendió a todos al armar maceteros y compartir conocimientos sobre el cuidado de plantas.

Este evento no solo celebró el emprendimiento femenino, sino que también sirvió como un ejemplo tangible de los logros alcanzados por nuestras egresadas, dejando a todos los asistentes felices y satisfechos.

Daisy
A su casa con amor

CATALINA PAZ FLORES
Daisy Con Amor
@daisy_conamor.toari

soymás FUNDACIÓN

SAMELIA

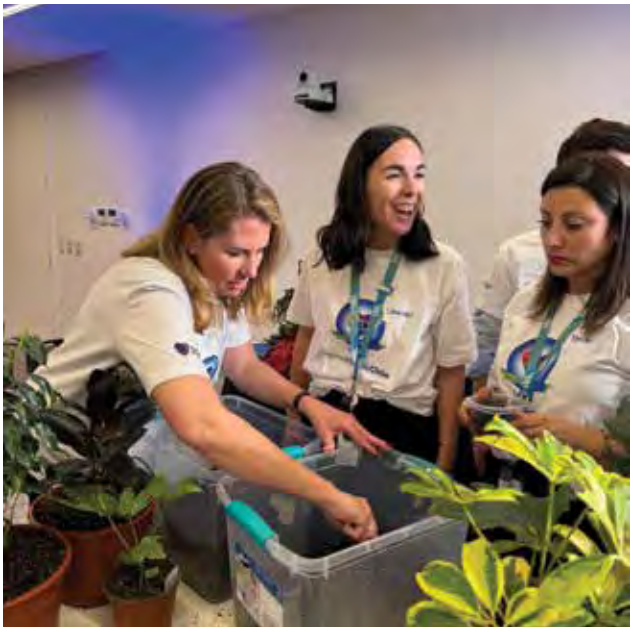
Huerto & Jardín

Llenando el mundo de color

ALEJANDRA PROBOSTE

Samelia, Huerto y Jardín

@samelia.huertoyjardin



APERTURA DE LA *nueva sede* DE FUNDACIÓN SOYMÁS *en Maipú*

El 2024 marcamos un hito en la historia de Fundación Soymás con la apertura de nuestra nueva sede en Maipú, en alianza con Duoc UC. En Enero, concretamos un acuerdo con Duoc Maipú para replicar nuestro modelo y becar a 20 madres adolescentes en el oficio de Programación, brindándoles nuevas oportunidades para su futuro.

El 2 de abril dimos la bienvenida oficial a las nuevas estudiantes, en un evento que contó con la participación de autoridades de Duoc, el equipo de Soymás y nuestras alumnas generación 2024. En esta jornada, la egresada Pamela Labrín compartió su inspirador testimonio, relatando su experiencia en el programa y su reciente contratación en la Cámara de la Innovación Farmacéutica.

El 12 de abril celebramos la firma de la alianza y el acuerdo comercial con Duoc Maipú, un momento clave que reunió a autoridades de la institución, representantes municipales, mentoras y líderes de opinión comprometidos con nuestra causa. En este evento, Geraldine Riascos, egresada de Soymás y actual estudiante de Relaciones Públicas en Duoc Maipú, compartió su experiencia y motivó a las nuevas alumnas a aprovechar esta oportunidad.

Esta nueva sede en Maipú representa un paso más en nuestra misión de transformar vidas, permitiendo que más madres adolescentes puedan construir un futuro lleno de posibilidades.

Feria Laboral
DE FUNDACIÓN SOYMÁS

El pasado jueves 10 de octubre, Fundación Soymás celebró con gran entusiasmo una nueva edición de su Feria Laboral en La Pintana, consolidándose como un espacio clave con representantes de estas empresas, quienes evaluaron sus perfiles, habilidades y competencias, identificando su potencial para integrarse a sus equipos a través de prácticas laborales.

Este espacio de interacción permitió a las estudiantes no solo acercarse al mundo laboral, sino también ganar confianza en sus capacidades y comprender mejor las demandas y expectativas de distintas industrias.

La feria fue mucho más que un encuentro entre empresas y candidatas; se transformó en un escenario dinámico de aprendizaje, crecimiento y networking, donde nuestras futuras profesionales pudieron destacar sus talentos y recibir retroalimentación directa.

Esta experiencia no solo enriqueció a nuestras estudiantes, sino que también permitió a las empresas participantes conocer de cerca el impacto social positivo de colaborar con Fundación Soymás, valorando el compromiso, la resiliencia y el entusiasmo de las jóvenes madres que forman parte de nuestra comunidad.

Gracias a esta instancia, se han comenzado a forjar nuevas oportunidades laborales y de formación para nuestras alumnas, consolidando nuestro propósito de acompañarlas en su camino hacia la autonomía económica y el desarrollo profesional.

En Fundación Soymás, seguimos trabajando con dedicación para abrir más puertas y construir puentes entre el mundo académico y el laboral, reafirmando nuestro compromiso de entregar herramientas y espacios que impulsen el crecimiento personal y profesional de cada una de nuestras estudiantes.

Seminario

"CEREBRO, POBREZA Y TRAUMA TEMPRANO: DESDE LAS NEUROCIENCIAS A LA INTERVENCIÓN SOCIAL"

La Fundación Soymás, en alianza con el Centro NeuroUC de la Pontificia Universidad Católica de Chile y en el marco del proyecto Fondecyt 1230383, realizaron el primer seminario internacional "Cerebro, Pobreza y Trauma Temprano: de las neurociencias a la intervención psicosocial". Este se llevó a cabo el 29 de octubre de este año en el Aula Magna de la Pontificia Universidad Católica. El seminario fue patrocinado por UNICEF Chile, el Ministerio de Ciencias, MIDAP, SOPNIA y la Universidad de Chile.

En el seminario se discutieron los avances, desafíos y una mirada de futuro sobre aspectos que afectan el desarrollo neurocognitivo, emocional y social de niños, niñas y jóvenes. Se abordaron temas desde las neurociencias y la investigación, hasta el escalamiento de programas y políticas que fomenten el desarrollo integral de la infancia y la salida del círculo de daño en que muchos están envueltos.

El evento contó con la presencia de tres invitados extranjeros y participantes nacionales. Los invitados internacionales fueron:

Dra. Nancy Mannix
Presidenta y Patrocinadora de Palix Foundation
Calgary, Canadá.

Dr. Eamon McCrory
Neurocientista y Director del Centro Ana Freud, University College de Londres
Reino Unido

Dr. Sidarta Ribeiro
Neurocientista de la Universidad Federal de Rio Grande del Norte
Brasil.

Todos ellos fueron seleccionados por su compromiso con la integración programática e institucional de la ciencia en sus respectivas instituciones y programas.

El seminario estuvo dirigido a profesionales que trabajan con poblaciones infanto-juveniles en salud y educación, tanto del sector público como privado, así como organizaciones de la sociedad civil, investigadores y profesionales de otras áreas vinculadas a la primera infancia.

El miércoles 30 de octubre se realizó una clase magistral titulada "Escalas de Resiliencia en acción: Brain History" a cargo de la Dra. Nancy Mannix. Este taller interactivo

de tres horas presentó el Marco de la Escala de Cerebro y Resiliencia a líderes comunitarios y profesionales de los sistemas de salud, educación, justicia y servicios para niños. Se abordaron programas de evaluación para desarrollar resiliencia y mejorar los resultados para individuos, familias y comunidades, basados en los avances de las neurociencias y las ciencias sociales.

El seminario es el resultado de cuatro años de trabajo que comenzó con la decisión de la Directora Ejecutiva y el directorio de la fundación de que Soymás debía investigar y aprender sobre los problemas y temas en los que trabaja.

Durante el primer año, se conformó un equipo de investigación que estableció una alianza con NeuroUC a través de un proyecto Fondecyt, que aportó recursos humanos de alto nivel y financiamiento complementario.

Durante el segundo y tercer año, la investigación se centró en la identificación de traumas tempranos y TDAH en las jóvenes del programa y su relación con patologías de salud mental, mostrando altas tasas de eventos traumáticos (ACEs) y sus secuelas. Los resultados se publicaron en dos revistas nacionales indexadas. Finalmente, en el cuarto año, el proceso culminó con este seminario internacional, que posiciona a Soymás como una fundación que no solo realiza intervención social con madres jóvenes de sectores vulnerables, sino que también lleva a cabo investigación de alto nivel.

El seminario fue un éxito. La calidad de los invitados internacionales y nacionales, el nivel de las discusiones, la participación de los asistentes y la cobertura mediática así lo demuestran.

Lo más relevante es entender que este seminario no fue solo un hito que marca un logro de cuatro años del departamento de investigación, sino una plataforma para orientar el programa de investigación y de la fundación para el período 2025-2028. Por ejemplo, se avanzó en caracterizar cómo los diferentes traumas afectan de manera distinta el cerebro de las niñas y jóvenes, lo que requiere enfoques terapéuticos diferenciados. También se subrayó el rol del entorno familiar, escolar y comunitario en la prevención y mitigación de los efectos del trauma, un punto especialmente destacado por Eamon McCrory.

Otro aspecto clave fue la importancia de los hábitos saludables en el trabajo con estas jóvenes: sueño, alimentación, ejercicio, relaciones interpersonales saludables, mindfulness y acceso a consultas de salud mental en la red. Estas intervenciones influyen significativamente en la mejora de las condiciones de salud mental de las jóvenes, como enfatizó Sidarta Ribeiro, respaldado por evidencias científicas.

Por su parte, Nancy Mannix compartió el trabajo de la Fundación Palix en Alberta, Canadá, enfocándose en el desarrollo de escalas de resiliencia adaptadas a diversas poblaciones y destacando la importancia de la gestión del conocimiento y su relación con el entorno.

El seminario permitió establecer contactos para trabajar temas como resiliencia, hábitos saludables, trabajo comunitario e intersectorialidad a través de proyectos, capacitaciones y asesorías.

Finalmente, lo que más resaltó fue el compromiso, la dedicación y la amabilidad de todo el equipo organizador. Como comentaron varios participantes: “Se notaba el cariño y la preocupación en cada detalle del seminario”.

El seminario no fue solo un evento, fue un aprendizaje colectivo que seguirá cultivándose.

Bárbara Etcheberry
Directora Ejecutiva Soymás

Rodrigo Aguirre
Área de Investigación Soymás

De Soymás a Madrid
UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE

Gracias a la **Beca Amacrecer** y al auspicio de **Avianca**, dos egresadas de Fundación Soymás vivieron una semana inolvidable en Madrid. El pasado viernes 4 de octubre, **Viviana Zapata**, educadora de L'Oréal, y **Constanza Necul**, estilista en la peluquería El Otro Sebastián, viajaron a Europa para capacitarse en las instalaciones de **L'Oréal Madrid.**

Durante su estadía, no solo se sumergieron en las nuevas tendencias del mundo de la peluquería, sino que también disfrutaron de una experiencia única en Europa, demostrando que no hay límites para lo que pueden alcanzar con esfuerzo y determinación.

Esta experiencia refuerza la misión de Soymás de brindar herramientas y oportunidades que permitan a sus egresadas soñar en grande y alcanzar metas extraordinarias.

Expo Oficios 2024 **EL CIERRE DE UN AÑO** *inspirador* **EN SOYMÁS**

La Expo Oficios se ha consolidado como uno de los eventos más destacados del año en Soymás, donde las estudiantes de la sede de La Pintana presentan con orgullo el fruto de su aprendizaje.

Este 2024, los cuatro oficios impartidos expusieron su talento y conocimientos a un público diverso, en una jornada llena de creatividad y profesionalismo.

Este año contamos con la participación de destacadas empresas y profesionales, entre ellos Oracle, Sedúcete, Sodimac y el reconocido estilista Mauricio Jiranek, quien aportó su experiencia en el mundo de la belleza. Además, el evento recibió a jóvenes postulantes para el ciclo 2025, familiares y figuras destacadas como la alcaldesa de La Pintana, Claudia Pizarro, y el alcalde de San Ramón, Gustavo Toro, quienes respaldaron con su presencia este importante encuentro.

Las novedades marcaron la diferencia este año: las estudiantes de Artes Culinarias sorprendieron con innovadores productos, mientras que el área de Administración presentó servicios de asesoría para emprendimientos. La programación tecnológica tuvo también un papel protagónico, mostrando el impacto del desarrollo digital en el mundo de hoy. El broche de oro fue un extraordinario desfile protagonizado por las estudiantes de Peluquería, quienes cautivaron a todos con su creatividad y profesionalismo.

La Expo Oficios 2024 no solo cerró el año académico con éxito, sino que reafirmó la misión de Soymás de empoderar a sus estudiantes y fortalecer sus sueños hacia el futuro.

ORACLE sedúcete SODIMAC CASA JIRANEK

Romina y Xime:

CÓMO LA SALA DE APEGO *ayuda a las* MADRES ADOLESCENTES A *cumplir sus sueños*

La Sala de apego es un espacio dedicado al cuidado y desarrollo de los hijos de las madres adolescentes que asisten a Soymás. Estas madres, vienen en búsqueda de herramientas y nuevas oportunidades que les permitan construir un futuro mejor.

La Sala de Apego, está diseñada para cubrir las necesidades físicas, emocionales y sociales de los niños, donde se crea un ambiente seguro, afectivo y estimulante, donde puedan explorar, jugar y desarrollarse. Así la sala de apego se convierte en un lugar donde los niños no solo están cuidados.

Sala de apego, es una pieza clave en el proceso de formación de las madres adolescentes. Pueden enfocarse en sus estudios y adquisición de un oficio. Este espacio les permite concentrarse en su desarrollo académico y personal, sabiendo que están construyendo una base sólida para el futuro de sus familias y siendo un modelo de perseverancia y superación para sus hijos.

ESPACIOS DE APRENDIZAJE, VÍNCULO Y CRECIMIENTO

Nos preocupamos de que cada actividad planificada, pueda promover el desarrollo integral de los niños y fortalezca el vínculo afectivo con sus madres. Nuestro propósito es brindarles experiencias de aprendizaje que estimulen su creatividad, curiosidad y capacidad de exploración. A través de actividades como el día del Arte, el Café Literario, salidas pedagógicas como visita al Buin Zoo, Celebración de la niñez, buscamos ofrecer momentos significativos que tengan un impacto positivo tanto en el desarrollo de los niños como en la relación madre-hijo.

Estas actividades, permiten que los niños descubran nuevos intereses y habilidades, a su vez, que las madres puedan acompañarlos en su crecimiento, compartiendo momentos de aprendizaje y alegría. Algunas actividades destacadas de este año en la sala de apego.

Día del arte: Exploración, creatividad y expresión libre: Estas actividades son fundamentales para desarrollar su sistema sensorial, motor, cognitivo y emocional, lo que les permite a los niños aprender a aprender.

Café literario: Un encuentro con la lectura: Las madres experimentan la lectura como un momento especial con sus hijos, reforzando la importancia de dedicar tiempo a compartir y aprender juntos.

Salida Pedagógica al Buin Zoo: Aprendizaje en contacto con la naturaleza: Esta salida pedagógica permite a los niños expandir sus conocimientos y vivir una experiencia educativa fuera de la sala. Para muchas madres, también es una oportunidad de compartir una actividad ludica junto a sus hijos, trayendo consigo recuerdos inolvidables.

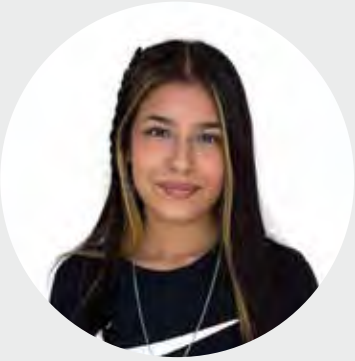
Celebración de la niñez: Una jornada de alegría: Para las madres, esta celebración representa un momento para ver a sus hijos felices y sentirse orgullosas de su rol. Los niños se sienten valorados y celebrados, lo que fortalece su autoestima y les brinda una experiencia de juego y socialización enriquecedora.

Para medir el impacto de nuestras actividades, la aplicación de un test de desarrollo psicomotor validado en Chile, el Ages and Stages Questionnaire (ASQ-3) nos permite tener una evaluación basal de los bebés y observar su evolución en diferentes áreas del desarrollo: comunicación, motricidad gruesa y fina, resolución de problemas y desarrollo personal - social. Mediante el ASQ y

la observación clínica cotidiana, se han detectado algunos casos de retraso psicomotor que han sido evaluados por Neuropediatra en la Fundación, quien a su vez ha hecho las sugerencias de derivación a atención multiprofesional en el Sistema de Salud; la detección oportuna e intervención temprana sobre trastornos del neurodesarrollo, se saben fundamentales para mejorar su pronóstico. Por otra parte, nos enorgullece informar que, en su amplia mayoría, los niños han demostrado un avance destacado dentro de cada área, resultados que reflejan el impacto positivo que la sala de apego tiene en el desarrollo de los niños, preparándose para un futuro lleno de desafíos.

En la sala de apego, cada niño y madre adolescente encuentra más que un refugio, es aquí donde los vínculos se nutren, donde cada pequeño gesto de apoyo se convierte en una base sólida para el futuro.

Al cierre del año, las madres han señalado que la Sala de Apego es una de sus principales redes de apoyo (y en algunos casos la única), que les ha permitido estudiar y concluir el Programa Soymás.



"GRACIAS A LA SALA DE APEGO Y A TODO EL EQUIPO EDUCATIVO, NO HUBIERA PODIDO SER MEJOR EL AÑO, IR CON MI HIJA TODOS LOS DÍAS Y TENERLA CERQUITA SIEMPRE, VERLA CRECER Y APRENDER COSAS NUEVAS FUE UNA DE LAS EXPERIENCIAS MÁS BONITAS EN LA FUNDACIÓN".

Kristel Herrera, estudiante de Programación

¿Qué resultados destacables has observado a través de las actividades que se realizan en la Sala de Apego?

A lo largo del año, hemos observado que los niños experimentan avances significativos en diversas áreas del desarrollo gracias a las actividades de la Sala de Apego. Mediante herramientas como el ASQ-3, hemos identificado progresos en la comunicación, motricidad, resolución de problemas y habilidades socioemocionales. Las madres también han señalado que actividades como el Día del Arte y las salidas pedagógicas les han permitido fortalecer el vínculo con sus hijos, mientras los niños adquieren nuevas experiencias y habilidades en un ambiente estimulante. Además, la intervención temprana en casos de retrasos del desarrollo ha sido clave para asegurar mejores pronósticos en los niños.

¿Cómo las actividades que promueven el vínculo madre-hijo refuerzan el desarrollo integral de los niños?

Estas actividades proporcionan a las madres oportunidades únicas para interactuar con sus hijos de manera significativa, lo que fortalece su apego y la confianza del niño. Por ejemplo, el Café Literario fomenta la lectura compartida, que no solo refuerza el desarrollo del lenguaje, sino que también crea un espacio emocional de conexión. Las salidas pedagógicas y celebraciones como el Día del Niño no solo estimulan las habilidades sociales de los niños, sino que también refuerzan su autoestima al sentirse valorados. Este vínculo afectivo sólido es esencial para un desarrollo integral saludable, ya que proporciona la seguridad emocional que los niños necesitan para explorar y aprender del mundo que los rodea.

¿Qué planes o mejoras se están considerando para continuar impactando positivamente a las madres adolescentes y sus hijos en la Sala de Apego?

Uno de los objetivos es aumentar la personalización de las actividades según las necesidades específicas de cada madre e hijo, basándonos en evaluaciones detalladas como el ASQ-3. También planeamos integrar más talleres formativos para las madres sobre estimulación temprana y desarrollo infantil, para que puedan reforzar lo aprendido en casa. Otra mejora incluye alianzas con instituciones externas para ofrecer más oportunidades educativas y recreativas.

¿Cómo ves el futuro de la Sala de Apego y su crecimiento en el apoyo a las madres y sus hijos a medida que las necesidades evolucionan?

visualizo la Sala de Apego como un espacio innovador, donde el enfoque principal sea ofrecer una educación de calidad para los niños, centrada en su desarrollo integral. Además, quiero que las madres desempeñen un rol activo en este proceso educativo, participando no solo como observadoras, sino como colaboradoras y co-creadoras de las experiencias de aprendizaje de sus hijos. Este enfoque permitirá fortalecer los lazos madre-hijo y empoderar a las madres, proporcionándoles herramientas para ser líderes en la educación y desarrollo de sus hijos. También imagino incorporar metodologías modernas y recursos que enriquezcan las actividades, asegurando que cada niño y madre reciban lo mejor para construir un futuro sólido.

La visión a largo plazo es que la Sala de Apego no solo sea un espacio de cuidado, sino también un modelo replicable de intervención temprana y apoyo a madres adolescentes, impactando positivamente a más comunidades.

Catty Schöngut, Directora de Replicabilidad

LA IMPORTANCIA DE LA *replicabilidad*

¿Qué significa para ti ser parte del desafío de replicar el modelo de Fundación Soymás en otras comunas?

Es un honor y una gran responsabilidad . Replicar el modelo significa multiplicar oportunidades para que más jóvenes madres transformen sus vidas y las de sus familias, llevando esperanza y herramientas a nuevos territorios.

¿Cómo ves el impacto que ha tenido la expansión hacia nuevas comunas, como Renca y ahora Maipú, en las jóvenes madres que participan?

El impacto es profundo y trascendente. Estas madres están descubriendo su fuerza y utilizando las herramientas que les ofrecemos para cambiar sus vidas. Este efecto multiplicador no solo beneficia a sus hijos, sino que también inspira a otras mujeres y refuerza el tejido social de sus comunidades

NUEVA SEDE EN MAIPÚ

Este año se abrió una nueva sede en Maipú enfocada en el oficio de programación. ¿Qué desafíos únicos enfrentaron al implementar este programa en una nueva comuna?

Un desafío clave fue transmitir a las participantes que tienen la capacidad de aprender, de salir adelante y destacarse en un área tradicionalmente dominada por hombres.

También fue clave generar confianza en una comunidad que no conocía el modelo Soymás.

¿Qué aprendizajes ha dejado este proceso que podrían aplicarse en futuras replicaciones?

La importancia de escuchar a la comunidad, entender su contexto, sus necesidades específicas y trabajar en alianzas locales para garantizar que el programa sea relevante y accesible.

También ha sido muy importante el trabajo en conjunto con varias empresas, las cuales nos han apoyado de distintas formas: financiamiento, talleres, mentorías, visitas a sus empresas y celebración de días especiales

IMPACTO EN LA COMUNIDAD

Desde tu perspectiva, ¿cómo contribuye la expansión de las sedes a generar más oportunidades para las jóvenes madres y sus familias?

La expansión lleva educación y redes de apoyo donde antes no existían. Cada sede nueva es una puerta abierta al desarrollo.

¿Qué diferencias has observado entre las participantes de Renca y Maipú en términos de sus necesidades y aspiraciones?

Honestamente, no hay muchas diferencias, ya que todas vienen de un contexto muy vulnerable, han sido madres muy jóvenes y comparten el deseo de ser un ejemplo positivo para sus hijos, logrando una independencia económica a través de un trabajo formal.

VISIÓN Y FUTURO

¿Cómo proyectas el crecimiento de Fundación Soymás en los próximos años? ¿Hay planes de abrir más sedes o nuevos programas?

Veo a Fundación Soymás creciendo como un referente nacional en el apoyo a jóvenes madres.

Estamos muy orgullosos porque el 2025 vamos abrir una nueva sede y un nuevo programa, llegando a madres jóvenes de Antofagasta, con el oficio Mantenimiento Mecánico Industrial.

Esperamos que nuevas empresas se sumen y podamos abrir en el sur el 2026.

REFLEXIÓN PERSONAL

¿Qué es lo más gratificante para ti de ser parte de un proyecto que busca ampliar su alcance y beneficiar a más jóvenes madres?

Ver cómo una madre empoderada cambia no solo su vida, sino también la de su familia y su comunidad.

Saber que este trabajo no solo rompe el círculo de la pobreza, sino que también construye comunidades más fuertes y sostenibles, me llena de propósito y orgullo.

Estoy feliz de ser parte de un equipo muy profesional, comprometido y apasionado, donde nos mueve un propósito en común muy potente y desafiante.

EGRESADA DESTACADA

Del silencio a la confianza

Ignacia Cortés, egresada del programa de Programación de Soymás, realizó su práctica laboral en GPS Chile y hoy se desempeña como analista de mesa de ayuda técnica. Su historia es un testimonio de perseverancia, transformación personal y amor por la tecnología.

Antes de la fundación: ¿Cómo era tu vida y cuáles eran tus desafíos?

"Mi vida era estar en la casa y realizar los quehaceres. Mis desafíos siempre han sido los mismos: buscar algo que me permitiera crecer, desarrollarme y salir adelante."

Mensaje a tu antiguo yo:

"Le diría que no se rinda, que siga así, que todo esfuerzo y toda decisión es por un propósito."

Experiencia en la fundación:

"Al principio no hablaba con nadie, estaba solita. Después, cuando comenzaron las clases, dije: 'esto es lo mío y con esto me ganaré la vida'. Mis recuerdos son muchos; son tantas cosas vividas en la fundación que es imposible destacar solo una."

Cambios tras egresar:

"He visto muchos cambios, tanto personales como laborales. Mis metas, como dije, siguen siendo las mismas: seguir ejerciendo y creciendo en esto que tanto me gusta."

Proyectos actuales:

"El proyecto que llevo a cabo en la empresa es analista mesa de ayuda técnica. Es un desafío que disfruto día a día y donde siento que puedo crecer profesionalmente."

Significado de la fundación:

"Soymás significa mucho para mí, ya que creyeron en mí desde un principio y me dieron la oportunidad de formar parte de esta hermosa familia."

Transformación personal:

"Antes era 'floja, todo me daba igual'. Hoy en día no dejo que me pasen a llevar y confío en mis capacidades."

Valor de Soymás:

"Valoro profundamente la solidaridad y el compañerismo. Son valores que marcan la diferencia y que me acompañan en cada paso que doy."

Herramientas adquiridas:

"Uf, son muchas... pero una que destaco es la herramienta de ser más empoderada, de sentirme capaz y segura en lo que hago."

Experiencia en el oficio:

"La programación no es solo un oficio para mí, es una pasión que descubrí en Soymás. Gracias a todo lo aprendido, hoy puedo decir que trabajo en algo que realmente me gusta y me permite crecer."

Tres palabras que resumen tu experiencia:

"Únicas e inolvidables."

VOLUNTARIADO EN *cuerpo* Y *alma*

DETRÁS DE CADA EVENTO: LA MAGIA DE TALLER CITRINO

En Fundación Soymás, cada evento es una oportunidad para conectar, inspirar y movilizar recursos en favor de nuestras jóvenes madres. Detrás de estos momentos inolvidables, contamos con el talento y la dedicación de **Taller Citrino**, liderado por Claudio Santelices Hansen y Pilar Ramsay.

Su compromiso va más allá de la producción y organización; cada detalle, cada espacio y cada atmósfera que crean reflejan su pasión por hacer de cada encuentro una experiencia significativa. Gracias a su entrega, nuestros eventos no solo cumplen su objetivo, sino que también se convierten en instancias memorables que reflejan la esencia y el propósito de Ser Más.

“Colaborar con Soymás representa para nosotros una valiosa oportunidad de contribuir al bienestar social, apoyando y estimulando las iniciativas concretas que la Fundación lleva a cabo en beneficio de las personas”.

Claudio Santelices Hansen & Pilar Ramsay

En Fundación Soymás, cada taller es una puerta abierta a nuevas oportunidades. María del Carmen Correa ha sido una pieza clave en nuestro Taller de Costura, donde, con dedicación y cariño, enseñó a nuestras egresadas a trabajar con fieltros de lana de oveja.

Más allá de las técnicas y las creaciones artesanales, su aporte representa una herramienta concreta para que nuestras jóvenes puedan generar recursos propios, fortaleciendo su autonomía y confianza.

“Este año tuve la suerte de recibir un regalo precioso de la Fundación Soymás: una invitación para hacer clases de fieltro a un grupo de niñas.Llegué con pocas expectativas y, sin imaginarlo, pude conocer a mujeres increíbles que me compartieron sus vidas y el profundo amor que las moviliza a diario para alcanzar sus metas.Llegué como profesora y me voy con el tesoro de haber conocido a cada una de estas extraordinarias mujeres que no dudan en darlo todo ante la oportunidad de Ser Más”.

María del Carmen Correa

GENERAR ESPACIOS DE OPORTUNIDAD EN QUIENES MÁS LO NECESITAN

Fernanda Valdés
Gerente de Personas, Copec

Qué fue lo que los motivó a colaborar con Soymás?

Como empresa, tenemos la firme convicción de la importancia y la responsabilidad que tenemos de aportar en la solución de distintas problemáticas que enfrentamos como sociedad, que permitan generar espacios de oportunidad en quienes más lo necesitan.

Creemos que la Fundación Soymás es una organización seria, apasionada y comprometida, que hace un trabajo maravilloso para lograr desarrollar una sociedad más justa e inclusiva, sobre todo con aquellas madres adolescentes que muchas veces quedan marginadas, entregándoles herramientas para que puedan prosperar y ofrecerle un mejor futuro a ellas y a sus familias.

En qué consiste el trabajo que realizan con la fundación?

Tenemos una alianza para desarrollar programas de prácticas para quienes se gradúan de la Fundación, además de aportar en distintas iniciativas que impliquen voluntariado, como la corrida Soymás Fit, feria de emprendimiento, entre otras.

Cómo ha sido la experiencia?

Ha sido una muy buena experiencia, donde vemos un equipo comprometido, apasionado y tomándose muy en serio este desafío, aportando siempre con nuevas ideas e iniciativas que permitan ir avanzando en este sueño.

Qué aprendizaje como empresa les deja esta colaboración?

La importancia de estar conectados con la realidad, con el territorio, de que construir un mejor país y una sociedad más sana es tarea de todos y quienes tenemos y hemos tenido mayores posibilidades tenemos el deber de contribuir con nuestro granito de arena para que quienes han tenido mayores dificultades, puedan abrirse camino y como señala la fundación “romper los ciclos de pobreza” para mejorar sus condiciones de vida.

Cómo proyectan esta colaboración a futuro?

Nuestro compromiso con la Fundación Soymás es de largo plazo, como es característico de Copec, por lo que queremos seguir apoyando y aportando a la labor de la Fundación compartiendo nuestros conocimientos, apoyándolos en los desafíos de empleabilidad de sus estudiantes y en todas aquellas actividades que permitan que los cimientos construidos sean cada vez más sólidos y puedan replicarse en distintas comunas del país.

APOYAR AL PROGRESO DE LAS PERSONAS Y EMPRESAS A TRAVÉS DEL FOMENTO DE LA EDUCACIÓN, LA EMPLEABILIDAD Y EL EMPRENDIMIENTO

Gonzalo Rodríguez Figueroa
Jefe Banca Responsable y Sostenibilidad
Banco Santander Chile

¿Qué fue lo que los motivó a colaborar con Soymás?

Banco Santander busca apoyar al progreso de las personas y empresas a través del fomento de la educación, la empleabilidad y el emprendimiento. En Fundación Soymás encontramos un aliado con quien podemos profundizar este propósito, impulsando la empleabilidad de mujeres jóvenes de comunas vulnerables, contribuyendo así a mejorar su bienestar y el de sus familias.

¿En qué consiste el trabajo que realizan con la fundación?

El trabajo que llevamos en conjunto con Soymás tiene diferentes aristas. Por un lado, entregamos un aporte para el desarrollo de su billetera virtual, una iniciativa destinada a incentivar la asistencia a clases y promover el ahorro, junto con otorgar becas de oficio para capacitar a 30 beneficiarias del programa. También participamos en el Tercer Encuentro Solidario, la cena anual que realizan para la recaudación de fondos para la fundación. Por último, este año, por primera vez, fuimos parte de la feria laboral, una oportunidad que nos permitió acercarnos aún más a estas jóvenes para que conocieran las ofertas laborales y de práctica existentes en el Banco para las estudiantes.

¿Cómo ha sido la experiencia?

Ha sido una experiencia muy gratificante. Soymás es una organización que trabaja para apoyar de manera concreta a estas jóvenes, entregándoles oportunidades de capacitación e inserción laboral, de manera muy profesional, y preocupándose de lograr un aporte significativo en cada una de sus estudiantes.

¿Qué aprendizaje como empresa les deja esta colaboración?

Con esta colaboración hemos entregado herramientas concretas para apoyar el progreso de estas mujeres, que nos enseñan verdaderas lecciones de vida con su esfuerzo y ganas de superación. Es clave colaborar con otras instituciones para expandir nuestro aporte, llevando nuestras redes y conocimientos donde son necesarias y donde no podemos llegar por medios propios.

¿Cómo proyectan esta colaboración a futuro?

Queremos seguir siendo aliados, continuando el buen trabajo en conjunto que hemos tenido y fortaleciendo el bienestar financiero de las estudiantes.

falabella.

TODO ES POSIBLE CUANDO SE TIENE UN OBJETIVO CLARO Y EL COMPROMISO DE TRABAJAR POR ÉL

Rosaria Mauriziano M.
Coordinadora de Desarrollo Organizacional, Falabella

Qué fue lo que los motivó a colaborar con Soymás?

La motivación para colaborar con la Fundación Soymás surgió hace siete años, impulsada por la increíble labor que realizan al entregar herramientas de desarrollo personal y profesional a sus alumnas. Su enfoque en capacitarlas y prepararlas para ingresar al mundo laboral, junto con la experiencia práctica que adquieren durante el año de formación, es realmente inspirador. Fue un paso natural expandir nuestro apoyo social, más allá de Haciendo Escuela, para contribuir a que estas mujeres descubran y potencien sus talentos más allá de su rol materno.

En qué consiste el trabajo que realizan con la fundación?

El trabajo que realizamos con la Fundación Soymás se enfoca en entregar herramientas prácticas y teóricas para potenciar las habilidades de las alumnas en el ámbito de la atención al cliente. A través del Programa de Excelencia en el Servicio al Cliente, diseñado especialmente para ellas, abordamos cuatro módulos clave: motivación hacia el trabajo, Servicio de Atención al Cliente (SAC), comprensión de las necesidades de los clientes y cómo generar experiencias memorables.

Complementamos esta formación con actividades prácticas, como el Taller de POS, donde las alumnas aprenden a operar sistemas de punto de venta en un entorno simulado, y con visitas a nuestras tiendas, como la del Parque Arauco, donde conocen testimonios reales, viven la experiencia en terreno y participan en charlas inspiradoras. Todo esto está pensado para preparar a las alumnas no solo en lo técnico, sino también en habilidades interpersonales y liderazgo, clave para su éxito en el mundo laboral.

Cómo ha sido la experiencia?

La experiencia ha sido profundamente enriquecedora y motivadora. Ha sido increíble conocer a participantes con tanta determinación y claridad de propósito, jóvenes mujeres que, a pesar de su corta edad, tienen un enfoque admirable en sacar adelante a sus familias y desarrollarse profesionalmente.

Es emocionante ver cómo, módulo a módulo, las alumnas adquieren nuevas herramientas, demuestran interés por aprender, comparten reflexiones valiosas y expresan una profunda gratitud por esta oportunidad, que las impulsa a superar las adversidades y seguir creciendo.

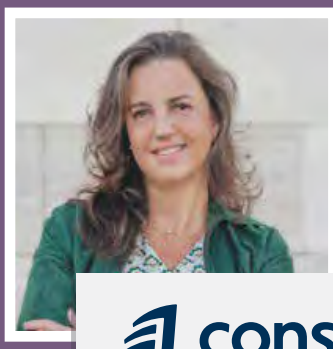
Qué aprendizaje como empresa les deja esta colaboración?

Esta colaboración nos ha dejado un aprendizaje invaluable: la certeza de que todo es posible cuando se tiene un objetivo claro y el compromiso de trabajar por él. Nos ha enseñado el poder transformador de contribuir más allá de nuestra labor diaria, de generar un impacto real en las vidas de las personas.

Como empresa, hemos descubierto la importancia de ofrecer no solo herramientas, sino también inspiración, ayudando a las participantes a mirar su evolución personal desde una nueva perspectiva. Ha sido una experiencia que nos recuerda que el verdadero valor está en aportar al crecimiento y felicidad de otros, mientras también crecemos como organización.

Cómo proyectan esta colaboración a futuro?

Proyectamos esta colaboración con mucho entusiasmo y compromiso para el futuro. Nuestra intención es seguir apoyando a la Fundación Soymás en los próximos años, adaptándonos a los cambios y necesidades que puedan surgir en el contexto actual. Siempre estaremos a disposición para continuar trabajando juntos y fortaleciendo este valioso vínculo.



LA EDUCACIÓN ES UN PILAR FUNDAMENTAL DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EMPRESARIAL

Magdalena Cortés
Jefa de Impacto e Innovación Social, Consorcio Financiero

Qué fue lo que los motivó a colaborar con Soymás?

Uno de los pilares fundamentales de la Responsabilidad Social Empresarial en Consorcio, es la Educación. Por eso nos motivó colaborar con Fundación Soymás porque tienen un gran compromiso en este sentido, capacitando a madres adolescentes que se encuentran en situación de vulnerabilidad. Estamos convencidos de que, a través de nuestra contribución, podemos cambiarles la vida y permitirles desarrollarse personal y profesionalmente.

En qué consiste el trabajo que realizan con la fundación?

Nuestro principal trabajo que realizamos con la fundación es recibir en nuestras instalaciones 2 veces al mes, a jóvenes capacitadas como manicuristas, para que presten sus servicios a los colaboradores de la compañía y así puedan generar recursos económicos. También hemos contribuido a través de talleres de Educación Financiera y Servicios y Atención a Clientes, impartidos a las alumnas de la fundación, entregándoles conocimientos que les ayudarán a futuro, cuando ingresen al mundo laboral y por qué no, cuando algunas de ellas instalen su propio negocio.

Cómo ha sido la experiencia?

Nuestra experiencia con las manicuristas ha sido fantástica, hemos visto a lo largo del tiempo como ellas han avanzado mucho en sus conocimientos y técnicas para atender a las y los clientes. Hemos logrado vincularnos con ellas mucho más allá de lo laboral, conociendo a cada una y dándoles nuestro apoyo emocional cuando ha sido necesario.

Para los talleristas que han participado, esta experiencia ha sido maravillosa, ellos mismos nos han entregado su testimonio de que con pequeñas cosas se puede ayudar, que existe mucha gente con energía, ganas de salir adelante y de que todos juntos podemos hacer una sociedad mejor.

Qué aprendizaje como empresa les deja esta colaboración?

Uno de los mayores aprendizajes que nos deja día a día esta colaboración es la resiliencia de las jóvenes, nuestra mayor admiración para ellas que han logrado salir adelante a pesar de todos los obstáculos que han tenido en el camino, hemos aprendido otra manera de relacionarnos con nuestro entorno y aumentar el compromiso con la fundación.

Cómo proyectan esta colaboración a futuro?

Quisiéramos continuar con las actividades que realizamos hoy en día y ampliarnos entregando muchos más conocimientos a las alumnas, a través de los talleres, desde nuestra experiencia. También evaluaremos la posibilidad de poder entregar oportunidades laborales a las alumnas dentro de nuestra compañía.

LA IMPORTANCIA DE LA EMPATÍA Y EL COMPROMISO PARA GENERAR UN IMPACTO POSITIVO EN NUESTRA COMUNIDAD

Mirtha Norambuena
Gerente de Atracción de Talento y Marca Empleadora

¿Qué fue lo que los motivó a colaborar con Soymás?

Nuestra motivación principal para colaborar con Fundación Soymás fue nuestro compromiso con el bienestar de las personas y el desarrollo de las comunidades. Al conocer su labor transformadora con madres adolescentes, identificamos una oportunidad perfecta para sumar esfuerzos y aportar herramientas que les permitan crecer personal y profesionalmente. Y esto está completamente alineado con nuestro propósito como compañía: mejorar la calidad de vida de las personas.

En qué consiste el trabajo que realizan con la fundación?

Nuestra colaboración con Fundación Soymás ha consistido en ofrecer talleres prácticos y actividades diseñadas para empoderar a las jóvenes madres y fortalecer sus habilidades para la vida laboral. Hemos realizado talleres como la creación de perfiles en LinkedIn, liderado por nuestro equipo de Atracción de Talento, para ayudarlas a posicionarse en el mercado laboral. Además, en el marco de nuestro programa de educación financiera "Corta y Clara", llevamos a cabo una jornada interactiva utilizando el juego Financity, donde aprendieron sobre planificación financiera, inversión y equilibrio entre dinero y bienestar.

También hemos dado practica laborales y celebración de días especiales.

¿Cómo ha sido la experiencia?

La experiencia ha sido profundamente enriquecedora y significativa. No solo tuvimos la oportunidad de conectar con estas jóvenes, sino también de observar el impacto positivo que tienen las herramientas y el apoyo en su empoderamiento y desarrollo. Ver su determinación y valentía nos llena de orgullo y nos motiva a continuar creando iniciativas que generen cambios reales en sus vidas.

Qué aprendizaje como empresa les deja esta colaboración?

Esta colaboración nos ha enseñado que, con acciones simples, se pueden lograr grandes transformaciones en la vida de las personas. Cada taller, aunque breve, siembra una semilla de aprendizaje, confianza y motivación. Además, trabajar con estas jóvenes nos ha demostrado que el acceso a las herramientas correctas puede abrirles un mundo de posibilidades. También reforzó nuestra creencia en la importancia de la empatía y el compromiso para generar un impacto positivo en nuestra comunidad.

¿Cómo proyectan esta colaboración a futuro?

A futuro, queremos continuar y fortalecer nuestra colaboración con Fundación Soymás. Esperamos expandir los programas y herramientas que les ofrecemos, adaptándonos a las necesidades de las jóvenes madres para ayudarlas a alcanzar sus metas y cumplir sus sueños. Estamos comprometidos con seguir siendo parte de su desarrollo, trabajando juntos para construir un entorno más inclusivo y lleno de oportunidades.

CINCO HISTORIAS DE MUJERES QUE *desafían la violencia*

En el mes de conmemoración de la No Violencia contra la Mujer, Fundación Soymás y Radio Pauta lanzaron «Resiliencia: Cinco historias de mujeres que desafían la violencia», un pódcast que narra el poderoso viaje de mujeres que han convertido el dolor en fuerza, inspirado en el libro «De Víctimas a Supervivientes: Mujeres que Desafían la Violencia».

El proyecto, auspiciado por Banco Falabella, Sodimac y Falabella, tuvo su lanzamiento el miércoles 13 de noviembre en el espacio Megeve. El evento contó con la presencia de la Ministra de la Mujer, Antonia Orellana, y la participación de dos actrices que dieron voz a las historias del pódcast.

PREMIO *Resiliencia Mujer* 2024

uah / Universidad Alberto Hurtado

Mujeres ConImpacto

El espíritu de superación y la fortaleza femenina fueron reconocidos el pasado 10 de noviembre durante la ceremonia del Premio Resiliencia Mujer en la Universidad Alberto Hurtado.

Este premio, que celebra a 50 mujeres resilientes, destacó historias de esfuerzo y perseverancia.

Nos llena de orgullo felicitar a tres de nuestras egresadas premiadas:

- **Sigrid Navarrete**, actualmente trabajando en Microsystem
- **Macarena Monte**, empleada de SUBUS
- **Silvia Vergara**, integrante de Minsait.

Estas mujeres, con historias profundamente inspiradoras, son un testimonio del impacto de la resiliencia y el trabajo arduo.

FUNDACIÓN SOYMÁS REALIZA *talleres de prevención de violencia en el pololeo* PARA ADOLESCENTES EN RESIDENCIAS DE PROTECCIÓN Y COLEGIO DE LA PINTANA

La Fundación Soymás llevó a cabo una serie de talleres de prevención de violencia de género dirigidos a adolescentes en residencias de protección del Servicio de Mejor Niñez, financiados gracias a la adjudicación del fondo de fortalecimiento del Ministerio Secretaría General de Gobierno y a estudiantes de 7° Básico en el colegio Celestin Freinet de La Pintana.

Estos talleres tuvieron como objetivo enseñar a las y los jóvenes a reconocer y prevenir la violencia en el pololeo, estableciendo límites saludables en las relaciones y fomentando el autocuidado.

A través de dinámicas grupales y participativas, las y los participantes aprendieron a identificar las diversas formas de violencia, reflexionaron sobre los factores de riesgo en las relaciones de pareja y desarrollaron habilidades para enfrentar situaciones de abuso. También se trabajó en la importancia de una comunicación asertiva, la escucha empática y el fortalecimiento de redes de apoyo, con la entrega posterior de material informativo.

Como resultado de los talleres, el 76% adquirió mayor conocimiento en reconocer los tipos de violencia, mientras que el 100% expresó confianza en su capacidad para identificar situaciones de riesgo en una relación. Además, **el 81% de las jóvenes manifestó que, a partir de ahora, podrían tener relaciones más sanas y saludables.**

*** Estos talleres son parte del compromiso de Fundación Soymás por promover el empoderamiento en jóvenes, promover relaciones basadas en el respeto, la autonomía y la seguridad, y garantizar que puedan aplicar lo aprendido en sus futuras relaciones.**

2ª EDICIÓN DE LA CAMPAÑA REGIONAL

"Adolescentes Madres: Historias Sin Fronteras"

Jóvenes de Fundación Kaleidos (Argentina), Fundación Juanfe (Colombia), Voces Vitales (Panamá), Fundación Soymás (Chile) y TANI (Perú) se unieron para abordar temas cruciales como la maternidad en la adolescencia y el acceso a la educación y empleo.

En esta campaña, comparten sus experiencias y miedos relacionados con la inserción laboral, mientras que empresas y empleadores de toda Latinoamérica narran sus historias trabajando con adolescentes madres, demostrando que el cambio es posible.

LOS DATOS SON ALARMANTES:

El 47,3% de las niñas y adolescentes madres en la región solo alcanza el nivel primario.

Las mujeres que fueron madres tempranas ganan, en promedio, un 24% menos que quienes fueron madres en la vida adulta.

De cada 10 adolescentes que asistían a la escuela al momento de su embarazo, 5 vieron interrumpida su trayectoria escolar.

Casi la mitad de las madres adolescentes solo alcanza la educación secundaria.

Estas cifras reflejan cómo el embarazo no intencional y la maternidad en la adolescencia afectan negativamente el acceso al mercado laboral formal, perpetuando la desigualdad social y los ciclos intergeneracionales de pobreza.

Fundación Soymás destaca en

EL XLI CONGRESO DE LA SOCIEDAD DE PSIQUIATRÍA Y NEUROLOGÍA DE LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA (SOPNIA)

Entre el 23 y el 25 de octubre de 2023, se celebró en Pucón el XLI Congreso de la Sociedad de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y Adolescencia (SOPNIA), el evento más importante en el ámbito de la salud mental infantil y juvenil en Chile. Durante este congreso, se presentaron investigaciones de gran relevancia en Psiquiatría y Neuropediatría, y se eligieron los trabajos más destacados para ser expuestos y premiados.

En este marco, la Dra. Ximena Carrasco, investigadora de la Fundación Soymás, presentó los resultados de su equipo de investigación con el trabajo titulado "Relación entre eventos adversos infantiles y morbilidad neuropsiquiátrica en una población de jóvenes madres de extrema pobreza - Fundación Soymás, La Pintana, 2023".

EXTRACTO DE LAS CONCLUSIONES DEL TRABAJO

"En síntesis, la población explorada, evidentemente sesgada por su composición demográfica de riesgo (madres adolescentes de extrema pobreza), muestra cifras que superan lo reportado en la literatura sobre maltrato y TDAH, ambos correlacionados. La investigación confirma la relación directa entre el número de efectos adversos sufridos en la niñez y la morbilidad física y psicológica, especialmente en trastornos ansiosos, depresión y suicidalidad. Además, el estudio incorpora al TDAH como una posible consecuencia del maltrato, reconociendo que este puede ser tanto causa como consecuencia de los trastornos.

Para los neuropediatras, que son responsables del diagnóstico y manejo del TDAH en Chile, el llamado es a considerar el maltrato infantil como un factor relevante en su etiología y comorbilidades, recordando que este puede ocurrir en todos los estratos socioeconómicos. La presencia de maltrato puede incluso dificultar el éxito de las intervenciones terapéuticas, lo que destaca la importancia de detectar y abordar el maltrato infantil de manera oportuna.

Finalmente, se subraya que el maltrato infantil es uno de los factores de riesgo más importantes y prevenibles para los trastornos neuropsiquiátricos, y que su prevención y detección temprana deben ser una prioridad en las políticas públicas."

Este trabajo fue distinguido con el primer lugar entre los 9 seleccionados de más de 80 trabajos presentados en la sección de Neuropediatría, destacándose por su correcta metodología y su altísima relevancia.

Este reconocimiento refleja el impacto que ha tenido este estudio dentro de la comunidad médica, abordando temas clave que ya se han discutido internamente en la Fundación, pero que se considera necesario divulgar más allá de sus muros. El trabajo de la Dra. Carrasco reveló la relación directa entre los efectos adversos sufridos en la niñez y la morbilidad física y psicológica, sobre todo en madres jóvenes de extrema pobreza. Este estudio corrobora la conexión entre el maltrato infantil y trastornos como el TDAH, la ansiedad, la depresión y la suicidalidad, e incorpora al TDAH entre las posibles consecuencias del maltrato.

Este reconocimiento no solo pone en valor el trabajo de la Dra. Ximena Carrasco, sino que también resalta la importancia de la investigación y la divulgación de estos temas cruciales para el bienestar de las jóvenes madres y sus hijos. Refuerza el compromiso de la Fundación Soymás con la investigación y el aporte a la comunidad médica, marcando un hito en la visibilización de problemáticas sociales y de salud.

EXPERIENCIAS ADVERSAS EN LA INFANCIA: *proyecto piloto* BUSCÓ *mitigar sus efectos* EN JÓVENES

Muchas de las jóvenes que estudian en Soymás han enfrentado experiencias adversas desde la infancia (ACEs), tales como violencia, negligencia, exposición al consumo de sustancias en sus entornos, entre otras. Estas experiencias pueden afectar no solo la salud mental, sino también su bienestar físico, perpetuando ciclos de vulnerabilidad, oportunidades y procesos de aprendizajes.

Más del 75% de las estudiantes ha vivido tres o más de estas experiencias y el 50% cinco o más. En Soymás confiamos en el poder de la educación para cambiar vidas.

Con esta realidad, nace un proyecto piloto de intervención basado en la evidencia científica de Nadine Burke con el objetivo de mitigar las consecuencias de estas experiencias y entregarles herramientas para un futuro más saludable y resiliente.

A través de un enfoque innovador diseñamos una intervención para un curso piloto centrada en el fortalecimiento de seis pilares: sueño, alimentación saludable, actividad física, relaciones interpersonales positivas, salud mental y mindfulness. Además, participaron en actividades como psicoeducación, yoga, clases en el polideportivo municipal, asesorías nutricionales y atención prioritaria en salud mental.

Para fortalecer este curso piloto, y gracias a una valiosa alianza con Wemove y RedSalud, las jóvenes participaron en el programa "Invierte en Ti". Durante 16 semanas, asumieron desafíos semanales, asistieron a charlas y actividades interactivas, y se sometieron a un chequeo médico completo, promoviendo aún más la incorporación de hábitos saludables, brindándoles herramientas para mejorar su bienestar físico y emocional.

Los resultados fueron alentadores:

- **Hábitos más saludables:** Aumento en el consumo de agua y de frutas y verduras.
- **Mindfulness en la vida diaria:** El 60% de las jóvenes incorporó esta técnica en su rutina, aplicándola también para ellas como en la crianza de sus hijos/as.
- **Relaciones saludables:** El grupo del curso piloto se destacó por su cohesión y sentido de pertenencia, sin recibir intervención por conflictos interpersonales durante el año.
- **Actividades valoradas positivamente por las jóvenes:** Yoga, psicoeducación, deporte, mindfulness y trabajo en salud mental.

Este proyecto ha sido un paso importante en la transformación y fortalecimiento de sus vidas. Aunque aún queda camino por recorrer, estos primeros resultados nos demuestran que el cambio es posible y que la incorporación de nuevas estrategias y herramientas son importantes en Soymás.

Generación

2024

LA PINTANA

VICTORIA ABARZÚA

Mi experiencia al llegar a Soymàs fue radical, como si todo lo que conocía hubiera dado un giro completo de 180 grados, De un día para otro, me di cuenta de que la vida que llevaba ya no era suficiente, ni para mis hijos ni para mí.

Un descubrimiento en este proceso ha sido el impacto positivo que puede generar en los demás. Con una palabra amable, un gesto o una acción significativa, puedo bendecir a quienes me rodean. Antes pensaba que esto solo beneficiaba a los demás, pero ahora entiendo que también me regresa a mí, llenándome de satisfacción.

Entrar a la fundación fue un punto de inflexión. Aprender artes culinarias me abrió un mundo nuevo, descubrí habilidades y una pasión que conecta mi creatividad con un sentido de logro. Ahora, al mirarme al espejo, veo a una mujer nueva.

Frase típica: "Yo puedo".
Regalo útil: Bendecir con una palabra, acción o apoyo a otras personas, entendiendo que no solo es un regalo que doy, sino también uno que recibo.
Frase célebre: "Yo brillo".
Amor platónico: Bayron Fire.
Lo que nunca se vio en mí: Nervios por dentro, aunque por fuera me muestro dura.
Lo que más me gustó de mí: La paciencia que tuve gracias a la fundación y cómo me ayudó a mejorar mi manera de ser.
Canción favorita: No tengo una en particular, me gustan todas.
Ídolo: Mis hermanos.

CATALINA ACUÑA

Mi nombre es Catalina Acañua, tengo 24 años y soy mamá de un hermoso niño de dos años y cinco meses. Antes de unirme a SoyMás, mi vida giraba en torno a ser mamá, dueña de casa y trabajar de manera independiente en las ferias libres. Hoy, mi vida ha cambiado por completo. He aprendido un oficio y, aunque lo más difícil ha sido dejar a mi hijo al cuidado de otra persona, sé que es un paso necesario para nuestro futuro.

Estudié Administración, y aunque al principio dudaba si sería capaz de terminar el programa, con el tiempo esas inseguridades desaparecieron porque descubrí cuánto me apasionaba. Entrar a la fundación transformó mi rutina; ya no paso todo el día en casa, y mi mayor motivación es mi hijo.

Al egresar, quiero trabajar en este nuevo oficio y recomendaría esta experiencia a todas las madres jóvenes. Es una etapa que demuestra que no están solas y que, con esfuerzo, pueden lograr todo lo que se propongan.

ALMENDRA AGUILERA

Cuando fui aceptada en la Fundación, me sentí muy emocionada al saber que brindaban apoyo a madres adolescentes. El poder estudiar mientras cuidaban a mi hijo fue una motivación adicional para unirme. Además, ofrecían la carrera que siempre había querido estudiar, lo que hizo que la oportunidad fuera aún más atractiva.

Apodos: Almendrita
Frase Típica: Perrita
Regalo Útil: Una coca cola
Amor Platónico: Jere Klein
Lo que nunca se vió en ella: Sus penas y tristezas
Deseo Frustrado: Ser millonaria
Excusa Típica: Voy al baño y vuelvo
Su mejor momento en la fundación: El día de la familia
Lo que más nos gusta de ella: Su personalidad, humor, solidaridad
Canción Favorita: Chika mala jere klein

KIMBERLY ALEMPARTE

Antes de ingresar a Soymás, me encontraba embarazada de mi hija. Un día, mientras me hacía las uñas, una de las orientadoras de Soymás me sugirió que viniera para terminar mi cuarto medio, un curso que me faltaba por rendir. Decidí llamarlos, vine al Tour, y justo en ese momento, nació mi hija. Postulé, me llamaron y quedé seleccionada.

A lo largo de mi proceso, conocí a muchas personas maravillosas que me brindaron su apoyo, especialmente con mi hija. Nunca imaginé recibir tanto respaldo y comprensión. Gracias a esta ayuda, logré finalizar mis estudios después de dos años, y este 2024 me gradué como peluquera, algo que también fue parte de mi crecimiento personal y profesional.

Lo que más me motivó a seguir adelante fue mi hija, y algo que valoro profundamente de la Fundación Soymás es la enseñanza y el apoyo que brindan a las personas. Sin duda, han sido un pilar fundamental en mi vida.

Apodos: Kim
Frase Típica: Eres una guerrera
Regalo Útil: Una Gift Card
Amor Platónico: Nadie
Lo que nunca se vió en ella: Rendirse
Deseo Frustrado: Irse del país
Excusa Típica: Estoy bien
Su mejor momento en la fundación: Cuando terminó su enseñanza media
Lo que más nos gusta de ella: Su alegría
Canción Favorita: You negus

TIARE BAEZA

Mi vida antes de Soymás era monótona, sumida en la depresión postparto. Ahora, gracias a la fundación, soy una mujer más confiada y resiliente. Al principio, no sabía si iba a ser capaz de estudiar, pero encontré en Soymás la oportunidad de mejorar mi futuro y ser una mejor madre para mi hijo. El apoyo de los profesores y el ambiente acogedor me ayudaron a superar mis dudas. Hoy, me siento valorada y agradecida por el apoyo que he recibido. Soymás me ha ayudado a descubrir mi potencial y a creer en mí misma.

Apodo: La baeza, amiga
Regalo útil: tengo ganas de algo dulce
Deseo frustrado: un viaje a Brasil
Frase célebre: a ver, estúpida
Amor platónico: Nicholas Galitzine
Lo que nunca se vio de ella: lo atrevida y valiente que soy
Deseo frustrado: abrir un Onlyfans
Excusa típica: No tengo quien me cuide al Isaac
Su mejor momento en la fundación: Cuando bailamos la diablada para el 18 de septiembre
Lo que destacan sus compañeras: Lo emprendedora, su figura, su personalidad
Canción favorita: A thousand years - Christina perri

BÁRBARA BECERRA

Antes de empezar a estudiar, estaba en casa, embarazada, sin saber qué me deparaba la vida. Hoy me doy cuenta de que ser madre me da fuerzas para volar más alto. Tengo a alguien por quien luchar: mi hija Maite. Ya no pienso solo en mí, sino en nuestro futuro.

No le daba mucha importancia a mis estudios, pero ahora sé que mi vida depende de lo que haga por nosotras. Entré a la Fundación porque me gusta la peluquería y, lo mejor, es que pude estudiar de manera gratuita, con un apoyo invaluable. Mi sueño de tener mi propio salón está cada vez más cerca, gracias a que gané un concurso de emprendimiento.

Al principio dudé al dejar a mi bebé con mi mamá, pero me di cuenta de que lo que hacía era para beneficio de las dos. Hoy me siento más madura y tranquila. El apoyo de la Fundación y la profesora Fran Cholakis fue clave. Mi meta es trabajar y tener mi propio salón. Recomiendo estudiar aquí al 100%. Estoy agradecida por esta oportunidad que me permitió cumplir mis sueños.

Apodos: Barbie
Frase Típica: Postulen a los trabajos
Regalo Útil: Un Mac donalds
Amor Platónico: El dinero en exceso
Lo que nunca se vió en ella: Mostrando sus problemas
Deseo Frustrado: Viajar a miami
Excusa Típica: No me pueden ver a la mai
Su mejor momento en la fundación: Ganar el premio de emprendimiento
Lo que más nos gusta de ella: Su preocupación por sus amigas y su buen corazón
Canción Favorita: Escarlata

CORINA CAMUS

Antes de llegar a Soymás, sentía que mi vida laboral y estudiantil había terminado. Ya había intentado varias veces, sin éxito, y con dos hijos que dependían completamente de mí, pensé que ya no habría más oportunidades. Al entrar a la fundación, encontré un lugar que me ayudó a ver más allá de la maternidad, a recordar quién soy, mis valores y capacidades. He crecido, madurado y sanado, y he vuelto a soñar, sueños que ahora estoy haciendo realidad. Al principio, me aterraba salir con mi hija en la micro, temía que todo saliera mal. Sin embargo, en una charla con egresadas, una de ellas compartió lo mismo y me recordó que, a pesar del miedo, era necesario atreverse, porque si no lo hacía, nadie lo haría. Hoy comprendo que salir de la zona de confort requiere valentía. Cuando termine mis estudios, espero poder trabajar, independizarme económicamente y alcanzar mis metas a largo plazo.

Apodo: Cori/Bratz
Frase típica: Que lindo
Regalo útil: Maquillaje/ audífonos / joyas
Amor platónico: Pablo Chill-e
Lo que no se vio: Soy cantante
Deseo frustrado: Tener el cabello largo y rubio
Excusa típico: Tuve una crisis
Su mejor momento: Mi mejor momento fue el día en que me regalaron el curso para matrix y ademas hicimos karaoke y gane un shampoo y acondicionador
Lo que tus compañeras destacan de ti: Mi estilo
Canción favorita: Nube Gale-Gale

CARLA CARRANZA

En Soymàs mi vida cambió por completo. Antes era dueña de casa, trabajaba limpiando oficinas y en ferias libres. Hoy soy una mujer empoderada y capaz de superarme, gracias a la Fundación logré superarme como persona, además me ayudaron a descubrir mis cualidades.

Estudiar gastronomía siempre fue mi sueño, y gracias a la fundación lo logré. Al principio, dudaba de si sería capaz de alcanzar mi sueño de ser la primera titulada de mi familia. Ese peso era grande, pero gracias a mi perseverancia y al apoyo de la fundación, lo logré: me titule.

Tuve la oportunidad de trabajar en uno de los hoteles con los estándares más altos del mundo, un logro significativo en mi vida. Formar parte de la fundación ha sido una experiencia inolvidable; me brindaron oportunidades únicas y un espacio donde nunca me sentí juzgada. Me sentí cuidada y segura, como si éramos un grupo de amigas que se apoyan mutuamente.

Apodo: Carla
Frase típica: Querer es poder
Regalo Útil: Dinero
Frase célebre: Vamos
Lo que nunca se vio en ella: Meterme en problemas.
Deseo frustrado: Ser millonaria
Excusa típica: Me enferme
Mi mejor momento en la Fundación: Dia de la familia
Canción Favorita: Visón julianno sosa

CONSTANZA CARRASCO

Cuando ingresé a la fundación, me propuse cerrar el año con un mejor trabajo y aumentar mis ingresos. Mi principal motivación fue mi hijo, por quien decidí unirme. Sin embargo, con el paso del tiempo, comprendí que este proceso era también para mí. A lo largo del año, me di cuenta de los grandes cambios que experimenté en lo personal. Las clases de terapia de grupo y las conversaciones con la profesora Cinthya fueron fundamentales para abrir mis ojos y descubrir el potencial que había dejado de ver en mí misma.

Gracias a este proceso, hoy tengo un empleo mejor remunerado y he redescubierto habilidades que creía olvidadas desde mi etapa universitaria. Ahora sé identificar y gestionar mis emociones, y tengo la capacidad de reconocer mis errores. La fundación me ha brindado herramientas clave para alcanzar cada una de mis metas. Estoy profundamente agradecida de haber tomado la decisión de formar parte de esta experiencia transformadora.

Apodo: Cony
Frase típica: Agendas, post it
Lo que nunca se vio: A la Coni sin esforzarse el 100% en sus presentaciones, trabajo y dueña de casa.
Deseo frustrado: Estudiar para ser criminalista
Excusa típica: “Me quedé dormida”
Su mejor momento en la fundación: El baile del 18 sept.
Canción favorita: ·Cuando te besé· Paulo Londra

YERENSY CARRILLO

Hace 9 meses ingresé a Soymás como mamita primeriza, llena de fe y orando para que mis sueños se hicieran realidad. Recuerdo el momento en que recibí la llamada que tanto esperaba: lloré de alegría y mi familia compartió mi felicidad. Al inicio, me sentía preocupada y limitada por no poder trabajar con mi bebé pequeña, pero hoy soy una mujer transformada, bendecida y orgullosa. La fundación me dio herramientas para crecer personal y profesionalmente, y gracias a su apoyo logré mi meta de convertirme en estilista y maquillista. Aunque temía por no tener documentos chilenos tras emigrar desde Venezuela, Soymás me motivó a avanzar sin detenerme. Mi pasión por el mundo de la belleza floreció con experiencias únicas, como mi proyecto con abuelitos, que llenó mi corazón de alegría. La dedicación y ética del equipo de Soymás son invaluables; ellas nos impulsan a ser mejores cada día. Hoy recomiendo de corazón a otras mamás que postulen, porque esta fundación cambia vidas. Gracias, Soymás, por dejar en mí una huella imborrable

Apodo: Yeren
Frase típica: Era pa've
Regalo útil: Artículos de belleza
Amor platónico: El sol jajjaja
Lo que no se vio: Triste, siempre Divertida
Deseo frustrado: Te quiero conocer DUBAI
Excusa típico: No hay que excusarse
Su mejor momento: Todooooosss
Lo que tus compañeras destacan de ti: La motivación y su ejemplar equipo
Canción favorita: Las que yo invento JAJAJJA

JAVIERA CASANOVA

Este año en Soymás fue un proceso de crecimiento personal y académico. Cada materia me enseñó sobre mi capacidad de enfrentar desafíos. La paciencia y resiliencia se convirtieron en mis aliados, y el apoyo de mis profesores y compañeros me motivó a seguir adelante. Gracias a ellos, encontré la confianza para superar la incertidumbre. Agradezco profundamente cada palabra de aliento que recibí. Este proceso no ha sido solo un logro personal, sino una victoria compartida con todos quienes me acompañaron.

Apodo: javi
Regalo útil: no sé
Deseo frustrado: una foto
Frase célebre: no quiero
Amor platónico:no tengo
Lo que nunca se vio de ella: que soy divertida
Deseo frustrado: ser millonaria
Excusa típica: estoy cansada
Su mejor momento en la fundación: conocer a mis compañeras
Lo que resaltan sus compañeras: no molesto en nada
Canción favorita: No tengo

DANITZA CATALÁN

Ingresé a la fundación con el objetivo de obtener un oficio y aprovechar todo lo que me ofrecían para ser más de lo que ya era. No solo me entregaron herramientas para aprender un oficio, sino que también me ayudaron a fortalecer mi amor propio ya sentirme capaz de enfrentar cualquier desafío.

La fundación me enseñó a ser una mamá fuerte, y hoy me veo y me siento muy diferente a como era al principio. Ahora tengo la seguridad de que puedo lograr todo lo que me propone. Siempre estaré agradecida por la oportunidad que me brindaron, por haberme enseñado tanto y por darme las herramientas necesarias.

Todo lo que aprendí lo hago pensando en darle un mejor futuro a mi hijo Dante. Extrañaré la fundación ya su personal, que siempre estuvo dispuesto a apoyarme. Estoy profundamente agradecida de haber podido terminar el año y alcanzar un logro tan significativo en mi vida.

Gracias a la fundación, hoy me siento realizada. Me brindaron materiales, herramientas y el respaldo necesario para ser la persona que soy ahora, y por eso siempre llevaré esta experiencia conmigo como un paso importante.

Apodo: Dany
Frase típica: Mens@
Regalo Útil: Materiales de cocina
Frase celebre
Amor platónico: Luffy Zoro Sanji Inuyasha Ranma los amo mis amores
Lo que nunca se vio en ella: Pudo pasar todas sus materias y es muy resiliente
Deseo frustrado: Ser cantante
Excusa típica: Estoy viendo anime
Mi mejor momento en la Fundación: tener que pasar por un oficio por costura e inglés
Canción Favorita: Lost boy-Ruth b

SCARLETH CIFUENTES

Antes de ingresar a la fundación, me sentía sola y desmotivada. Sabía que quería hacer cosas, pero no sabía cómo lograrlas siendo madre. Hoy, me siento más segura, confiada y con metas claras, enfocada en alcanzar mis propósitos.

Mi mayor motivación para entrar a la fundación fue construir un futuro mejorpara mí y para mi hijo. Me propuse dar lo mejor de mí y completar este proceso, y lo logré.

A lo largo del camino, enfrenté dificultades económicas y emocionales, pero no me rendí, y hoy me siento profundamente orgullosa de ese esfuerzo. Tomar la decisión de estar aquí requirió posponer cosas importantes, como trabajar o pasar tiempo con mi hijo. Sin embargo, este proceso me ha permitido entender y valorar mi propio esfuerzo.

Valoro profundamente la dedicación del equipo de la fundación. Su apoyo emocional, compromiso y conexión humana son inspiradores. Aquí he visto cómo las historias de cada persona se entrelazan, creando amistades que van más allá del oficio elegido. Lo que estudié en la fundación es solo el comienzo de mis sueños y metas.

Apodo: Scar
Frase típica: "¿Que hago yo?"
Regalo útil: Una bolsa con dinero.
Amor platónico: Gabriel Boric
Lo que nunca se vio: Discutiendo con alguna compañera.
Deseo frustrado: Ser Stripper
Excusa típica: "Tengo que trabajar"
Su mejor momento en la fundación: El baile de la clase de deporte, en donde María fue Lady Gaga
Lo que más nos gusta de ella: Que es chistosita
Canción favorita: Más fuerte - Greeicy

JENIFFER COLLIO

Antes de Soymás no tenía claros mis proyectos de vida, me faltaba motivación y entusiasmo. Ahora, sé qué quiero para mi familia y mi futuro. Adquirí una nueva mentalidad y visión de vida.

Lo que me motivó a entrar fue mi deseo de aprender Gastronomía. Mi meta principal es terminar mis estudios, empezar a trabajar y, más adelante, tener mi propio emprendimiento.

Cuando ingresé, tenía dudas, pero siempre mantuve en mente la meta de terminar lo que comenzaba y conectar con mis compañeras. El cambio más importante fue replantear mis metas y mi visión de futuro. Aprendí que el esfuerzo depende de mí y mi voluntad. Además, el apoyo y las preocupaciones de los profesores me motivan a esforzarme aún más. Siempre están innovando y presentando nuevas ideas, lo que hace que el lugar sea seguro, estable y lleno de oportunidades.

Entrar a la fundación fue la mejor decisión que tomé este año. Ahora me imagino mi vida llena de oportunidades laborales y recomendaría Soymás a madres jóvenes, ya que es una oportunidad única para transformar sus vidas.

Apodo: Apodo
Frase típica: Tengo sueño
Regalo Útil: Implementos de cocina
Amor platónico: Evan Peters
Lo que nunca se vio en ella: Hablando hasta por los codos
Deseo frustrado: Mi casa propia
Excusa típica: Es que me hijo se enfermó
Mi mejor momento en la Fundación: Expo Oficios
Canción Favorita: The Weeknd & Playboi Carti - Timeless

CAMILA COÑOMÁN

Me llamo Camila y fui mamá a los 18 años mientras cursaba tercero medio. En ese momento no sabía cómo sacaría adelante a mi hija ni qué haría con mi vida, hasta que conocí la fundación. Gracias al apoyo de mi pareja y mi familia, decidí estudiar peluquería, lo que me ayudó a valorarme y descubrir una pasión. En la fundación encontré el espacio para reconocer mis habilidades y superar el miedo al fracaso y las críticas. Hoy me siento segura y preparada para enfrentar cualquier desafío que me acerque a mis metas. Lo que más destaco de estos ocho años en la fundación es el apoyo integral que brinda: no solo en lo académico, sino también en lo personal. Aquí recibí ayuda psicológica, comprensión de mis compañeras y, sobre todo, mucho amor. Esto es lo que me motivó a crecer y avanzar. En el futuro me imagino trabajando en lo que me apasiona, teniendo mi propia casa y ofreciendo una mejor vida a mi hija. Sueño con abrir mi propio salón de peluquería, y siempre recomendaré la fundación porque es una oportunidad invaluable para crecer como persona, madre y profesional.

Apodo: La peliroja natural
Frase típica: Que terrible
Regalo útil: Una alisadora
Amor platónico: Gino Mella
Lo que no se vio: Ir a clases un día lunes
Deseo frustrado: Teñirme el pelo rubio
Excusa típico: Miss Clau llegué tarde porque estaban fiscalizando
Su mejor momento: Cuando tenemos un rato libre y podemos compartir como curso y comer
Lo que tus compañeras destacan de ti: Su cabello, su delineado
Canción favorita: Canciones brasileñas

BETINA CORNEJOS

Mi vida antes de ingresar a Soymás era gris y apagada. Después de pasar por la fundación, me siento más capaz y feliz. Me propuse ser una mejor persona, y hoy siento que lo logré. Soy una persona renovada, llena de objetivos y metas, y todo esto ha sido posible gracias al apoyo que recibimos en Soymás.

Antes tenía muchas dudas: ¿Cómo será el proceso? ¿Cómo me sentiré? ¿Lo lograré? Hoy, al finalizar esta etapa, me voy sin dudas y con mucha más seguridad en mí misma.

Los cambios en mi vida han sido muchos, tanto por mi oficio como por las herramientas psicológicas que recibí. Gracias a la fundación, he transformado mi vida, adoptando hábitos más saludables y alcanzando una mayor armonía. Soymás me ayudó a entenderme mejor y, sobre todo, a quererme.

Hoy soy una persona diferente, con una mentalidad renovada y con muchas más ganas de salir adelante. Tengo las herramientas necesarias para alcanzar mis objetivos. Me siento más capacitada para enfrentar cada día con la cabeza en alto, sabiendo quién soy y lo que puedo aportar.

Apodo: Bety
Frase típica: Raioz
Regalo Útil: Lápices
Frase célebre : Marichachi
Amor platónico: Ian somerhalder
Lo que nunca se vio en ella: Dedicación
Deseo frustrado: Ser profesora
Excusa típica: Dolor de pansa
Mi mejor momento en la Fundación: Ahora
Canción Favorita: What makes You beautiful- One direction

YANINA CORREA

Antes de entrar a Soymás, mi vida estaba marcada por la indecisión. Constantemente me decía a mí misma: "No puedo" o "¿Para qué volver a estudiar?". El miedo me llevaba a cuestionarme cada paso y a evitar nuevos retos. Sin embargo, desde que ingresé a la fundación, mi perspectiva ha cambiado por completo. He descubierto que soy capaz, que no sólo soy mamá, sino una mujer con potencial para lograr lo que me proponga.

Antes, era una persona reservada, poco dispuesta a compartir o conversar. Ahora, me siento más segura y disfruto de la compañía y las conversaciones con mis amigas. Decidí unirme a la fundación porque ya no quería limitarme a ser solo dueña de casa; quería algo más. Vi en Soymás la oportunidad perfecta para estudiar algo que me apasionara, y lo mejor es que no había costo alguno.

Mis metas eran claras: estudiar, terminar el año y conseguir trabajo. Poco a poco, he ido cumpliéndolas. De todo lo aprendido, lo más valioso ha sido proyectarme, utilizar Excel de manera efectiva y cumplir con mis objetivos. Esta experiencia me ha dejado una gran lección: soy capaz de lograr lo que me proponga.

Apodo: Yani
Frase típica:
Regalo útil:
Amor platónico: Bayron fire
Lo que nunca se vio: Andar desordenada
Deseo frustrado: Viajar a EEUU
Excusa típica: Vine por la asistencia
Su mejor momento en la fundación: Cuando me grabaron para tvn
Lo que más nos gusta de ella:
Canción favorita: Mientes tan bien

DAYLIN CUEVAS

Hola, soy Dailyn Cuevas. Antes de ingresar a Soymás, estudiaba en una escuela hospitalaria en el Hospital El Pino, donde cursé primero y segundo medio. Mi vida ha cambiado mucho desde que entré a la fundación. Gracias a Soymás, terminé cuarto medio y completé el oficio de peluquería y belleza, que me apasiona. Al principio era muy tímida y dependía emocionalmente de mi pareja. Mi principal motivación para unirme fue terminar mi enseñanza media y estudiar un oficio gratuito que me permitiera un futuro mejor para mi hija. Me propuse bajar de peso, cuidar mi salud mental y hacer amistades reales, metas que logré con esfuerzo. Al inicio, dudaba si podría graduarme, pero el apoyo de mis amigas y la motivación de mis profesoras me ayudaron a superar mis miedos. Lo que más disfruté fueron las actividades, las visitas a L'Oréal y los cursos extra, especialmente de colorimetría. Mi paso por Soymás me dio confianza en mí misma. Hoy, me imagino trabajando en un salón, ahorrando para mi casa y, algún día, siendo mi propia jefa. Recomiendo aprovechar esta hermosa oportunidad y disfrutar de esta experiencia única.

Apodo: Day, cuika flaite
Frase típica: Compañera, Mana,
Regalo útil: Mi regalo útil será todos los implementos para tener mi peluquería
Amor platónico: Jairo verá, Martín Wait
Lo que no se vio: Que estaba bajando de peso paso a paso
Deseo frustrado: Tener el cabello largo
Excusa típico: Es q no tengo con quien dejará a la blanca (hija)
Su mejor momento: Conocer a mis amigas más leales
Lo que tus compañeras destacan de ti: Mi carácter, mi pelo , mi forma de ser
Canción favorita: Mantecado de coco (Bryant Myers)

VALENTINA DÍAZ

Recomendaría la fundación a todas las madres jóvenes, porque aquí se aprenden muchas cosas que no se enseñan en otros lugares. Es un espacio donde puedes conocerte a ti misma, darte la oportunidad de descubrir tu propio potencial y entender que puedes llegar muy lejos por tu cuenta. Te ayuda a empoderarte y a comprender mejor la vida. Lo más importante es saber que cuentas con un gran apoyo, lo que te da esperanza y te motiva a seguir adelante, incluso cuando parece difícil. Además, el apoyo psicológico es fundamental para avanzar. Si tuviera la oportunidad de volver a vivir esta experiencia, no lo dudaría, ya que me gustaría aprender aún más de lo que ha sido este año.

Apodos: Vale
Frase Típica: Qué pasa
Regalo Útil:
Amor Platónico: Sandro
Lo que nunca se vió en ella: Llegar atrasada
Deseo Frustrado: Su casa
Excusa Típica: Se me olvidó
Su mejor momento en la fundación: El proyecto comunitario
Lo que más nos gusta de ella: Tranquila. Relajada y Buena compañera
Canción Favorita: Camino al cielo de Vicente Fernández

FRANCISCA ELGUETA

Mi vida antes de Soymás estaba llena de miedos e inseguridades. Hoy, tras un año en la fundación, me siento empoderada y lista para enfrentar el mundo laboral. Lo que más valoro es haber descubierto mis capacidades y darme cuenta de que nada es imposible. Soymás me ofreció el apoyo emocional y las herramientas necesarias para cambiar mi perspectiva y afrontar nuevos desafíos. Gracias a este proceso, tengo la seguridad de que puedo lograr lo que me proponga y he adquirido una gran confianza en mí misma.

Apodo: Fran, nena
Regalo útil: Nose weon
Deseo frustrado: Un computador
Frase célebre: Quiero un puchito
Amor platónico: Ross lynch
Lo que nunca se vio de ella: Enojo
Deseo frustrado: Que hayamos tenido una buena relación entre compañeras todo el año.
Excusa típica: Estoy enferma
Su mejor momento en la fundación: Bailes y el huerto.
Lo que menos le gusta de ella: Mi simpatía y tranquilidad
Canción favorita: Traición de Miranda

CATALINA FERNÁNDEZ

Antes de ingresar a Soymàs, mi vida giraba en torno a ser ama de casa y cuidar a mi hijo. No tenía un propósito claro y me sentía atrapada. Ahora me siento orgullosa de mis logros y, de alguna manera, la fundación también me recompensa. Soymàs me dio un objetivo, un propósito, y la rutina diaria me hizo más responsable.

Lo que me motivó a entrar fue la oportunidad de aprender un oficio sin costo, además del apoyo que brindan a las madres jóvenes. Necesitaba un cambio, encontrar algo en lo que me destacara, no solo como madre, sino como mujer. Mis metas eran terminar el oficio responsablemente, lo cual logré con el apoyo de mi familia.

Al principio, dudaba si había elegido el oficio correcto y me preocupaban los problemas económicos y emocionales. Sin embargo, la fundación me brindó apoyo psicológico y resolví mis dudas.

Lo que más desarrollé fue mi creatividad y paciencia, además de aprender a trabajar en equipo. Soymàs me ayudó en lo profesional y personal, brindándome espacios de aprendizaje y apoyo constante.

Apodo: Cata
Frase típica: Chaaaaa
Regalo Útil: Una batidora de pedestal
Frase célebre : Soportennnn
Amor platónico: Pedro astorga
Lo que nunca se vio en ella: nunca se vio faltarle el respeto a alguien
Deseo frustrado: Conocer las playas de todo el mundo
Excusa típica: Conocer las playas de todo el mundo
Mi mejor momento en la Fundación: Los paseos
Canción Favorita: José / aventura

CAMILA FERRADA

Antes de entrar a Soymás, era una persona muy desorganizada y despreocupada por mí misma. Mi alimentación era poco saludable y, aunque le dedicaba tiempo a mi bebé y le mantenía una rutina, yo me descuidaba por completo. Sin embargo, un mes después de salir de la fundación, he experimentado un cambio increíble. No solo en mi físico, sino también en mi forma de expresarme y comunicarme. Ahora me amo y me respeto mucho más.

Apodos: La cami
Frase Típica: Pucha
Regalo Útil: Una carcasa para el celular
Amor Platónico: Jere klein
Lo que nunca se vió en ella: Ser pesada con las profes
Deseo Frustrado: Viajar
Excusa Típica: Ya es tarde, mañana
Su mejor momento en la fundación: Cuando me enoje mucho
Lo que más nos gusta de ella: Siempre positiva y lo aperrada en su maternidad
Canción Favorita: No hay nadie mas, que pueda darle vida a este corazon

GERALDINE GARCÉS

Antes de Soymás, mi vida estaba marcada por la violencia y la inestabilidad. Vivía con mi madre en un entorno lleno de conflictos, y no veía una salida. Sin embargo, encontrar Soymás fue un cambio crucial. Gracias a la fundación, ahora vivo en un ambiente más tranquilo con mi padre, y mi hija tiene la oportunidad de crecer sin las cicatrices emocionales del pasado. Soymás me dio la confianza para estudiar y soñar con un futuro mejor. Hoy me siento más empoderada, con metas claras y con la certeza de que puedo superar cualquier obstáculo.

Apodo: Sia-Unstoppable
Deseo frustrado: un computador para poder trabajar
Frase célebre: -
Amor platónico: James Franco
Lo que nunca se vio de ella: nunca fui grosera ni falté el respeto
Deseo frustrado: haber ido a la Quebrada Macul
Excusa típica: profe voy al baño
Su mejor momento en la fundación: En el huerto cuando plantamos semillas con un deseo profundo
Lo que menos le gusta de ella: como vivo mi espiritualidad
Canción favorita: Sueltalo - B Side

ROMINA GODOY

A los 25 años, ser madre me hizo sentir atrapada en una rutina, pero siempre supe que podía hacer más. Al ingresar a Soymás, comencé a estudiar programación y descubrí nuevas metas para mi vida. Al principio, temía enfrentarme a los estudios, pero el apoyo de la fundación me ayudó a superar mis miedos. El curso de teatro fue un gran desafío que me enseñó a hablar en público y a ganar confianza. Hoy me siento empoderada, con una visión clara y un futuro lleno de oportunidades. Gracias a Soymás, mi vida dio un giro positivo.

KIARA GONZÁLEZ

Al principio, todo era difícil, y aunque la vida sigue siendo un reto con más responsabilidades y preocupaciones, aprendí que todo se puede solucionar. Antes de ingresar a la fundación, era insegura y me sentía frágil, pero ahora me siento empoderada, aunque a veces me siento rota por dentro. Mi motivación para entrar a Soymás fue superarme y cumplir mis sueños, además de darle lo mejor a mi hijo. Mi mamá fue mi mayor fuente de inspiración, pero, lamentablemente, la perdí el mismo año en que me propuse ser la mejor. Aunque nunca dejó de motivarme, no pudo ver mis logros. A pesar de los obstáculos, siempre supe que podía lograrlo, aunque la depresión trató de frenarme. Aprendí un oficio y me desenvolví en el ámbito laboral, pero todo es más difícil cuando intentas hacer bien las cosas. Mi hijo fue la fuerza que me impulsó a seguir luchando. Soymás significó un mar de cambios, tanto buenos como malos. Me ayudó a crecer como persona, pero también me trajo pérdidas. A pesar de todo, hoy miro atrás con experiencia y gratitud por todo lo aprendido.

Apodo: Kiara cosas
Frase típica: Todo me da alergia jaja
Regalo útil: Make up e insumos
Amor platónico: Daddy yankee
Lo que no se vio: Que estoy más flaca
Deseo frustrado: Ser millonaria
Excusa típico: No me dan permiso
Su mejor momento: Cuando gané el primer lugar en 4to medio
Lo que tus compañeras destacan de ti: Mi estilo
Canción favorita: Ojitos rojos de Estopa

KATHERINE GUTIÉRREZ

Antes de ingresar a Soymás, tenía miles de sueños que veía muy distantes. Sin embargo, al entrar, mi vida cambió radicalmente. Todo lo que parecía lejano ahora se volvió una oportunidad. Después de un año, me doy cuenta de que todo valió la pena. A pesar de ser madre de dos hijos y sentirme sola, descubrí que no lo estaba, porque encontré un lugar que me enseñó a valorarme, a amarme, y a reconocer mi fuerza y suficiencia. Mi mayor motivación al entrar fue superar mis propios límites y lograr mis metas, como finalizar mi carrera en peluquería. Gracias al apoyo de la fundación y las herramientas que me brindaron, pude alcanzar este objetivo. Cuando comencé, estaba llena de miedo e inseguridades, dudando de mi capacidad para llegar al final. Sin embargo, cada vez que tenía dudas, mi profesora me apoyaba y me demostraba que sí podía lograrlo. Este cambio me permitió encontrar mi verdadera pasión y me dio la confianza para entrar al mundo laboral con amor y determinación.

Apodo: Leona
Frase típica: Asipos
Regalo útil: Chocolates los ocupo para mi depresión
Amor platónico:
Lo que no se vio: Lo especial que es
Deseo frustrado: Haber sido amada por mis papas
Excusa típico: La depresión
Su mejor momento: Cada terapia aprendida
Lo que tus compañeras destacan de ti: Su forma de ser
Canción favorita: Niñita de mar

SORAYA HENRÍQUEZ

Antes de llegar a Soymás, mi vida era rápida y desorganizada, sin tiempo para lo importante. Tras un año en la fundación, aprendí a valorar mi tiempo, descansar y priorizar mi salud mental. Mi vida dio un giro de 360°, terminé la enseñanza media, obtuve un oficio e hice muchas amigas. Mi motivación para ingresar fue terminar mi educación y estudiar derecho, y Soymás me ofreció las herramientas necesarias. A pesar del miedo de no encajar, mi meta fue siempre finalizar. Mi experiencia fue transformadora, tanto profesional como emocionalmente; me encanta mi oficio en programación. El apoyo psicosocial de la fundación fue clave para mi cambio. Destaco la preocupación del equipo pedagógico por los estudiantes. Hoy me siento preparada para enfrentar cualquier adversidad y en mi momento más estable para seguir adelante. Sin duda, repetiría esta experiencia.

Apodo: Sory, domi
Deseo frustrado: Libros de terror
Frase célebre: Nunca es suficiente, ¡Siempre se puede más!
Amor platónico: No tengo
Lo que nunca se vio de ella: El afecto hacia las personas
Deseo frustrado: No tengo, lo que me propongo lo obtengo.
Excusa típica: No tengo batería social!
Su mejor momento en la fundación: El reencuentro con las compañeras.
Canción favorita: Baile de las libélulas

KRISTEL HERRERA

Apodo: Kristel
Frase célebre: Soy una puta maldita genia
Amor platónico: Pablo chill-e
Lo que nunca se vio de ella: Amar a los insectos
Deseo frustrado: Ser modelo
Excusa típica: Ninguna siempre digo que no tenía ganas simplemente
Su mejor momento en la fundación: Para las alianzas
Lo que destacan sus compañeras: Mi timbre de voz
Canción favorita: Tú me tientas - ñengo flow

NAYARET IBÁÑEZ

Antes de entrar a la Fundación Soymás, equilibrar la maternidad con la búsqueda de nuevas oportunidades era un desafío constante. Aunque tenía dudas sobre mi futuro, deseaba un mejor porvenir para mí y mi hija. Al ingresar a la Fundación, encontré un espacio de aprendizaje y apoyo que cambió mi vida. Descubrí mi pasión por la programación, desarrollé habilidades técnicas y, lo más importante, gané confianza en mí misma. Aprender este oficio me dio herramientas para crecer profesionalmente y me abrió un mundo de posibilidades. Gracias a la formación recibida, hoy me siento empoderada, con una visión clara de mi futuro. No solo adquirí conocimientos valiosos, sino que también encontré un camino que me permitirá ser un ejemplo para mi hija. La Fundación Soymás transformó mi vida, dándome la oportunidad de salir adelante y dar lo mejor de mí, tanto para mi familia como para mi crecimiento personal. ¡Gracias totales!

Apodo: Naya
Regalo útil: comida
Frase célebre: hagamos fajitas!, si se pudo!, hagamos mojitos!
Amor platónico: chyste mc
Lo que nunca se vio de ella: ser una mala persona
Deseo frustrado: hacer patinaje
Excusa típica: no traje ropa de deporte
Su mejor momento en la fundación: disfrute todos los momentos
Lo que más destacan sus compañeras: Lo que más me gusta de ti es que te mantienes en tu centro aunque afuera exista caos. Q eres risueña y lo contagias, Tu capacidad de organización.
Canción favorita: huellas seamoon

ANAÍZA JEREZ

Mi vida antes de Soymás era sin rumbo, pero al entrar a la fundación todo cambió. Mi motivación fue darle una vida mejor a mi hijo Cristóbal. Gracias al apoyo de mis profesores, logré superar mis miedos y dudas. Hoy sé que puedo lograr todo lo que me proponga con paciencia y perseverancia. Soymás me enseñó que los límites solo están en nuestra mente, y me dio la confianza para seguir adelante. Aconsejo a todas las mamás jóvenes que no duden en aprovechar esta oportunidad, porque sí se puede.

Apodo: Anny
Regalo útil: yapo weona si tú puedes
Deseo frustrado: Un computador
Frase célebre: Vamos colo colooooo
Amor platónico: Jere Klein
Lo que nunca se vio de ella: mi corazón abierto
Deseo frustrado: Ser futbolista profesional
Excusa típica: ninguna siempre con la verdad aunque duela o moleste
Su mejor momento en la fundación: Cuando gane el concurso de emprendimiento
Lo que menos le gusta de ella: mi paciencia
Canción favorita: Chika mala

ALEXANDRA LENIS

Mi nombre es Alexandra Lenis, tengo 25 años y soy madre soltera de un niño de 3 años. Hoy quiero compartir mi historia antes y después de ingresar a la Fundación Soymás “Sueña sin Límites”.

Antes de ser parte de esta fundación, mi vida era muy diferente. Trabajaba en las ferias libres para mantener a mi hijo, pero no tenía un rumbo claro y estaba pasando por una profunda depresión post-parto. Sentía que mi mundo se caía.

Todo cambió cuando recibí la oportunidad de ingresar a Soymás, una fundación que apoya a madres adolescentes. Gracias a ellos, pude acceder a apoyo integral, psicológico y psicosocial, y la posibilidad de estudiar un oficio. También hice prácticas en diversas empresas.

Hoy, gracias a la fundación, puedo trabajar de manera independiente y formar parte de una peluquería que me abrió las puertas. Mi vida ha cambiado, y quiero agradecer a mi familia y al equipo de Soymás, quienes me apoyaron en todo momento. Gracias a ustedes, hoy soy una persona diferente, preparada para salir adelante junto a mi hijo. ¡Gracias por darme las herramientas para lograrlo!

Apodos: Morena iluminada
Frase Típica: Eeeeeehhh aaaaahhhhh
Regalo Útil: Ropa y maquillaje
Amor Platónico: Gino Mella
Lo que nunca se vió en ella: Involucrada en algún conflicto
Deseo Frustrado: Ser bailarina
Excusa Típica: Tuve médico
Su mejor momento en la fundación: La alianza morada
Lo que más nos gusta de ella: Su personalidad, carisma y alegría
Canción Favorita: 365 días (de los reales del rio)

BETANIA MAHOTIER

Antes de ingresar a la Fundación Soymás, enfrentaba muchos desafíos, pero tenía una convicción clara: construir un futuro mejor para mi hija. Estudiar programación fue un reto enorme, pues era un mundo desconocido y debía equilibrar mis responsabilidades como madre con la disciplina de asistir a cada clase.El apoyo constante de mi pareja fue clave. Creyó en mí desde el inicio y su respaldo me ayudó a mantenerme firme, incluso en los momentos difíciles. Con esfuerzo y dedicación, no solo adquirí habilidades técnicas, sino también una renovada confianza en mí misma. Gracias al amor por mi hija y al apoyo de quienes me rodean, he superado mis propias expectativas. La Fundación Soymás me dio más que conocimientos: me ofreció la oportunidad de demostrar que soy capaz. Este es solo el comienzo de un futuro lleno de posibilidades

Apodo: Beti
Deseo frustrado: Vacaciones en colombia
Frase célebre: la que puede y la que no, critica
Amor platónico: Jude Bellingham
Lo que nunca se vio de ella: mis miedos
Deseo frustrado: haber seguido estudiando contabilidad
Excusa típica: estoy en mis días
Su mejor momento en la fundación: encuentro de familia
Lo que destacan sus compañeras: personalidad y emprendedora
Canción favorita: Soy la hija de un león

SACHA MÉNDEZ

Me llamo Sacha Esmeralda Méndez González, tengo 26 años y nací el 30 de julio de 1998. Soy una persona a la que le gusta escuchar música, leer, tejer, dibujar y bailar. A los 22 años supe que iba a ser madre, una noticia que al principio no supe cómo afrontar. No me sentía preparada para asumir la responsabilidad de cuidar a otro ser, además de mí misma. Estaba llena de miedos e inseguridades sobre lo que significaba ser madre. Sin embargo, debo reconocer que, aunque no ha sido un camino fácil, mi hija se ha convertido en mi gran compañera de vida. Juntas hemos crecido y continuaremos creciendo, apoyándonos mutuamente en cada paso.

Apodos Sashi
Frase Típica: Tu mente es tu propio limite, no digas no puedo
Regalo Útil: Libros de autoayuda, lápices y croquera de dibujos
Amor Platónico: Ningún amor es imposible!!
Lo que nunca se vió en ella: Enojada
Deseo Frustrado: No tengo deseo frustrado aun, lo que me propongo lo consigo
Excusa Típica: Me duele la guatita
Su mejor momento en la fundación: Cuando estoy con mis compañeras en clases de oficio.
Lo que más nos gusta de ella: Es conciliadora, paciente, da confianza y nos calma.
Canción Favorita: 365 días (de los reales del rio)

YASNA MOLINA

Antes de entrar a Soymás, mi vida estaba muy apagada. Vivía con mi hija, pero no salíamos de casa, estábamos atrapados en una burbuja. Todo cambió cuando llegué a la fundación. Allí aprenderá cosas que ni siquiera imaginaba, como ejercicios de relajación y mindfulness. Hoy me valoro mucho más que antes, y mi hija también ha crecido y aprendido mucho, especialmente en la sala de apego, un espacio que fue de gran ayuda para ella. Estoy muy agradecida con todo el equipo académico por su apoyo constante.

Lo que me motivó a unirme a la fundación fue que siempre quise estudiar un técnico, pero lo que realmente me impulsó fue la posibilidad de hacerlo mientras podía asistir con mi hija. Decidí estudiar en Soymás porque quiero ofrecerle un futuro mejor, no solo para mí, sino también para ella. No solo estoy estudiando un oficio, sino que también me estoy preparando para rendir exámenes libres. Mi objetivo es terminar bien el año, conseguir un trabajo estable, y alcanzar mis metas.

Apodo: Yasnita
Frase típica: Que paso? Jajaj
Regalo Útil: Utensilios para la cocina
Frase célebre: lo que no te mata, te hace más fuerte.
Amor platónico: Jere klein
Lo que nunca se vio en ella: los momentos difíciles
Deseo frustrado: vivir en otro país
Excusa típica: me quede dormida
Mi mejor momento en la Fundación: es en el laboratorio junto a mis compañeras
Canción Favorita: el arte de vivir (maka)

JENNIFFER MOREIRA

Soy la segunda de cuatro hermanos y llegué a Chile en 2018 con una maleta llena de sueños. A los 19 años me convertí en mamá, una noticia inesperada y difícil de asumir. En ese momento, no tenía dónde vivir, así que decidí ir a un hogar para mujeres embarazadas. No fue fácil; me sentía sola y triste. Sin embargo, la ilusión de conocer y abrazar a mi pequeño hijo me dio fuerzas para seguir adelante.

Cuando mi bebé cumplió seis meses, decidí trabajar y descubrí mi amor por la pastelería. Emprendí con poco conocimiento, pero sabía que necesitaba aprender más. Conocí la Fundación Soymás y quedé maravillada con su misión y postulé.

La fundación cambió mi vida. Encontré apoyo, incluso cuando sentí que no podría continuar. Ahora tengo metas firmes. Entendí que para lograr lo que me proponga, el primer paso es creer en mí misma.

Apodo : Jeny / Nanda
Frase típica: vamos áni
Regalo útil : impresora para imprimir dibujos comestible
Frase célebre :Tú eres la protagonista de tu historia ,celebra cada logro conseguido y cada reto que vendrá
Amor platónico : JenCarlos Canela
Lo que nunca se vio en mi : ser grosera o contestona
Deseo frustrado : no culminar algo que aya comenzado
Excusa Típica :
No tengo con quien dejar a Joseph
Mi mejor momento en la Fundación :bailar para las fiestas patrias el baile típico de Chile
Canción Favorita: Talla Perfecta de Alexa Sotelo

ALEXANDRA MOYANO

Durante un año, me sentí perdida en la maternidad, sin saber lo que quería ni cómo me quería sentir. Al principio dudé de ingresar a la fundación, ya que nunca había pensado en dejar a mi hijo en un jardín, y pensaba que mi vida sería solo criar a mi hijo en casa. Después de pensarlo mucho y hablar con mi familia, decidí postularme a un oficio, motivada por seguir adelante y completar mis estudios. Mi hijo fue mi mayor motivación, ya que quería darle un buen futuro. Hubo momentos en que pensé en rendirme, pero en Soymás encontré un lugar de confianza, amor y apoyo, donde no me juzgan, solo me escuchan y me ayudan. Me voy con muchas ganas de poner en práctica todo lo aprendido y, en el futuro, tener mi propio salón de belleza. Esta experiencia ha sido inolvidable, llena de enseñanzas. Soymás me ha brindado el apoyo que muchas madres necesitamos, el respaldo de otras madres con experiencias similares y la ayuda de los profesores. Hoy me siento más fuerte, empoderada y capaz de lograr todo lo que me proponga.

Apodo: Pototina, Ale
Frase típica: Traje Cochufliiiiii!
Regalo útil: maquillaje, pinzas, espejo
Amor platónico: William Levy
Lo que no se vio: Lo capaz que soy de aprender cosas nuevas y lo rapido que puedo aprender
Deseo frustrado: Aun no lo tengo
Excusa típico: Tengo sueño
Su mejor momento: Los momentos en que estabamos todo el curso y nos reiamos , hablabamos de cosas que no todos podian escuchar
Lo que tus compañeras destacan de ti: Mis compañeras dicen que mi personalidad
Canción favorita: Todas las de Reik

ANGIE MOZO

Ingresar a Soymás fue una de las mejores decisiones de mi vida. Cuando me convertí en mamá, sentía que mis sueños de continuar estudiando y superarme ya no eran posibles. Me desvalorizaba, pensando que debía haber logrado todo antes de ser madre, pero me equivoqué. Al ver la oportunidad de terminar la media y aprender un oficio, decidí aprovecharla. Al principio, tenía miedo e inseguridad, pero mi hija fue mi mayor motivación. Quería ser un ejemplo para ella y para mí misma, demostrarme que podía lograrlo. Hubo momentos en los que pensé en rendirme, pero supe que no encontraría otra oportunidad así. A pesar de las barreras, me esforcé y hoy tengo una nueva mentalidad. Gracias a lo aprendido, trabajo en lo que me gusta, continúo aprendiendo y ya no tengo vergüenza. Sigo luchando para tener mi espacio, trabajar con seguridad y darle lo mejor a mi hija. El proceso no es fácil, pero las recompensas del esfuerzo son maravillosas. Soymás me brindó el apoyo y la motivación para seguir adelante.

Apodo: Negra
Frase típica: no tengo
Regalo útil: Maquillaje
Amor platónico: no tengo
Lo que no se vio: mi rabia
Deseo frustrado: Hacerme la lipo
Excusa típico: Me duele la cabeza
Su mejor momento: Estar con las amigas en los recreos
Lo que tus compañeras destacan de ti: nada
Canción favorita: no tengo

MILLARAY MUÑOZ

Antes de entrar a la fundación, estaba viviendo una etapa gris en mi vida. Cuando llegué a Soymás, conocí a nuevas personas y me sumergí en un ambiente diferente. Creé redes de apoyo que hicieron que mis días en la fundación fueran increíbles. Tengo dos hijos, Vicente e Ian Carlos, quienes gracias a Dios están sanitos. Gracias a la fundación, logré uno de mis grandes objetivos: terminar el cuarto medio. Además, tuve el privilegio de comenzar a ejercer la peluquería. ¡Gracias, Soymás, por todo!

Apodo: milla, negra, negrita
Frase típica: Me encanta, maravilloso
Regalo útil: secador y alisadora babylight
Amor platónico: Daddy Yanke
Lo que no se vio: Lo hermosa que se ve arreglada
Deseo frustrado: Irme de la casa de mis padres
Excusa típico: Me quedé dormida
Su mejor momento: mi certificación en permanente ,los momentos con la profe Jose, y cuando supe que pase de 4to medio
Lo que tus compañeras destacan de ti: mi honestidad , mi simpatia ,mi sentido de humor
Canción favorita: Todas las románticas

STEFANIA MUÑOZ

Cuando supe que sería mamá, entendí que mi mundo cambiaría por completo. Ya no se trataba solo de mí, y mi vida no podía seguir siendo tan alocada.

Ingresar a la fundación fue un punto de inflexión. Me di cuenta de que podía ser mamá y también mujer, que podía cuidar de mi hijo sin olvidarme de mí misma.

El camino no fue fácil. Enfrenté muchos obstáculos y, dudé de si lograría terminar el programa. Agradezco profundamente a quienes estuvieron a mi lado, que me escucharon, me apoyaron y me enseñaron a ser más decidida, a poner límites y a valorarme.

Gracias a las profesoras, entendí que todo esto no era solo para mí, sino también para darle un mejor futuro a mi hijo y ser un ejemplo para él. La fundación me ayudó a reconectarme con mi esencia, a sentirme segura y capaz.

Hoy salgo con metas claras y una versión renovada de mí misma. Sé que, con esfuerzo, lograré darle lo mejor a mi hijo.

Frase típica: Todo puede pasar
Regalo Útil: Una batidora
Amor platónico: Cameron Boyce
Lo que nunca se vio en ella: personalidad
Deseo frustrado: Conocer a Cameron Boyce
Excusa típica: tengo compromisos
Mi mejor momento en la Fundación: el poder crear un grupo de amigas en el cual apoyarme
Canción Favorita: Entre nosotros Thiago pzk

CONSTANZA NAULIN

Hola, soy Constanza Naulín. Antes de ingresar a Soymás, mi vida no tenía rumbo y no encontraba lo que realmente me apasionaba. Ahora, al finalizar el año, he encontrado mi camino y lo que me gusta hacer. Siento que puedo lograrlo todo. Mi principal motivación para unirme a la fundación fue mi hijo. Fue aquí donde descubrí mi pasión por la peluquería y belleza. Mis metas para este año fueron claras, y para el próximo, quiero tener un trabajo estable, conseguir mi propio auto, mi casa y, al egresar, tener un futuro con más estabilidad y paz para mi familia. Recomendaría la fundación a otras madres jóvenes, especialmente por el apoyo emocional que brindan los profesores y la motivación constante para seguir adelante. Si fuera necesario, volvería a estudiar porque Soymás realmente me dio las herramientas para crecer y seguir adelante.

Apodo: Pulga aventura
Frase típica: Ay no se que es
Regalo útil: Implementos
Amor platónico: Anuel AA
Lo que no se vio:
Deseo frustrado: Ser rubia
Excusa típico: Mi hijo está enfermo
Su mejor momento: Cuando me disfrace de Nicky Nicole
Lo que tus compañeras destacan de ti: Los ojos y pestañas y actitud
Canción favorita: Lugar seguro Jay Wheeler

MARISOL OSORIO

Cuando ingresé a la fundación Soymás, tenía muchas emociones encontradas y, a la vez, estaba aterrada por los nuevos cambios. Mi hija tenía apenas 6 meses, y durante este año, conocí a personas increíbles y viví experiencias que marcaron mi vida. Tuve la oportunidad de tener a mi hija en la sala de apego, donde pude ver su proceso de aprendizaje mientras crecía junto a mí. Gracias a la fundación, tuvimos momentos hermosos con las actividades, los talleres de proyecto de vida, teatro y crianza, los cuales me ayudaron a crecer, formar mi carácter y fortalecer mi personalidad. Espero que las futuras estudiantes aprovechen al máximo esta increíble experiencia.

Apodo: Mari
Frase típica: Cha y mana
Regalo útil: Licencia para andar en un auto
Amor platónico: Nicko altain y Nicko og
Lo que no se vio: Llegar a la hora
Deseo frustrado: Ser millonaria
Excusa típico: No sonó la alarma y me quedé dormida
Su mejor momento: Las actividades de las estaciones y los momentos con mis compañeras , los paseos grupales
Lo que tus compañeras destacan de ti: Su forma de ser y tú apoyo incondicional
Canción favorita: De la rose (Finde)

MICHEL PARRA

Antes de entrar a la fundación, mi vida giraba en torno a estar en casa dedicada al 100 % al cuidado de mi hija. Siempre había tenido ganas de estudiar en Soymás, y gracias a esa oportunidad, he aprendido a trabajar en equipo, ser perseverante y más responsable. Logré enfrentar mis temores, asumir nuevos desafíos y confiar en mí misma, dándome cuenta de que soy capaz de lograr lo que me propongo.

No existe otra fundación como Soymás, que apoya a madres jóvenes de esta manera. Desde el principio, me propuse terminar mi oficio con responsabilidad, constancia y perseverancia. Uno de mis mayores temores era que no hubiera cupo en gastronomía, porque ese era mi objetivo para el año: trabajar en equipo y desarrollar mis habilidades. Lo que más me motivó durante este proceso fue el apoyo y la compañía de mis compañeras.

La fundación no solo me dio la oportunidad de aprender un oficio, sino también de crecer como persona. Ahora, me imagino desarrollando mi propio emprendimiento y trabajando en una pastelería, combinando mis habilidades y mi pasión.

Mi consejo para otras madres jóvenes es que se animen a formar parte de la fundación, porque es una experiencia transformadora que no solo nos da herramientas, sino también esperanza y motivación para construir un mejor futuro.

YARITZA PEÑA Y LILLO

Antes de llegar a la fundación, pensaba que mi destino sería dedicarme al comercio, aunque no era lo que realmente deseaba para mi vida. Sin embargo, al conocer Soymás, todo cambió. Hoy soy estudiante de peluquería y lo que más valoro de esta experiencia es que no solo me han enseñado a cortar cabello, sino también a amarme y cuidarme a mí misma. A lo largo de estos meses, aprendí sobre autocuidado y descubrí mi verdadero potencial, gracias a la increíble labor de Soymás y su equipo. Logré finalizar mis estudios superiores, algo que parecía muy lejano y difícil de alcanzar. Aunque hubo momentos de altibajos, la motivación y el apoyo de los profesores me impulsaron a seguir adelante y cumplir mis metas. Ahora que el año terminó, me siento llena de gratitud y con ganas de seguir aprendiendo y creciendo

Apodo: Lincy
Frase típica: Me crey jajajaja
Regalo útil: Cosas para trabajar en mi oficio
Amor platónico: No se su nombre
Lo que no se vio: Mis frustraciónes
Deseo frustrado: Ver bien a mi madre
Excusa típico: Me estrese
Su mejor momento: Expooficio
Lo que tus compañeras destacan de ti: Maravillosamente mágica
Canción favorita: Te soñare Camela

ROMINA PEREIRA

Antes de Soymás, me sentía consumida por la depresión postparto y la frustración. Gracias a la fundación, he logrado superar mis límites y retomar mis estudios. A pesar de las dificultades, el apoyo de los profesores y el entorno positivo me han permitido crecer. Hoy, me siento más tolerante a la frustración y con herramientas para enfrentar los obstáculos que la vida me presenta. Soymás me ha dado la oportunidad de ser madre, estudiante y mujer, y me siento preparada para seguir aprendiendo y creciendo.

Apodo: La Romi I / La Rusia /
Regalo útil: Ay? No! // Wueona que brutal!!!
Deseo frustrado: Un viaje familiar a Australia
Frase célebre: Que pedo Estupida
Amor platónico: Carlangas...
Lo que nunca se vio de ella: Que nunca desertó / lo sensible / que estoy loca
Deseo frustrado: Cambiarme de oficio a Artes Culinarias y poder seguir estudiando
Excusa típica: No entiendo.
Su mejor momento en la fundación: Encuentro de parejas y la participación de las actividades de la fundación.
Lo que destacan sus compañeras: Personalidad / liderazgo / demasiado sincera
Canción favorita: Todo pasa de Carla Morrison

JANIS POZO

Antes de unirme a la fundación, era dueña de casa y apoyaba a mi mamá. Decidí ingresar a Soymás con el objetivo de sacar adelante a mi hija y construir un mejor futuro para ambas.

Lo que más disfruté este año de estudios fue la oportunidad de conocer personas nuevas y adquirir conocimientos que jamás había imaginado. Opté por la carrera de Administración, y aunque al principio la encontré muy desafiante, logré finalizarla, demostrando que, con esfuerzo, todo es posible.

Ser parte de Soymás ha sido una etapa inolvidable, llena de oportunidades que nunca antes había tenido. Estoy profundamente agradecida con todas las trabajadoras de la fundación por su apoyo y dedicación.

FRANCESCA QUEZADA

A los 20 años me entregué completamente a ser madre, sin darme cuenta de que me descuidaba como mujer y pareja. Con el tiempo, caí en una depresión sin saberlo. Había muchas situaciones que me lastimaban, pero no las veía.

Al llegar a la fundación, mi vida comenzó a cambiar. Me ofrecieron el apoyo emocional que necesitaba y herramientas de empoderamiento que me ayudaron a ver mi propio valor. Gracias a la motivación de mi suegra, que me animó a estudiar, pude llegar a este lugar. Aquí encontré profesoras que me brindaron amor y comprensión, y amigas que se convirtieron en un gran apoyo.

Nunca pensé que llegaría hasta el final, pero con el apoyo de mi familia y la fundación, lo logré. Hoy me siento más segura y preparada para el mundo laboral. Estoy profundamente agradecida por todo lo que recibí.

Si tienen la oportunidad de estudiar en la fundación, no lo duden. Les cambiará la vida. Yo volvería a estudiar aquí, porque cada día compartido con mis amigas y profesoras ha sido una experiencia llena de felicidad. Gracias por ayudarme a ser la mujer que soy hoy.

Apodos: Franxe
Frase Típica: Después de la tormenta sale el sol
Regalo Útil: Una casa
Amor Platónico: Ñengo Flow
Lo que nunca se vió en ella: Llegar puntual
Deseo Frustrado: No seguir eternamente en la fundación
Excusa Típica: Me quedé dormida
Su mejor momento en la fundación: Día de la madre
Lo que más nos gusta de ella: Su alegría
Canción Favorita: Aluciando Ñengo Flow

MARLENE RIVAS

Mi vida carecía de responsabilidades, como levantarme temprano o seguir una rutina. Pero cuando adopté un estilo de vida más organizado y responsable, Sin embargo, motivada por mis ganas de estudiar y superarme, todo cambió.

Decidí volver a estudiar, y la meta de titularme en el oficio de Gastronomía se convirtió en el impulso para levantarme cada día con entusiasmo.

Sabía que debía mantener una mentalidad positiva y organizarme para equilibrar mis estudios y el cuidado de mis tres hijos. Comencé a ordenar mis tiempos, dedicándome un espacio para pensar en mí y en mis estudios, cumpliendo con los horarios y siendo disciplinada.

Gracias a Soymás, aprendí a confiar en mis capacidades, a reconocer que soy inteligente y que siempre puedo seguir aprendiendo. Además, conocí a compañeras que, como yo, son madres que enfrentan dificultades para salir adelante. Juntas aprendimos a ser responsables y a trabajar en equipo.

Hoy sé que puedo aprender cualquier oficio o carrera técnica que me proponga. Recomendaría Soymás a mujeres con pocos recursos o baja autoestima, porque brinda apoyo psicológico, motivación y herramientas para superar sus desafíos.

Apodo: Marlene
Regalo Útil: Todos los que me dieron en la fundacion
Frase célebre: Ideas
Deseo frustrado: Tener mi salón de belleza
Excusa típica: Se me paso la micro
Mi mejor momento en la Fundación: Cuando fuimos al cerro con toda la fundación
Canción Favorita: Todas de aventura

MARÍA DEL CIELO RIVERO

Antes de unirse a Soymás, mi vida era bastante solitaria. Me había sumergido completamente en la maternidad, lo que me llevó a sentirme estancada. Mientras veía a mis amigas graduarse y avanzar, sentía que yo solo era una mamá. A pesar de mi amor por mi familia, cargaba con un profundo vacío al no poder progresar ni reconocerme como la mujer alegre y sociable que solía ser.

Hoy, gracias a la Fundación, he adquirido herramientas que me permiten desarrollarme de manera independiente, un anhelo que siempre he tenido. Mi objetivo es emplearme y crecer profesionalmente para ofrecerle a mi hija lo mejor en su crianza y educación. Deseo que ella crezca viendo una madre feliz y empoderada, y que eso le sirva como ejemplo de que puede lograr todo lo que se proponga.

El acompañamiento constante que he recibido este año me ha enseñado que no estoy sola y que merezco cada cosa buena que sucede en mi vida.

Apodo: Mari
Frase típica: Vamosss chicas jajaja
Regalo útil: Las leches
Lo que nunca se vio: Diciendo malas palabras
Deseo frustrado: Ser doctora
Excusa típica: Ya terminé jajajjaa
Su mejor momento en la fundación: Todos pero el mejor mejor cuando llegué
Lo que más nos gusta de ella: Lo graciosa que es
Canción favorita: Me hace daño verte (Fresto Music)

NATHALY RIVERO

Antes de unirme a Soymás, mi vida giraba en torno a ser dueña de casa, y me sentía apagada y limitada. Hoy, me siento más libre, empoderada y con mayor confianza. Disfruto cuidarme, arreglarme y proyectar una versión más fuerte de mí misma.

Conocí la fundación a través del grupo Emprende Mamá, donde me hablaron de esta gran oportunidad de capacitación, y supe que era mi momento para demostrar que las madres solteras también podemos superarnos. La Sala de Apego fue clave para el cuidado de mi hija, y las clases de Terapia de Grupo y Proyecto de Vida me han dado herramientas valiosas para mi crecimiento personal.

Me imagino mi futuro trabajando en el área en la que me he capacitado, con más seguridad y nuevas habilidades. Recomiendo esta experiencia a todas las madres jóvenes, ya que nos brindan apoyo integral y acceso a oficios que pueden transformar nuestras vidas

Apodo: Pithu, nathy
Frase típica: Wena perrita
Regalo útil: Una enfermera 24/7
Lo que nunca se vio: Sin maquillaje
Excusa típica: Mi hija se me enfermó
Su mejor momento en la fundación: Buin zoo con las sala de apego
Canción favorita: Flaite pa ti de tuly fu

ANAÍS SAAVEDRA

Antes de "Soymás" estaba en casa, dedicándome al cuidado de mi hijo, y aunque era feliz, no comprendía que era mucho más que una mamá. Hoy sé que soy una mujer capaz de perseguir y cumplir mis sueños. EMis mayores dudas eran sobre con quién dejar a mi hijo, quién lo cuidaría mientras yo me dedicaba a estudiar. Sin embargo, cuando tomé la decisión de hacerlo, fue porque quería un cambio en mi vida, y gracias al apoyo incondicional de mi familia, logré dar ese paso. Esa decisión me permitió crecer no solo como mamá, sino también como mujer y como persona. Me he nutrido de nuevos conocimientos y he aprendido mucho en este proceso.

Gracias a "Soymás" por acogernos, por hacernos sentir valoradas y queridas. El cariño de las profesoras, el apoyo de mis compañeras y la preocupación de cada uno de ustedes ha sido fundamental para mi crecimiento.

"Soymás" significó un cambio de 360°, dándome la confianza necesaria para alcanzar mis sueños y seguir creciendo.

Apodos: Anita
Frase Típica: Hola Amiga
Regalo Útil: Ropa / Makeup / skincare
Amor Platónico: Elvis Presley/ Michael Jackson
Lo que nunca se vió en ella: llorar, estar triste
Deseo Frustrado: Ser millonaria...
Excusa Típica: La micro no pasa nunca....
Su mejor momento en la fundación: Todos los momentos con mis compañeras
Lo que más nos gusta de ella: Su alegría
Canción Favorita: Sunflower (posmalone)

BÁRBARA SALAMANCA

Antes de ingresar a Soymás, mi vida se centraba en ser mamá y dueña de casa. Ahora, aunque mi tiempo con mi hijo se ha reducido, trato de equilibrarlo con mis responsabilidades en la casa y la fundación. Antes no tenía claro lo que quería después de ser mamá, pero ahora me siento más enfocada en mis metas a largo plazo. La fundación me ha ayudado a tener claridad en lo que quiero lograr. Lo que me motivó a unirme fue la noble labor que realizan y las oportunidades que ofrecen. Mi decisión fue difícil al principio, ya que mi hijo era pequeño y no se adaptaba al jardín, pero cuando se volvió más independiente, decidí regresar. Mis metas se han ido cumpliendo con perseverancia. Aunque al principio dudaba de si seguiría, hoy sé que quiero terminar mi estudio. Los cambios en mi vida, tanto personales como familiares, han sido notables gracias a la fundación. Valoro mucho el apoyo, el compañerismo, y la enseñanza que recibo. Mi sueño es tener mis propios salones de belleza y ser una estilista reconocida. Recomiendo la fundación, ya que te apoya en todos los aspectos: emocional, social y profesional. Volvería a estudiar, porque me ha gustado mucho su sistema.

Apodo: Baby
Frase típica: Ohh noo¡!
Regalo útil: Un viaje a Tulum
Amor platónico: Cris Mj
Lo que no se vio: Llegar a la hora
Deseo frustrado: Ser modelo
Excusa típico: Tengo que sacar hora al consultorio
Su mejor momento: ExpoOficio
Lo que tus compañeras destacan de ti: Su estilo y su tranquilidad
Canción favorita: Si no es contigo, Remix

SARA SALDAÑA

Desde que supe que iba a ser madre, me comprometí a trabajar más duro para asegurarme de que mi hija tuviera lo necesario. Al principio contaba con el apoyo del padre, pero nos separamos dos meses después de su nacimiento.

La maternidad fue un desafío físico y mental. Mi prioridad era mi hija y me costaba pensar en el futuro. A su primer año, me di cuenta de que los trabajos esporádicos no me permitían generar ingresos suficientes, así que decidí formarme en el área de cajero bancario. También me aceptaron en la fundación Soymás, lo que me permitió estudiar sin separarme de ella.

Ahora trabajo a domicilio en manicura y, aunque estoy comenzando, me siento motivada. Mi hija ya es más independiente, lo que me permite trabajar. He aprendido a equilibrar mis responsabilidades como madre y profesional. Aunque he enfrentado dificultades económicas y los problemas de salud de mi hija, cada sacrificio ha valido la pena. Verla crecer y saber que seguimos adelante es mi mayor recompensa.

Apodos: Sara
Frase Típica: Nada es imposible
Regalo Útil: Materiales para realizar soft gel
Amor Platónico: No tiene
Lo que nunca se vió en ella: Jamas he esperado que me llegue el dinero sin esfuerzo
Deseo Frustrado: No tiene
Excusa Típica: Tengo sueño
Su mejor momento en la fundación: Los almuerzos
Lo que más nos gusta de ella: La empatía y respeto que entrega de diferentes maneras
Canción Favorita: En otra vida, Yami Safdie

FERNANDA SALINAS

Antes de ingresar a Soymás, mi vida giraba en torno a ser mamá, siempre al pendiente de mis hijas, con la idea de que no haría nada más hasta que ellas crecieran un poco más. Sin embargo, mi familia y mis ganas de salir adelante fueron lo que me impulsaron a dar el paso. Decidí unirme a Soymás porque encontré un oficio que me apasiona, y me propuse aprender todo lo posible, sin importar los desafíos.

Al principio, pensaba que no iba a poder, pero cuando comenzaron las clases y empecé a aprender peluquería, me di cuenta de que esto era realmente lo que quería hacer. Si era algo que me gustaba tanto, no podía rendirme, debía seguir adelante.

Ingresar a Soymás y retomar la peluquería me dio una gran satisfacción, ya que había dejado de lado algo que me apasionaba. Ahora, me imagino un futuro en el que tenga mi propio salón de belleza y pueda viajar.

Recomiendo esta experiencia a todas las madres jóvenes que sienten el deseo de avanzar, pero a la vez tienen miedo. Soymás es una oportunidad increíble en la que se sentirán apoyadas, escuchadas y en un ambiente de confianza.

Sin lugar a dudas, volvería a estudiar en Soymás una y mil veces.

Apodos: Feña
Frase Típica: “Vo dale no más”
Regalo Útil: Un llavero
Amor Platónico: Marcos Bolados
Lo que nunca se vió en ella: Verla llorar
Deseo Frustrado: Ser azafata
Excusa Típica: Mi hija se enfermó
Su mejor momento en la fundación: Cuando fuimos al parque
Lo que más nos gusta de ella: Su sinceridad y humor
Canción Favorita: Toco el cielo

TANIA SANTANA

Entrar a Soymás fue un punto de inflexión. Antes me criticaba constantemente y no me valoraba. Ahora me cuido más, pongo límites a las personas tóxicas y respeto mi bienestar. El proceso no fue fácil; me costó organizarme con mi hijo y pareja, pero el cambio ha sido profundo. Gracias a Soymás, ahora soy más fuerte, organizada y con una autoestima renovada. Aunque al principio dudaba, hoy sé que soy capaz de enfrentar los desafíos que vengan. Este proceso ha sido un camino de autodescubrimiento, y me siento más segura de quién soy.

Apodo: Tania
Regalo útil: Tengo hambre, Tengo sueño
Deseo frustrado: Un viaje al caribe
Frase célebre: Me calillo con ustedes
Amor platónico: Ginomella
Lo que nunca se vio de ella: Nunca me vieron triste
Deseo frustrado: Ser millonaria
Excusa típica: Estoy cansada
Su mejor momento en la fundación: Cuando baile la diablada
Lo que destacan sus compañeras: soy apañadora
Canción favorita: El viaje

DANIELA SANZANA

Mi vida antes de Soymás estaba marcada por miedos e inseguridades. No tenía un rumbo claro y me sentía atrapada en mi rol de madre y ama de casa. Cuando llegué a la fundación, me enseñaron a creer en mí misma y en mis capacidades. A través de Soymás, descubrí que el mundo es más grande de lo que imaginaba y aprendí a pensar en grande. La fundación me ayudó a superar mis miedos y a enfocarme en un futuro mejor para mí y mi hija. Hoy me siento empoderada y con una visión clara de lo que quiero lograr.

Apodo: Nani
Deseo frustrado: Un buen computador
Frase célebre: Conchetumare
Amor platónico: Don marco
Lo que nunca se vio de ella: Que jamás me vieron rendida, siempre estuve de pie hasta en los peores momentos
Deseo frustrado: Mi casa propia
Excusa típica: Voy al baño
Su mejor momento en la fundación: Conocer bien a cada una de mis compañeras y el amor en sus corazones
Lo que destacan sus comapañeras de ella: Que es amorosa, sus outfit
Canción favorita: Sia-Unstoppable

ALEXANDRA SOTO

Antes de ingresar a Soymás, me sentía insegura por ser mamá joven. Creía que sería difícil terminar mis estudios, pero al llegar, descubrí que no estaba sola; muchas otras madres jóvenes compartían historias similares. Mi mayor meta era sacar 4to medio a los 19 años, y lo logré en el primer semestre mientras cuidaba a mi hija. Esto me impulsó a seguir adelante y completar el curso de Administración.

Al principio, dudaba si sería mejor trabajar y pagar a alguien para cuidar a mi hija, pero entendí que así nunca podría terminar mis estudios ni aprender un oficio. Gracias al apoyo constante de la fundación, que siempre nos motiva con palabras positivas y nos trata por igual, superé esos miedos.

Ahora estoy lista para realizar mi práctica profesional y seguir creciendo. Mi sueño es continuar estudiando, porque ser mamá joven no es un límite, sino un motor. Recomiendo Soymás a otras mamás jóvenes, porque te ofrece un entorno de apoyo donde puedes estudiar junto a tu bebé. Si tuviera la oportunidad, volvería a estudiar allí otro oficio, ¡porque una vez que empiezas, quieres aprender más!

Apodo: Ale
Regalo útil: Un reloj jajajaa para andar bien a la hora
Deseo frustrado: Terminar mi 4to de enfermería :(
Excusa típica: Me siento mal jajaja
Su mejor momento en la fundación: El día del libro
Canción favorita: A 200 Jairo Vera

ANAÍS SOTO

Cuando tuve a mi hijo, no sabía qué hacer. Quería trabajar, pero me sentía atrapada en casa. Ahora mi vida es más bonita, divertida y tranquila. Gracias a la sala de apego, mi hijo está conmigo y se ha vinculado muy bien con las tías. Siempre estaré agradecida por todo lo que ha aprendido y por la paciencia de los profesores.

Antes me veía como una madre sin trabajo, solo en casa, pero el apoyo de mi pareja me ha ayudado mucho. Soy una mujer empoderada y fuerte. Lo que me motivó a ingresar fue mi hijo y el deseo de darle lo mejor. Cuando supe que había un oficio de peluquería, supe que era mi oportunidad. Gracias a todos los profesores por su apoyo, especialmente cuando algunas de nosotras pensábamos rendirnos. Me voy de Soymás feliz y agradecida, con más capacidades para seguir adelante. A las futuras madres, les digo que no dejen de luchar. ¡Todo es posible!

Apodos: Anais
Frase Típica: Pero Profeeee
Regalo Útil: Un cepillo para peinar
Amor Platónico: Romeo Santos
Lo que nunca se vio en ella: Lo que vi de mi , es darme cuenta que soy una mujer una madre bien empoderada y luchadora que puedo salir adelante
Deseo Frustrado: Fue no poder ser parvularia
Excusa Típica: Me duele el cuerpo
Su mejor momento en la fundación: Compartir con todas las compañeras de la fundación y disfrutar todas las actividades que tuve en la sala de apego con mi hijo
Lo que más nos gusta de ella: Su esfuerzo, su ritmo al bailar
Canción Favorita: Ohana - kapo

THIARE SOTO

Antes de Soymás, mi vida era caótica y llena de indecisiones. Ahora, tras un año en la fundación, soy más estable y disciplinada. Mi motivación para ingresar fue sacar adelante a mi hija y encontrar un lugar donde me sintiera comprendida. El proceso no fue fácil, pero logré terminarlo gracias al esfuerzo y al apoyo de Soymás. Hoy, me siento más ambiciosa y con una nueva visión de mi futuro. Este programa me dio una nueva perspectiva de vida, y recomiendo a todas las madres jóvenes aprovechar esta oportunidad única.

Apodo: No tengo
Regalo útil: un destapador
Deseo frustrado:
Frase célebre: si se pudoo xicoo
Amor platónico: Young miko
Lo que nunca se vio de ella:
Llegar temprano
Deseo frustrado: Ser cantante
Excusa típica: Vivo lejos jaja
Su mejor momento en la fundación:
Mis mejores momentos fueron en las clases de deporte! Motivadas todas juntas pasándola bien
Lo que sus compañeras destacan de ella: Que es exótica
Canción favorita: Carita de angel de María y Su Sonido Lasser

ANAÍS TAN

Antes de Soymás, mi vida era monótona y sin rumbo. Tras un año en la fundación, mi perspectiva cambió: ahora tengo un propósito claro, que es salir adelante por mi hija y por mí. Llegué sin saber lo que quería, pero hoy sé lo que valgo, me respeto y tengo metas definidas. Soy estudiante de programación y, aunque antes no me veía capaz de alcanzar este futuro, hoy miro con esperanza el mañana. Aprecio el apoyo de los profesores, quienes se interesan genuinamente por cada uno de nosotros. Soymás ha sido clave para darme la confianza y herramientas que necesitaba para cambiar mi vida.

Apodo: Anaís
Deseo frustrado: Maravillas
Frase célebre:
Amor platónico: Alexis
Lo que nunca se vio de ella: Mi gran potencial para escuchar
Deseo frustrado: Neonatología
Excusa típica: Mi batería social
Su mejor momento en la fundación:
Momento de conocer a mis amigas
Lo que destacan sus compañeras: Todo lo que conlleva amor
Canción favorita: El ultimo romántico

KIMBERLY TAPIA

Cuando conocí la fundación, me costó creer lo maravillosa que era: me ofrecía aprender un oficio gratis, cuidado para mi bebé, alimentación, e incluso apoyo económico solo por asistir. Antes de Soymás, sentía que ser madre cerraría muchas puertas y que solo sería una joven madre más. Sin embargo, la fundación me ayudó a descubrir mi potencial y a convertirme en mi mejor versión. Decidí estudiar un oficio para asegurarle un mejor futuro a mi hijo y demostrar que él nunca fue un impedimento para mis sueños, sino mi mayor motivación. Gracias a Soymás, aprendí a valorarme, a quererme y a confiar en que puedo lograr todo lo que me proponga. Espero con ansias egresar, trabajar en mi área y cumplir mis metas. Mi mayor sueño es darle la mejor vida a mi hijo. Gracias, Soymás, por creer en mí y brindarme las herramientas para salir adelante.

Apodo: Kim
Frase típica: Ay amiga
Regalo útil: Ropa , maquillajes
Amor platónico:
Lo que no se vio: Llegar temprano
Deseo frustrado: No tengo los estoy cumpliendo todos
Excusa típico: Tengo el celu malo
Su mejor momento: Todos fue una hermosa experiencia
Lo que tus compañeras destacan de ti:
Mi humor y amistad
Canción favorita: Mañana será bonito, Karol G

NAYELY TENEFE

Antes de entrar a la fundación, trabajaba en KFC de lunes a lunes en un empleo que no me gustaba, sin tiempo para mi hija ni para mí. Todo cambió hace un año cuando me uní a Soymás. Aquí encontré la oportunidad de hacer lo que realmente me apasiona y dedicar más tiempo a mi familia. Elegir Soymás fue fácil porque sabía que me ayudaría a cumplir mis sueños. Aunque al principio tenía dudas sobre si sería capaz, con el tiempo y el apoyo que recibí, esas inseguridades desaparecieron. Mi transformación ha sido enorme: aprendí a valorar la vida, a pensar de manera diferente y a apreciar lo que tengo. Soymás no solo me ofreció conocimientos, sino también ayuda emocional y psicológica en un ambiente lleno de amor y comprensión. Me voy con gratitud, aprendizaje y la motivación de convertirme en maquilladora profesional y peluquera, buscando un futuro mejor para mi hija. Soymás ha sido una experiencia maravillosa que cambió mi vida.

Apodo: Gordita gruñona
Frase típica: Por los clavos de cristo
Regalo útil: Un celular
Amor platónico: Lenny Tavares
Lo que no se vio: Llegar tarde
Deseo frustrado: Ir al concierto de aventura
Excusa típico: Ninguna
Su mejor momento: La Expo oficios
Lo que tus compañeras destacan de ti: Mi carácter
Canción favorita: Ojos Ferrari de Karol g

DANIELA TORO

La fundación fue clave para ayudarme a salir adelante gracias al apoyo incondicional de cada profesor, especialmente la profesora Tere, quien, aunque ya no está, fue una de las personas que más me impulsó. Su dedicación, el tiempo que me brindaron para expresarme y desahogarme, y sus valiosos consejos marcaron una gran diferencia en mi vida.

Me ayudaron a abrir los ojos y descubrir que soy mucho más que solo una mamá: soy una persona con múltiples facetas y propósitos. Aprendí que puedo alcanzar cada una de mis metas. También me apoyaron a superar mis propios límites, trabajar tanto mis debilidades como mis fortalezas, y mejorar en todos los aspectos de mi vida. Este proceso me ha permitido crecer y confiar en mi capacidad para enfrentar cualquier desafío.

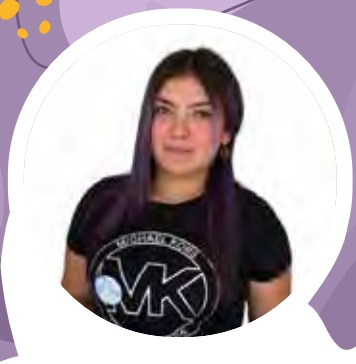
Apodo: Dani
Frase típica: Vergas
Regalo útil: Plumones y lápices
Amor platónico: Darkiel
Lo que nunca se vio: Peliando
Deseo frustrado: Ser profesora de lenguaje en media
Excusa típica: No alcancé a desayunar
Su mejor momento en la fundación: Primer semestre completo
Canción favorita: Cuando las horas pasen Darkiel

VALENTINA TRONCOSO

Antes de unirme a Soymás, me encontraba en un momento difícil, sin rumbo claro ni visión de futuro. No sabía cómo enfrentar los desafíos que se presentaban, pero todo cambió gracias al apoyo incondicional de Soymás. A través de su acompañamiento, descubrí la fortaleza que tenía dentro de mí y la mujer resiliente que siempre fui. Aprendí que, a pesar de las dificultades, era posible salir adelante junto a mi bebé.

Hoy, me siento preparada para comenzar una nueva etapa en mi vida, con más tranquilidad, confianza y amor. En diciembre de este año, iniciaré una nueva vida en la zona sur de Chile, donde también llevaré a cabo mi práctica en Administración, el oficio que estudié con tanto esfuerzo. Mi meta es seguir creciendo profesionalmente y conseguir una oportunidad laboral en alguna de las empresas de la región. Estoy emocionada por este nuevo capítulo y agradecida por las lecciones y el crecimiento que este camino me ha permitido vivir.

Apodo: Valeee
Frase típica: “Listo Fer”
Regalo útil: Ropa, maquillaje
Amor platónico: No, gracias
Lo que nunca se vio: Discutiendo
Deseo frustrado: Ser abogada
Excusa típica: “Me quede dormidaaa”
Su mejor momento en la fundación: Cuando me apoyaron en mi momento más difícil
Lo que más nos gusta de ella: Su vocación
Canción favorita: Que quieres de mi de Ñengo Flow



CONSTANZA URBINA

Fui mamá a los 20, lo que quizás no es tan joven, pero nadie está realmente preparada para lo que implica ser madre; dejar de hacer tu vida "normal" y asumir el rol de mamá a tiempo completo. En esta sociedad, muchas veces nos ven solo como mamás, y olvidan que somos mujeres que también merecemos construir una vida personal, laboral y social. Y eso no es egoísmo, es ser humana.

Lo entendí cuando llegué a la Fundación Soymás. Soy una persona alegre, creativa y simpática, aunque, claro ¡Todas lo somos!. Cuando me convertí en mamá sentí que mi vida se acababa y sé que muchas nos sentimos así. Nos privamos de muchas cosas: salir, conocer gente, tener un trabajo. Nos dedicamos al 100% a nuestros hijos, preocupándonos por cumplir con todo lo que esperan de nosotras.

Pero les digo algo: siempre habrán críticas, pero lo más importante es cuidar de nosotras mismas, porque si estamos bien, nuestros hijos también lo estarán. Pensar en una misma no es egoísmo. ¡Motivémonos y saldremos adelante por nosotras y por nuestros hijos! ¡Lo decreto! Gracias a la Fundación Soymás por las oportunidades que nos da.

Apodos: Coni
Frase Típica: Qué chido
Regalo Útil: Productos capilares
Amor Platónico: Mario Casas
Lo que nunca se vió en ella: Nunca se le vio quieta
Deseo Frustrado: Ser millonaria
Excusa Típica: No sé hacerlo
Su mejor momento en la fundación: Encuentro de pareja
Lo que más nos gusta de ella: Su pelo y personalidad
Canción Favorita: Coldplay

MICHELLE URETA

Estar en casa todo el día dedicado al cuidado de mi hogar, mi hijo y mi hermana, sin contar con mucho apoyo, representaba un gran desafío. Sin embargo, al recibir el respaldo de la fundación, experimenté un cambio positivo: comencé a creer en mí misma ya sentirme capaz de alcanzar mis metas.

Antes tenía miedo de no lograrlo, pero ahora sé que puedo y tengo las herramientas para demostrarlo. Poder salir de casa, aprender más y contar con la sala de apego, donde mi hijo está cerca y bien cuidado, me brindó tranquilidad. Ya no debía preocuparme por con quién dejarlo, lo que me permitió enfocarme en mi crecimiento personal.

Esta experiencia me ayudó a adquirir conocimientos, desarrollar mi creatividad y aprender a trabajar en equipo. Terminar mi oficio con responsabilidad, llevando a mi hijo para que se adapte a pesar de las adversidades, fue un logro importante. Agradezco profundamente el cariño y compromiso de las tías de la sala de apego, el apoyo de las profesoras y las amistades valiosas que formé durante este proceso.

Gracias a todo esto, crecí como persona, aprendí a fijarme metas grandes y trabajar para cumplirlas. Aunque cambiaría algunos aspectos del oficio para aprender más, volvería sin dudarlo a estudiar. Esta experiencia transformó mi vida, ofreciéndome nuevas perspectivas, conocimientos y oportunidades.

KRISHNA VERGARA

Krishna era una joven que nunca estaba segura de sí misma, que no creía en su capacidad para alcanzar sus metas. Era sensible y, a menudo, se sentía incapaz de lograr lo que se proponía. Ahora, Krishna es una joven fuerte y valiente, segura de sí misma y orgullosa de sus logros. A pesar de enfrentar momentos difíciles, como el fallecimiento del padre de su bebé, ha sabido salir adelante junto a su hija. Con determinación y nuevas fuerzas, está lista para enfrentar los retos que la vida le ponga por delante.

Apodo: kixi kixita
Frase típica: en serio
Regalo útil: herramientas para mi oficio
Amor platónico: el padre de mi hija Jean Pierre Alvarez
Lo que no se vio: mi personalidad
Deseo frustrado: parvularia
Excusa típico: me quede dormida no pude
Su mejor momento: mejores momentos en oficio o cuando me dieron el diploma en esmaltado permanente
Lo que tus compañeras destacan de ti: su corazón su forma de querer a las personas
Canción favorita: por si mañana no estoy

MAITE ZENTENO

Mi vida cambió por completo el día que fui al hospital a dar a luz a mi bebé. Mientras estaba allí, noté un afiche de una fundación que llamó mi atención, y una enfermera me habló con entusiasmo sobre su programa. Quedé fascinada con la idea y no dudé en compartirla con mi pareja, quien me brindó todo su apoyo. Con ilusión, decidí postularme, llena de esperanza por ser seleccionada. Cuando recibí la llamada para matricularme, sentí una mezcla de emoción y nervios; así comenzó una nueva etapa en mi vida.

El proceso no fue fácil. Adaptarme fue un desafío, especialmente porque mi prioridad siempre había sido el cuidado de mi hijo. Sin embargo, sabía que debía esforzarme para aprovechar esta gran oportunidad: estudiar gastronomía, algo que siempre había soñado. Este paso significó mucho más que una meta cumplida; representó una transformación personal, un nuevo comienzo lleno de posibilidades y esperanza.

Apodos: Maite
Frase típica: eso sí
Regalo útil: utensilios de cocina
Frase célebre: todas cooperen
Amor platónico: Romeo santos
Lo que nunca se vio en ella : siendo impuntual
Deseo frustrado: vivir solos con mi hijo y mi pareja
Su mejor momento en la fundación : Cuando realice mi práctica laboral en el hotel ritz Carlton
Lo que más nos gusta de ella : que es responsable, comprometida, puntual
Su canción favorita: 7 días Romeo santo.

MARÍA ZUÑIGA

Antes de conocer la Fundación, mi vida se reducía a una rutina monótona; me veía principalmente como una mamá que solo estaba allí para cuidar a mi hijo. Sin embargo, al llegar a la Fundación, todo cambió. Las clases que tomé me permitieron empoderarme como mujer, y tuve la oportunidad de hacer grandes amistades con personas que, al igual que yo, se sentían identificadas con ese proceso de transformación.

Puedo decir con certeza que la Fundación ha sido lo mejor que me ha pasado este año. Aunque no pude finalizar el año debido a compromisos laborales y comenzar a trabajar, me hubiera encantado llegar al final. Sin embargo, no tengo dudas de que recomendaría esta experiencia, especialmente a mamás que no cuentan con una red de apoyo. Aparte de empoderar a las mujeres, la Fundación abre puertas y brinda oportunidades que son clave para alcanzar el éxito.

Apodos: Marita
Frase Típica: Van a venir chiquillas?
Regalo Útil: Maquillaje
Amor Platónico: Lucas Assadi
Lo que nunca se vió en ella: Mostrar sus emociones
Deseo Frustrado: Haber podido terminar el año con todas
Excusa Típica: Estoy en mi periodo profe
Su mejor momento en la fundación: Lejos el mejor momento fue la clase de terapia de grupo en donde pude conocer las historias de mis compañeras que al igual que yo habían pasado por cosas muy fuertes pero aún así seguían adelante
Lo que más nos gusta de ella: Compromiso y responsabilidad
Canción Favorita: Quiero- Los rebujitos

Generación 2024 RENCA

SCARLETH ALARCÓN

Mi vida dio un giro inesperado al convertirme en mamá. La soledad y la rutina me consumían, hasta que llegué a la fundación. Allí, descubrí un nuevo propósito.

Gracias a la fundación, me transformé en una mujer empoderada y capaz. Mi hijo se convirtió en mi motivación para salir adelante y ofrecerle un futuro mejor. Aprendí a ser responsable, organizada y a preocuparme por los demás.

La fundación se convirtió en mi red de apoyo, en mi familia. Me enseñaron a creer en mí misma y a descubrir mis fortalezas. Me atreví a abrir mi propio negocio, algo que nunca hubiera imaginado.

Hoy, soy una mujer renovada, con una visión clara del futuro. La fundación me regaló una segunda oportunidad, y yo se la agradezco. Esto es solo el comienzo de mi historia, y estoy emocionada por lo que está por venir.

ANA FREDINA ALBORNOZ GUAJARDO

Antes de Soymás, mi vida era muy sumisa. Siempre quise estudiar, trabajar o hacer algo por mí, pero al aceptar que mi pareja tuviera la tuición de su hijo y con la llegada de mi segundo bebé, perdí todo tiempo para mí. Mi día a día giraba en torno a los tres niños, mi pareja, los quehaceres del hogar... Estaba cansada, estresada, y me sentía fracasada.

Pero desde que entré a Soymás, vi la vida de otra manera. Entendí que ser madre no impide ser mujer; aunque tener tres hijos es difícil, no es imposible. Tengo 23 años y, a pesar de las dificultades, he sido perseverante. He logrado pequeñas metas que me hacen sentir orgullosa de mí misma. Ver a mis hijos admirarme me llena de amor y me motiva a seguir luchando por lo que quiero.

Aunque no miento que estoy cansada, también estoy feliz. Ahora tengo tiempo para mí, para conocer más personas, hacer amistades. Ya no todo es solo maternar; me di cuenta de que puedo complementar la maternidad con mi feminidad. Me di cuenta de que no estoy sola, que mi caso no es el único, y eso me motivó aún más.

En Soymás me pude desahogar e inspirar, ahora mi visión es diferente, quiero llenarme de conocimientos, quiero esforzarme por encontrar un trabajo estable, que me guste, y que gane buenas lucas, quiero surgir de la manito de mis hijos y pareja, quiero darles todo lo que se merecen, no quiero pasar nunca más necesidades y lo mejor de todo es que sé que lo lograré, porque yo sé que soy más.

VALENTINA BOLVARÁN

Mi vida antes de Soymás era como sin color por decirlo así y cuando entre a la fundación, todo tomó un color diferente. Mi vida hoy en día está llena de color y esperanzas. Aprendí programación y ya tengo una herramienta muy valiosa para poder ser más independiente y darle un futuro mejor a mi gran tesoro: mi hijo Agustín.

Hay un cambio enorme entre el antes de Soymás y el después ya que antes estaba perdida y sin planes clares y hoy en día tengo mis metas claras, soy mucho mas autosuficiente, alegre y muy empoderada.

Vi un anuncio en Instagram y por recomendación de una ex alumna de la fundación decidí entrar a soymás porque no contaba con los recursos para financiar una carrera, mis metas fueron crecer como persona y lograr sacar los estudios. Lo logré siendo responsable y persistente.

Era capaz de estudiar y terminar, luego me sorprendí de mi misma y de las capacidades que tenía ocultas.

Madurez mental ya que mi forma de ver la vida cambió muchísimo, los talleres de empoderamiento y planificación.

Mis amigas, las aprecio mucho, han sido un gran apoyo para mí, las que cuando no tenía ganas de seguir, me retaban y me motivaron a seguir. me entregó una herramienta maravillosa para seguir con los obstáculos que pone la vida. Significó luz y esperanza.

Mucho mas estable laboralmente y psicologicamente con un hambre de lograr todas mis metas y tener a mi hijo bien y estable.

Si es una experiencia muy llenadora y llena de aventuras emocionales porque me ayudó a crecer como mujer. Recomendaría

STEFANY BRICEÑO GONZÁLEZ

Soy mamá soltera de un niño de 6 años llamado Lyan Yañez Briceño

Bueno ante todo le doy las gracias a la fundación Soymás por la oportunidad para aprender en lo que yo quería. administración de servicios en la cual tuve mucha experiencia y aprendizaje junto a la ayuda de mis profesores en la cual aprendí a desarrollarme como persona y adquirir nuevos conocimientos.

Agradezco a la fundación por sus talleres de terapia ya que también me hicieron ver las cosas de diferentes maneras y más positivas.

MARÍA IGNACIA CARRIEL

Mi vida antes era olo trabajar, estar con mi hija, salir Desde que conoci a la fundación Soymás fue como que abrieron una puerta en mi vida para poder estudiar, poder teer un futuro, que una sentia que ya no se iba a poder. Ahora que soy parte de la fundación veo un futuro, un vida donde una puede apoyarse.

Me motive cuando vi la publicacion y ver la cara de mi hija con esa sonri de poder salir adelante y mi suegra que siempre estuvo ahí apoyandome y diciendo que tenía que pasar los obstaculos que se ponen en el camino, y que siempre se puede poniendo esfuerzo y ser perseverante en la vida. En mi vida y este año aprendi que no hay que dejar los estudios para mañana cuando lo puedes hacer hoy. Aunque se te ponga el camino dificl siempre se puede. Y es una oportunidad que no hay que perderse ya que siempre se puede.

Yo me imaginaba que no iba a poder, que a mitad d ecamino lo iba a dejar botado, pero lo segui a pesar de todos los problemas que tuve, y aqui estoy terminando mis estudios y luchando por algo mejor. Gracias a la Fudnación Soymás por esta oportunidad que dan.

DAMARIS CHAPARRO

ERIKA COLIHUINCA

Hola soy erika Colihuinca mi vida antes de la fundación solo era estar en mi casa junto a mi hijo y ahora terminando de estudiar me describiría más independiente con más calma, a mí me motivo salir a delante más que nada mi hijo para si tener un trabajo y darle lo mejor a él, mi meta siempre fue lograr terminar los estudios lográndolo con muchas energías

Mi duda siempre fue si lo lograría sin problema y ahora puedo decir que lo logre y mis cambios fue mentalmente psicológicamente y con ayuda de la fundación pude entender lo que estoy haciendo bien y mal como mama y poder entender que se puede lograr y terminar estudios sin problema y que a pesar de los dilemas se puede cumplir metas

Lo que más rescato de la fundación es que nos dieran cursos de crianza respetuosa y que y que nos ayudaran a controlar las emociones, ahora me imagino con un trabajo para salir y sacar a mi familia adelante y poder darle un bienestar hermoso a mi hijo, recomendaría 100%la fundación ya que da una seguridad y un compromiso para lograr superarte en la vida y sin duda fue un experiencia muy entretenida y muy buena.

CAMILA CUMIAN

Yo antes de soymás era una dueña de casa frustrada, sin tener una visión en el futuro, era una persona tímida, callada y sin amigas. Vi un anuncio en instagram y me motive a mandar mis datos para que me llamaran (sin nada de fe) y la vida me sorprendió, me llamaron, la primera vez que vine a inacap estaba muy feliz ya que mi sueño frustrado era poder estudiar una carrera superior después de 4to medio, pero siempre lo vi imposible ya que tengo dos hijos y sentía que nunca lo iba a lograr. Ahora llevo un año estudiando programación, apunto de terminar y poder empezar mi práctica, y todo gracias a la fundación que me brindaron la ayuda y también todo el esfuerzo que he puesto en seguir estudiando a pesar de todos los obstáculos que se le pueden presentar a una mamá de dos niños. Yo me veo titulandome con mis dos niños a mi lado, ya que gracias a ellos he dado todo mi esfuerzo y no me he rendido. Además que me veo en un trabajo con mi oficina, un sueldo y trabajo estable, y así poder darle a mis hijos todo lo que merecen.

CATALINA GARCÍA

Antes de Soymás, mi vida era monótona, sin enfoque ni aspiraciones. No creía en mí ni le encontraba sentido a nada. Desde que entré a Soymás, todo cambió. Me motivó la idea de darle un futuro mejor a mi hijo. Decidí estudiar en Soymás porque vi videos de otras mamás llenas de luz, y quería sentirme igual que ellas. Mis metas fueron pasar todos mis cursos, tanto en calificaciones como en asistencia, y lo logré con constancia y enfoque, sabiendo que solo tenía una oportunidad.

Siempre tuve miedo de fracasar, pero con el tiempo todo se resolvió. Soymás cambió mi salud mental, mi amor propio y las relaciones con los demás. La fundación me brindó felicidad, y lo que más valoro es el acompañamiento y haber conocido a mis amigas. Me siento más segura y con ganas de seguir adelante, sabiendo de lo que soy capaz.

En el futuro, me imagino trabajando, costeando mis cosas por mí misma y dándole una vida plena a mi hijo. Soymás es más que una fundación, es una familia que te acoge, te acompaña y te ve crecer. Me encantaría volver a estudiar allí, y aunque me da pena que esto termine, sé que lo aprendido lo aplicaré en mi vida diaria.

CAMILA NICOLE GIRÓN OCHOA

Antes de Soymás, mi vida giraba alrededor de mis hijos. Tras el nacimiento de mi segunda hija, era mamá 24/7 y había olvidado lo que significaba soñar en grande. Aunque amaba mi rol en casa, sabía que podía hacer más por mí y por mi familia. Un día decidí que era momento de cambiar, de dar ese paso que tanto necesitaba. Así fue como encontré Soymás en Instagram, y su mensaje de esperanza y crecimiento resonó profundamente en mí.

Desde el primer momento, la fundación me dio algo invaluable: confianza en mí misma. Aprendí que tengo el poder de alcanzar cualquier meta si me lo propongo. Durante el proceso enfrenté miedos y dudas, pero poco a poco descubrí mis talentos y mi capacidad para superar cualquier desafío. Me devolvieron el valor que, como mujer, muchas veces dejamos de lado.

Hoy soy una mujer transformada. Me siento empoderada, segura y lista para enfrentar el futuro. Por eso decidí estudiar Recursos Humanos, convencida de que este es solo el inicio de un camino lleno de oportunidades. Soymás me enseñó que, cuando una mujer se levanta, su entorno también florece.

Quiero agradecer especialmente al profesor Pablo Colombo, un mentor excepcional, y a Soymás por cambiar mi vida. A todas las mujeres que buscan reencontrarse, les digo: ¡Atrévanse! Todo es posible cuando creemos en nosotras mismas.

PALOMA GÓMEZ

Soy Paloma Gómez, tengo 21 años y una hija de casi 3 años, Elizabeth. Actualmente estudio programación en Inacap gracias a la fundación Soymás. Antes de este año, trabajaba, era mamá y dueña de casa. Siempre pensaba en mi futuro, pero sentía desesperanza por tener que abandonar mis aspiraciones de estudiar.

Justo después de quedar desempleada, supe de esta oportunidad y, al ver que podía hacerlo, me lancé a probarme a mí misma. Ingresé a la fundación, comencé las clases y conocí a muchas personas nuevas. A pesar de que el camino ha sido difícil, mi meta siempre estuvo clara: terminar el proceso.

La fundación me ha acompañado en todo momento, apoyándome junto a mis compañeras. Lo que más me llevo de esta experiencia es darme cuenta de que soy una persona con potencial, con ganas de superarme y avanzar hacia la mujer que quiero ser.

Ahora, casi al final de este proceso, me proyecto a futuro como una mujer laboralmente respetada y considerada, capaz de desenvolverse con asertividad, y también como una mujer estable, feliz y amada, que siempre he merecido ser.

Ojalá muchas mujeres en mi situación puedan acceder a estas oportunidades y así puedan soñar y explotar su potencial al máximo.

CAMILA HERNÁNDEZ

ANGIE NICOL HERRERA MENDOZA

Mi vida antes de Soymás era un poco aburrido en el sentido de que no socializaba mucho con personas de mí misma situación, mejor dicho están maternando, bueno ahora mi vida después de todos los meses ha sido agradable y a la misma vez desafiante ya que volver a estudiar ha sido todo un esfuerzo, divertido porque conocí personas fascinantes somos un grupo que buscamos apoyarnos y divertirnos se creó una amistad, la meta que me propuse era más que todo volver a mirarme lo que valgo y recordar lo capaz que soy, que los pequeños logros te llevan a grandes éxitos, fases del profe Colombo Frojo un despertad en mí de esfuerzo de exigirse porque puede hacerlo deshaciéndose de las excusas. Lo que más destaco en la fundación no es solo se preocupan de que aprendamos sino también de sentirnos bien emocionalmente gracias a los talleres.

De cómo me imagino mi vida después de salir de aquí muy esperanzadora porque si lo que soy capaz con mis conocimientos. Lo recomiendo mucho porque es algo que como mujer y madre queremos saber que existen oportunidades y que podemos aportar en la sociedad mientras maternamos.

DANIKA DIANA HIGASHI EVANGELISTA

Mi nombre es Danika Higashi, tengo 28 años y dos hijas: Samilé, de 9 años, e Isabella, de 2. Tengo pareja hace 11 años. Antes de la fundación, mi vida era solo ser mamá y buscar trabajo. Estaba emocionalmente inestable, desmotivada, luchando constantemente con mis pensamientos. Quería mejorar, generar ingresos, pero no sabía por dónde empezar.

Hoy, mi vida es muy diferente. Soy más estable emocionalmente, tengo metas y ya he logrado varias. Si me hubieran preguntado antes si terminaría mis estudios, habría dicho que no, porque lo intenté antes y fracasé por la frustración. Me sentía estancada y sin lograr nada por lo que sentirme orgullosa.

Mis hijas fueron mi mayor motivación para ingresar a la fundación, pero pronto entendí que lo hacía por mí misma. Enfrenté mis miedos, la desmotivación, y me seguí motivando para no decaer. Tuve una excelente red de apoyo, especialmente de mi familia y mi pareja.

Aprecio mucho el apoyo de la fundación, especialmente las sesiones con la psicóloga. La fundación me brindó calidez, me hizo sentir empoderada e independiente. Ahora, veo un futuro lleno de sueños: mi emprendimiento, mi casa propia y estabilidad económica y emocional.

Hoy, por primera vez, me siento orgullosa de mí misma. Recomiendo esta experiencia, porque no tienen nada que perder, solo ganar. Si pudiera, volvería a estudiar en la fundación. Soymás lo es todo.

YAZMIN HAQUIN

Hola me llamo Yazmin Haquin mi vida antes de soy mas tenia mi hija y estaba embarazada de mi segundo bebé fue un embarazo complicado me puse a emprender en diferentes cosas hasta que un día me mandaron una publicación de Soymás obvio no lo pensé y me inscribi ya que mi sueño siempre había sido estudiar pero por ciertas circunstancias no lograba. actualmente estoy estudiando al principio no fue difícil porque tenia apoyo pero a medida que iban pasando los meses se complicaba un poco más en un momento pensé en salirme y claro después me puse a pensar en cuanto me había costado llegar hasta aquí en que porque quería lograr este sueño en que quería adquirir más conocimientos aprender nuevas cosas crecer más como persona lograr a mis hijos adelante y mis motivaciones fueron aun mayorpor salir y sacar esto. la fundación me a ayudado y e aprendido mucho en sus talleres me han hecho ver las cosas de otra manera a tener mas conocimientos de tener una crianza respetuosa en ayudarnos a nosotras mismas para poder calmarnos, lo que puedo rescatar de la fundación que fue una idea super buena en querer dar ayuda a las mamás adolescentes para salir adelante con sus bebes.

Yo por mi parte si recomendaría la fundación porque siento que es otra oportunidad que no se encuentra dos veces que te dan todas las herramientas y nuevos conocimientos para ser mejor.

JESSICA JARAMILLO

La fundación llegó como un regalo de dios, siempre quise seguir estudiando y la fundación me dio esa oportunidad claro que no ha sido fácil, pero las mejores cosas de nuestras vidas jamas seran faciles. agradecida por esta tremenda oportunidad y sobre todo poder expandir mucho más mis posibilidades de crecer como persona y en el ámbito laboral, gracias a la fundación conoci gente muy linda como daniela, marina y danika, personas que me motivaron a seguir y no tirar la toalla, lo que más recalco de la fundación es que me ha ayudado a superar obstáculos, a saber que si soy valiosa, que mi mente, conocimiento y capacidad es mucha. Después de egresar me imagino trabajando en bodega, aportar con el conocimiento que las clases me han brindado y se que ahora volveré al ámbito laboral mucho más preparada. Recomiendo 100% la fundación porque da la oportunidad de poder crecer como persona, mujer y madre con todos los talleres que brindan. Muchas gracias a todos los de la fundación por brindarnos este espacio que se volvió un lugar seguro en mi corazón.

ROMINA LLANQUIHUEN

Soy una joven de 24 años, madre de dos hijos, que antes de ingresar a la fundación no tenía muchas metas ni motivación para estudiar, ya que no me sentía capaz. Pensaba que solo debía esperar a que mis hijos crecieran para poder trabajar sin tantas preocupaciones. En los años anteriores, sentía que no había logrado nada significativo que hiciera sentir orgullosos a mis hijos.

Al ingresar a la fundación, conocí personas con historias similares a la mía, y juntas nos apoyamos. La fundación me proporcionó herramientas que mejoraron mi autoestima y me ayudaron a entender que, aunque soy madre, mi vida debía continuar con metas y sueños. Inicialmente tenía dudas sobre el cuidado de mis hijos y si podría terminar, pero poco a poco todo se fue dando bien. Mis hijos son mi motivación diaria para seguir adelante, y lo hago por ellos y por mí, demostrando que la vida siempre nos ofrece nuevas oportunidades, y esta es una de ellas.

KATALINA MELLADO

Soy mujer, madre y estudiante de la fundación “Soymás”. Cuando ingresé, mi hija tenía 10 meses. Con ganas de superarme, comencé este proceso gracias al apoyo de José, Eloísa y mi familia. A lo largo del año, he superado muchos obstáculos para alcanzar mi objetivo, compartiendo momentos con otras madres luchadoras que buscan vivir a través del estudio. Ha sido un desafío aprender materias que antes desconocía.

En la fundación encontré apoyo y recursos para equilibrar mi vida familiar y académica, así como herramientas para mejorar mi empleabilidad. Agradezco haber sido parte de esto y conocer a las personas que lo hacen posible. Cuando postulé, me alegré mucho, ya que estudiar y aprender constantemente nos permite progresar y mantenernos informadas.

Agradezco a Isabelle por su ayuda en regulación emocional, autoestima y confianza, y a mi amiga Paloma Gómez, quien fue un gran apoyo. Creo que este oficio traerá frutos en el futuro. Me esforzaré por conseguir un buen trabajo y asegurar un buen futuro para mi hija y mi pareja.

Recomiendo que todas las mujeres realicen estos diplomados. Si buscas superar obstáculos y alcanzar tus metas, únete a Soymás, una comunidad de mujeres fuertes y resilientes.

PAOLA MILLÁN

Mi principal motivación siempre fue mi hija, el querer darle lo mejor, para que su vida fuera mucho mejor que la mía.

Pero con el tiempo fui entendiendo y viendo las cosas diferente, pude entender cual fue el principal motivo por el cual yo estaba aqui, y que nunca fue mi hijo. La razón o el por que de esta decisión. Sino que siempre fui yo la prioridad, yo siempre fui la razón de querer ingresar a soymás.

Con el tiempo y todas las herramientas entregadas por la fundación fui aprendiendo a disfrutar más la vida, a querer,, que soy igual de importante que mi hijo y que si estoy bien ella también lo estará. Que soy persona y no solo mamá. Cuando pude soltar más esa carga avance mucho, la fundación ugo un rol importante, fue un gran apoyo para una mamá estancada que necesitaba salir a flote. Me capacite, aprendi, hice amistades y recuerdos increibles.

Sin duda fue un gran cambio e mi vida y espero sea solo el comienzo de todo lo bueno que se me viene. Gracias Soymás por esa oportunidad.

KIARA MIRANDA

Soy Kiara Miranda, mamá de Alice Julieth, de 1 año y 2 meses. Llegué a la fundación gracias a una amiga, y lo que me motivó a postular fue mi deseo de estudiar y ofrecer un mejor futuro para mi hija y para mí.

Antes de entrar, tenía miedo de no poder terminar el año y de si esto realmente me ayudaría en mi futuro. La fundación me dio un gran apoyo y motivación, con palabras de aliento, talleres y actividades didácticas que hacían todo más entretenido. Me sentí escuchada y sin críticas, entendí que muchas mujeres compartimos los mismos problemas y que todo tiene solución.

Antes de ser madre, era prepotente y sin metas claras. La llegada de mi hija cambió mi visión de la vida, empecé a madurar y a tomar más responsabilidad. En la fundación me empoderé como mujer, aprendí a tener metas y sueños y a que ser madre no me impide lograrlos. Los talleres sobre crianza me ayudaron a confiar en mí misma como madre.

Hoy, egresando de la fundación, siento que soy una nueva Kiara, una mamá con amor, valores y una visión clara para mi futuro. Recomiendo la fundación, porque nos enseña a empoderarnos y a alcanzar nuestras metas. Si pudiera, volvería a estudiar allí, porque sé que puedo lograr todo lo que me proponga.

TARYA PACHECO

En el año 2022 yo me encontraba trabajando. Trabajaba para irme de la casa de mi mamá porque siempre peleábamos, siempre me hizo sentir aplazada y siempre tuve miedo a formar una familia por que no quería ser como ella, hasta que quede embarazada. agosto de 2022 fue bien raro por que tenia muchos vómitos rechazaba comida q me gustaba,etc. Al principio los quise ignorar pero era mas que evidente q estaba embarazada, me hice el test por las dudas y si. Fui al medico y ya tenia 16 semanas de gestación. El papa de mi hijo estaba contento su familia también, pero avisarle a mi mama fue horrible, se puso a llorar y me ofreció abortar que ella me lo pagaba, me hacia muchas preguntas y, sabia q no podía contar con ella. Yo me sentía feliz por mi embarazo pero los malos comentarios de mi familia me hacían sentir muy mal. Me dio depresión y todo mi embarazo lo pase yendo al psicólogo. Me da pena acordarme porque no recuerdo momentos felices. A principios de 2024 estaba buscando datos de trabajo en mi celular y me encuentro el anuncio de la fundación Soymás. Fue una de las mejores decisiones que tome, me ayudo a perder el miedo, a expresarme mejor. Hubieron muchos talleres de crianza y autocontrol que agradezco mucho y el estar rodeada de mas mamas que están pasando por algo similar es muy sanador. Me llevo buenos recuerdos de la fundacion, por que me ayudo a sacar una mejor version de mi que nunca me habia imaginado ser.

PATRICIA SÁEZ LEAL

Tengo 25 años y en la actualidad me encuentro termianndo el curso de programación en Inacap gracias a la Fundación Soymás que me brindó unabeca. LLegué por una prima que egresó del oficio de Administración y hoy se encuentra desarrollando sus habilidades en una buena empresa que llegó por la práctica que también nos ayuda la fundación. En fin, eso me motivó a inscribirme y quedé. Antes de postular yo me encontraba en la casa todo el día cuidando a mi hija, sin trabajo, en cambio ahora conocí personas, amigas mis días cambiaron al 100, hoy en día me encuentro estudiando y trabajando, estoy más motivada, tengo metas y una es finalizar el programa y lo estoy logrando Estoy haciendo muchas cosas más de las que antes imaginaba, me siento bien conmigo misma, siento que puedo lograr mis objetivos y mis metas.

También agradecer a la fundación por el apoyo que nos brindan que realmente es un rol muy importante, con los talleres, en fin, agradecer por la oportunidad

PIERA SAN MARTÍN

Mi vida antes y después de entrar a la fundación Soymás ha cambiado mucho, tanto en lo personal como en lo laboral. Aunque mi vida era similar, pude rodearme de personas maravillosas. Antes de entrar, sabía que podía ser capaz, pero no sabía qué tan capaz sería. Hoy me siento mucho más empoderada.

Mi motivación fue yo misma y mi hija. Decidí estudiar en la fundación porque el horario me convenía y sabía que podía contar con su apoyo. Me propuse metas de crecimiento personal y laboral, y unir más la relación conmigo misma. Lo logré conociéndome mejor, buscando opciones de trabajo y aprendiendo a darme tiempo para hacer mis cosas con tranquilidad.

Al principio dudaba de si lo lograría, pero esas dudas desaparecieron al darme cuenta de que sí podía. Aprendí mucho y me di cuenta de lo que soy capaz de hacer. Lo que más me ayudó fue conocer a personas maravillosas que hoy son mis amigas. Aprecio el apoyo y entendimiento que nos brindaron durante el año.

Sueño con una vida tranquila, con un trabajo estable para mi hija y conmigo, poder viajar y abrir mi propio estudio de tatuajes. Recomiendo la fundación a otras madres para que puedan lograr sus metas y acercarse más a ellas mismas. Sin duda, volvería a estudiar en Soymás, porque ofrecen mucho y las personas que forman parte de ella son increíbles.

VALENTINA TAPIA

Mi vida antes era solo trabajo y no tenia mucho tiempo para estar con mi hijo ni con mi familia. Este año me sirvió para pasar un tiempo con mi papa antes que partiera y consentirlo lo más que pude, también pase tiempo con mi hijo de calidad , poder salir más con él al parque , ayudarlo hacer sus tareas , estar presente en sus bailes del jardín , día de la mama , este fue mi primer año que pase el día de la madre con mi hijo y pude acompañarlo a la actividad que nos hicieron en el jardín, fue algo demasiado hermoso me sentí afortunada de esos privilegios que tuve este año.

Tengo un apoyo grande que fue mi familia, mi pareja, mi madre, mis hermanas, que sentí que fueron mis pilares fundamentales para yo seguir adelante a pesar de las dificultades que se pusieron en el camino, con una perdida de hace menos de un año que fue mi padre, pero aun así pudimos salir adelante y apoyarnos como familia.

Mi persona tuvo muchos cambios, antes era una persona super impulsiva e insensible con los demás e el sufrimiento ajeno, pero ahora me he vuelto sumamente sensible con todo, estoy mas calmada al expresarme con otras personas e tenido que mejorar mi vocabulario para saber expresarme en diferentes ocasiones y con diferentes personas también, me siento mas fuerte que puedo con todo lo que me proponga, con todo lo que quisiera hacer en mi vida.

CLAUDIA NICOLE TORREJÓN CORMAN

Mi vida antes de entrar a la fundación era monótona, pero hace un año decidí unirme al programa y mi vida mejoró. El motivo por el cual ingresé fue para tener una mejor oportunidad, por eso postulé para estudiar a través de la fundación. Me propuse terminar el año y lo logré con disciplina y constancia. Antes de entrar, mi gran duda era el horario, pero nunca fue un problema porque siempre supe que lo lograría.

Los cambios que experimenté fueron principalmente en mejorar mi constancia. La fundación Soymás me ayudó en todos los aspectos, dándome herramientas valiosas en el taller y capacitándome en un oficio en el cual nunca pensé desarrollarme. Hoy este oficio es mi pasión. Lo que rescato de todo este proceso es el aprendizaje y las personas hermosas que encontré en esta gran comunidad.

Gracias a la fundación, desarrollé habilidades que me ayudaron a conocerme. Cuando egresé, continuaré mis estudios para cumplir mi sueño de ser feliz, vivir tranquila, tanto en lo económico como emocional.

Eternamente estaré agradecida de ser parte de esta red.

Hoy Soy Más que ayer.

Gracias por tanto.

DANIELA CATALINA TORRES SILVA

La motivación principal son siempre mis hijas y poder darles un mejor futuro a ellas, decidí estudiar en Soymás convencida de que debemos continuar siendo mujeres y no solo ser la “mamá”, las principales metas propuestas fueron el crecimiento personal y académico y creo que he logrado ambas gracias a la fundación, se fue logrando gracias al esfuerzo perseverancia y el apoyo de Isabell y Macarena.

Lo que más rescato sin duda es la oportunidad de crecer no solo académicamente, sino que también de manera personal, el conocer mujeres en la misma sintonía y poder rescatar de ellas amigas, junto con las experiencias vividas creo que es de lo que más valore, darme cuenta de que aún puedo estudiar, que soy capaz de muchas cosas, así como también el de tener claridad de que quiero en mi vida y en mi futuro.

SOFIA URRA

Hola, mi nombre es Sofía y quiero compartir mi experiencia en la fundación Soymás. Antes de entrar, me dedicaba solo a mi hija y mi hogar, pero después de un año, soy una persona más organizada, responsable y motivada. Me siento orgullosa de haber llegado hasta aquí y de darme cuenta de que sí se puede ser madre y lograr metas.

Decidí entrar a Soymás para seguir estudiando y aprender cosas nuevas. La oportunidad de que mi hija entrara al jardín y el apoyo de mi familia fueron clave. Elegí estudiar en Soymás porque me interesa el área de servicio al cliente. Los talleres y clases me motivaron a organizar mis tiempos, ser constante y responsable. Con paciencia y compromiso logré terminar el curso sin dificultades.

Mi vida cambió para bien. Me ayudó a desconectarme de las tareas del hogar y aprender nuevas habilidades. Me sentía positiva y motivada cada mañana para asistir. Los talleres me ayudaron a mejorar mis emociones, a tener una crianza respetuosa y a manejar los problemas con más confianza.

Aprecio el amor y el compromiso de la fundación. Me enseñaron a no rendirme, a creer en mí y a ser mejor persona. Sueño con desarrollarme en el área de servicio al cliente y tener un excelente trabajo. Recomiendo mucho esta experiencia y volvería a estudiar en Soymás sin pensarlo.

VERÓNICA VALDERRAMA

Antes de conocer la fundación Soymás, mi vida era rutinaria y me sentía estancada y frustrada. Desde que comencé las clases y talleres, me sentí más apoyada y empoderada. Los talleres fueron un espacio para desahogarnos, apoyarnos y aprender, lo que me permitió ver todo desde otra perspectiva. Ahora me siento capaz de lograr todo lo que me proponga, solo necesitaba salir del estancamiento en el que estaba.

En clases, he aprendido muchas cosas nuevas que me encanta poner en práctica, como utilizar funciones para ahorrar espacio o mejorar la apariencia visual de las cosas. Me fascinó el mundo de la programación y me veo en unos años siendo programadora, aprendiendo constantemente y viendo las cosas desde un punto de vista diferente.

Este año ha sido muy positivo tanto a nivel intelectual como personal. He aprendido a conocerme, organizarme mejor y ponerme metas. Ahora sé lo que quiero y lo que debo hacer para lograrlo, entendiendo la importancia de ser paciente y constante. Lo mejor de este año ha sido lo aprendido y las buenas amigas que he hecho.

Al principio pensaba que no lo lograría, ya que no tenía mucha red de apoyo. Mi pareja no se involucra mucho, pero gracias a Dios me ha apoyado, y pude asistir a todas las clases. Desde que entré a la fundación, me siento más segura de mí misma, empoderada y más firme con mi pareja, exigiendo más de él. Gracias a la fundación, he progresado mentalmente y espero dar el siguiente paso: ingresar al mundo laboral y alcanzar mi estabilidad económica y profesional. Estoy muy agradecida por esta oportunidad y por ayudarme a ser la mujer que soy hoy.

MILLARAY ZAMORANO

Mi nombre es Millaray, tengo 22 años e ingrese a soymás en busca de sueños y oportunidades. Una vez dentro de la fundación me encontré con un ambiente muy grato, cosa que valoro mucho, ya que al enfrentar desafíos en un buen ambiente motiva a seguir. Antes de entrar solo me dedicaba a ser mamá, ya que a uno al ser madre los caminos se te limitan y muchas veces pensamos que la maternidad es lo único que podemos hacer, y al entrar a estudiar con mujeres que están en una situación muy similar a la tuya te das cuenta que aparte de madre puedes ser una gran profesional.

También una de las cosas que más rescato de este año es a las grandes mujeres que he conocido y que he tenido la oportunidad de conocer y hacer amistad. Y los grandes conocimientos que he adquirido, al conocer el área de programación.

Este año he crecido tanto como persona y como madre, ya que mi hija es mi gran motivaciones para yo estar acá. para así poder darle a mi hija las herramientas suficientes para que ella pueda crecer en un ambiente sano, feliz y con una mamá que haría hasta lo imposible para verla sonreir.

Generación

2024

MAIPU

CAMILA ALARCÓN

Mi vida antes de la fundación era puro trabajo de noche y sin vida, tenia muchas ganas de estudiar y postule a las becas pero lamentablemente no opte a ninguna y un familiar me comento sobre Soymás y vi los cursos que tienen y la verdad programación y administración de empresa me interesaron bastante, antes era una persona que no buscaba más, que me conformaba con lo que tenia y listo en cambio ahora que estoy por terminar el curso quiero explorar el mundo, conquistarlo siento que tengo mucho por aportar y se que puedo con todo. Decidí entrar al programa por mí y mi hija, pero más que nada porque tenia muchas ganas de estudiar y me propuse que si me va bien este año el próximo veo que si estudio una carrera. Tenia muchas dudas y nervios al comenzar el programa lo que mas pensaba era que no me la iba a poder o que no iba a alcanzar, pero cada día que venía a estudiar me convencía más que si podía hasta que me la empecé a creer y así fue y me queda solo 1 semana para terminar esta maravillosa etapa. El mayor cambio que note en mi fue mi madurez, creer en mí misma y confiar en el proceso, lo que también creo que me ayudo a salir adelante fue maca, ella nos motivaba bastante y nos apoyaba en cada paso que dábamos, también los distintos talleres cada uno fue fantástico. Tras egresar imagino mi vida con mi casa, mi auto y todo el tiempo para mi familia e hija. Recomendaría a mil la fundación de echo me gustaría hacer otro curso porque creo que es lo mejor que e podido toparme en mi vida ya que no solo se preocupan de que estudiemos, se preocupan de que seamos mejores mujer que no seamos solo “MAMAS” y eso es fantástico.

SOFÍA ARAYA

Me motive a entrar a Soymás por el motivo de que ayuda a las madres a sacar su carrera y a tener un buen futuro para sus hijos. Además Soymás me ha ayudado mucho respecto a mi conocimiento y emociones

Le doy gracias a la fundación por no dejarme sola en momentos no muy buenos para mí.

Obtuve muchos cambios gracias a la fundación, aprendí a programar, computación y diversas cosas más, la fundación me enseñó a que una lo puede todo, que una madre nunca se rinde.

Recomendaría mucho que futuras madres y madres se inscribieran a Soymás, es una experiencia muy linda y agradable, con profesores simpáticos etc...

Gracias Soymás por rendirme tanto apoyo.

KATHERINE ARROYO

CAMILA BARAHONA

Mi vida antes de Soymás era solamente preocuparme por la casa y el cuidado de mi hijo. Cuando yo decidí postular para estudiar con la fundación al principio me generó un poco de desconfianza, a pesar de que ya conocía la fundación y ya sabía a lo que se dedicaban... Pero me dije a mí misma: "Y por qué no?" si los horarios son buenos y mientras yo estudio mi hijo está en el jardín.

Desde el día que yo me enteré que había quedado seleccionada para poder estudiar, me puse muy contenta porque sabía que desde ese momento mi rutina iba a cambiar, me iba a sentir bien conmigo misma haciendo algo que me gustara o quizás por el hecho de que también iba a poder compartir la misma experiencia con otras mamás.

Creo que la fundación debería ser más reconocida y valorada; aparte de servir como ejemplo para hacer crecer a las madres jóvenes que quizás no tienen los recursos para salir adelante o crecer profesionalmente.

Soymás es una tremenda fundación y gracias a ell@s yo puedo estar aquí hoy y decir que: Se puede ser más en la vida, más que mamá, más que dueña de casa, con Soymás siempre se va a tener oportunidades para salir adelante.

CAMILA COLIHUINCA

Me llamo Camila Belén Colihuinca Herrera, la verdad nunca me gustó estudiar, no le tomaba el peso de lo importante que es tener un título, para enfrentar el mundo laboral, hasta que fui mamá, ahí entendí muchas cosas y cuando quise insertarme en el mundo laboral ya no tenía muchas oportunidades

Como estaba tan sumida en la maternidad, nunca pensé que tendría la oportunidad de volver a estudiar, volver a tener amigas, porque estaba súper sola en la etapa de la maternidad, agradezco a la fundación por la oportunidad, gracias a esto me siento feliz/realizada, y entendí que nunca es tarde para cumplir metas y sueños, que si bien ser mamá es complicado mi hija es mi mejor motivación, sé que este es el primer paso, para en el futuro seguir aprendiendo.

Recomendaría esta linda experiencia porque uno aprende a valorarse, y a ser una mamá más feliz.

JENNIFER CONTRERAS

Mi experiencia en la fundación ha sido transformadora y significativa a nivel personal, ya que, después de ser madre, es difícil encontrar tiempo para uno mismo. La fundación me brindó la motivación necesaria para no desistir, ampliando mis conocimientos y profundizando aún más mi pasión por la tecnología. Atraída por la malla curricular en programación, decidí unirme, reconociendo que este camino enriquecerá mis habilidades y me abriría puertas en el mundo laboral. A lo largo de este año conocí a unas personas maravillosas; juntas, como un grupo de madres, nos hemos motivado mutuamente para enfrentar los desafíos del aprendizaje. Cada una de ellas me ha dejado una lección valiosa. Recomiendo a otras madres jóvenes que conozcan esta fundación, ya que les permitirá ampliar su currículum y experiencia laboral con una sólida base de estudio.

JAVIERA DELGADO

Antes de Soymás, mi vida estaba llena de incertidumbre, retos y miedos. Me sentía perdida y sin dirección. Hoy, tras un año, me siento empoderada, con confianza en mí misma y herramientas para construir un mejor futuro para mi familia. Decidí unirme a Soymás para cambiar mi historia y ser un mejor ejemplo para mis hijos. Quería superar barreras, encontrar una pasión profesional y fortalecer mi autoestima. Aunque al principio temía fracasar y dudaba si podría equilibrar mi rol de madre con los estudios, el apoyo de la Fundación, mis compañeras y los mentores me ayudaron a superar esos miedos.

Estudiar un oficio no solo abrirá puertas laborales, sino que también marcó un cambio integral: crecí emocionalmente, aprendí a organizarme y recuperé sueños olvidados. Lo más valioso fue recuperar la fe en mí misma y confiar en mi capacidad para salir adelante. Soymás me enseñó que mi historia no define mi futuro, sino las decisiones que tomo día a día.

Hoy imagino una vida llena de posibilidades, estabilidad y amor para mi familia. Sueño con seguir aprendiendo, tener una carrera y ser inspiración para otras madres jóvenes. Recomendaría esta experiencia sin dudarlo: transformó mi vida y me devolvió la confianza y la determinación.

CAROLAINE GARRIDO

Hola mi nombre es Carolina Garrido, madre de dos niños, antes de entrar a la fundación estaba desesperanzada de los trabajos indignos por no tener más conocimientos en otras áreas con horarios extensos y bajos sueldos, hasta que un día en las redes sociales conocí la fundación Soymás, investigué un poco sobre ella y me interesó mucho la ayuda que brindan a crecer como mujer y también como mamá, por eso decidí estudiar este año como programadora no ha sido fácil este largo camino, pero se puede!!

Invito a todas las mamitas que estén dispuestas a seguir creciendo, esta es la oportunidad en Soymás te apoyan.

KIMBERLY GRYMBERG

NICOL ALEJANDRA MALIQUEU HUENUBIL

Soymás ha sido un aporte positivo en mi vida, hace 1 año atrás estaba trabajando y vi un anuncio de la fundación, me pareció algo grandioso poder estudiar algo nuevo, hace mucho quería hacerlo..., pero entre tantas distracciones y monetariamente no lo había podido hacer.

Con la fundación he estudiado algo grandioso, durante este año he aprendido muchísimas cosas geniales que no me atrevía a hacerlo crecer a lo alto e sido una súper , he obtenido muchos conocimientos grandiosos que pronto los pondré en práctica.

Mi gran motivo es que en este gran sueño he sido mi hijo este año ha sido algo beneficioso para mí siento que he crecido en todos los aspectos ha sido algo bueno, positivo La fundación me ha brindado para mí y todas mis compañeras terapia de grupo, mucho apoyo y desde los nervios, pero poco a poco todo fue fluyendo con la psicóloga, que me ha tenido una buena conversación y que me ha recomendado a seguir y persistir a pesar de los obstáculos que se nos han presentado.

Ante todo, esto, nosotros estamos muy agradecidos con toda esta oportunidad que nos brindó este año la fundación Soymás.

Muchas gracias fundación Soymás.

GHISLOYNNE MORENO

Estaba pasando un mal momento emocional debido a un duelo, con mucha ansiedad y sin ganas de nada, con problemas familiares y cuestionando muchas cosas, pensando que siempre iba a estar en la casa, dedicandome a ser dueña de casa y mamá.

Ahora a pesar de cuestionarme estas cosaa, siento que puedo ser algo más, que puedo tener un trabajo que me de la tranquilidad que necesito, gracias a las herramientos que me entregó Soymás y Duoc.

Recomiendo la fundación porque no es solo estudiar, puedes encontrar mujeres que pasan por cosas similares a las tuyas, sentirte comprendida y acompañada. Por supuesto, ojalá en la sede de maipu impartieran mas talleres para que más mujeres puedan acceder a ellos. Estoy agradecida con la fundación por darme las herramientas para que pueda ser más.

CLAUDIA PALOMINO

Antes de entrar a Soymás no tenía sueños, mi próximo paso en la vida trabajar en lo que fuera y asi avanzar. Estudiar me permitió crear metas y mas confianza en mi misma, he conocido personas maravillosas, amigas y crear experiencias que no creí que pudiera tener. La idea de tener una profesión fue lo que me motivo a entrar, sonaba muy bueno para ser verdad. Aun así muchas veces me pregunte si mejor era quedarme en casa siendo solo mama hasta que mis niños crecieran un poco más, trabajar fin de semana y asi sobrevivir. Mientras se desarrollaba el curso más sentía que hacia lo correcto que podía dar mas de mi y que no tengo que dejarme de lado, me di cuenta de que tenía más apoyo del que pensé y eso me hizo continuar firme a pesar de todos con conflictos que había en mi vida. Los talleres fueron una guía importante para abrir mi mente a otras ideas, otras formas de afrontar los problemas y resolverlos. La fundación me entrego fe, que hay personas que empatizan con otros, ya no me siento sola en mi maternidad que las decisiones que tomamos siempre serán por el bien de nuestros hijos, que no soy menos que otras mujeres. Cuando termine el curso quiero trabajar y seguir estudiando. Recomiendo estudiar en la fundación Soymás, es el apoyo que necesitan para crecer.

TANIA SAMARITANI

Antes de Soymás, Me encontraba buscando trabajo. Luego de varias entrevistas, las opciones que encontraba eran muy lejanas a mi realidad como madre (ubicación/horarios) o simplemente no fui llamada.

Hoy en día mi vida dio un giro 360°, desde que soy parte de Soymás, mi autoestima es mejor, siento esperanza y orgullo de estar estudiando (es una oportunidad que veía nula en mi vida).

También conocí a mis amigas que al igual que yo son madres, han sido una red de apoyo incondicional este año, nos hemos ayudado para superar este desafío juntas.

Siento que ésta fue una oportunidad única que se me presentó y me propuse una vez que comencé, dar lo mejor y llegar hasta el final. En un comienzo sentí miedo de no lograrlo. Es una experiencia única para mí y valoro todo lo que trajo consigo. Hoy en día me siento capaz de lograr lo que me proponga.

Soymás me abrió oportunidades y me entrego las herramientas para tener la confianza de volver a permitirme soñar. Como yo, esta experiencia puede ayudar a otras madres jóvenes.

La experiencia en Soymás nos ha entregado risas, lágrimas, compañerismo, y aprendizajes que llevare en mi recuerdo por siempre. No está todo perdido, Gracias Soymás.

DAYANA SANDOVAL

Tengo 25 años, soy de Maipú y madre de una niña de 3 años. Mi vida no cambió mucho al entrar a la fundación, pero sí tuve que esforzarme más, ya que trabajo y soy madre soltera. Decidí unirme porque vi en la fundación una oportunidad para crecer como persona y adquirir herramientas para salir adelante. No fue fácil tomar la decisión; tenía muchas dudas: ¿podría con todo?, ¿tendría buenas notas? Sin embargo, enfrenté mis inseguridades y estoy agradecida con Soymás por darme esta oportunidad de estudiar programación. Gracias a este curso, conocí personas maravillosas y forjé amistades valiosas, algo que valoro profundamente. Si pudiera motivar a otras madres jóvenes, les diría que se atrevan. No es fácil; hay días de cansancio y frustración, pero todo pasa. Es una gran oportunidad para ser alguien en esta vida, para ayudar a la familia y a una misma. Atrévanse, porque mañana será bonito.

MELANIE SANTANDER

¡Querer es poder!

Me llamo Melanie Santander y soy madre de un bebé de dos años.

A principios de año estaba muy preocupada por mi futuro y el de mi hijo; sabía que en Chile hay muchos medios para apoyar a las mujeres, pero no sabía cómo encontrar ese apoyo hasta que por medio de la municipalidad de Maipú conocí la fundación Soymás.

Desde ese día en adelante, inicio mi nueva vida, con más optimismo y más amor propio, para ser exacta. En esta aventura por lograr ser una excelente programadora, me ví envuelta en una rama muy interesante. Pasé de saber el funcionamiento básico de una computadora a programar ejecutando un sin fin de códigos, programas y mucho más.

Llegué al mes de octubre y ¡todo cambio!

Sufrí un accidente, quedando sin movilidad de mi pie derecho, pero eso no me detuvo para seguir estudiando y terminar lo que empecé... Más no como me lo imaginaba, pero todo esfuerzo trae su recompensa. Me llene de fortaleza y continúe en este camino de altos y bajos.

Siempre escuché a mi psicóloga Macarena hablar de resiliencia, pero jamás pensé que aquella palabra sería lo que me definiera en estos momentos de mi vida.

Estoy lista para seguir soñar sin límites y cumplir mis sueños junto a Soymás.

MYRIAM SILVA

Mi vida antes de entrar a estudiar era solamente enfocarme como mamá con mis hijos, y al momento de entrar, mi vida cambió un poco ya que no solo estaba en la casa, sino que tambien tenia el tiempo de preocuparme de mi, estudiar para que me fuera bien y quería decir que si se pueden hacer más cosas.

Lo que me motivó a entrar fue gracias a mi mamá que me envió una foto a instagram la cual investigué y me gusto mucho y siempre quise estudiar para ser alguien más para mis hijos no solo una simple mamá. Decidí postular y tuve suerte, aproveche esta oportunidad y no la deje ir.

Mis dudas que tenía antes de entrar era si podría asistir por los horarios de mis hijos, pero afortunadamente es compatible con los horarios del jardín.

Gracias a esto tendré un cambio ya que tendré un oficio en el cual podré trabajar en lo que estudie y podré seguir creciendo si lo hago bien.

Lo que puedo rescatar es que nos hayan facilitado el establecimiento del DuocUC y los profesores de esta misma institución.

Espero seguir con un trabajo estable y poder ayudar a mis hijos en todo.

Recomiendo 100% esta experiencia porque te ayuda a estudiar con beca y te dan todas las posibilidades.

NICKOLLE SILVA

Antes de entrar a este curso de la Fundación, me encontré en un momento en el que sentía que solo podía ser dependiente económicamente. Tras 7 años ejerciendo un técnico que no me permitía cubrir todos los gastos del hogar, leí la publicidad y me inscribí sin saber mucho de la Fundación, estaba a punto de cumplir 27 años que era el límite y sentí que era mi última oportunidad para construir un camino económicamente más digno.

Cuando fui aceptada, decidí esforzarme al máximo, sin importar los obstáculos. Aunque la vida se complicó y quise desistir muchas veces, me propuse cumplir por mi. A pesar del estrés y las carreras diarias, me siento fuerte, capaz y feliz. Hoy me va bien en los estudios, que es algo que tenía pendiente con mi yo del colegio, me siento orgullosa.

La Fundación me dio una oportunidad que creía perdida, con dos hijos y una casa que mantener. Ahora sé que puedo ofrecerles una vida digna por mi propia cuenta. Recomendaría esta experiencia, aprendí que los sueños no terminan cuando llegan los hijos. Estoy extremadamente agradecida de la fundación Soymás y guardaré este proceso como uno de los más importantes de mi vida, porque es el comienzo de mi otra yo.

TAMARA SILVA

Mi vida antes de conocer la fundación era más tranquila y sin muchas metas, ya que, me estaba dedicando a la casa, mi hijo pequeño y trabajar en mi tienda online. Pero todo cambió cuando conocí Soymás, llegué aquí y mis metas y ganas de estudiar volvieron. Es por esto que me motivé y decidí darme la oportunidad de demostrarme a mí misma que sí puedo! Y aquí estoy ahora, a menos de un mes de finalizar esta increíble etapa de mi vida.

De verdad que estoy muy agradecida con la fundación y con todo el tremendo equipo que está detrás de esto, son unas muy lindas personas, dispuestas ayudarnos en lo que necesitemos y siempre motivándonos a ser mejores mujeres, madres y alumnas. Gracias a la maca me di cuenta que el esfuerzo da frutos, y es así como tengo mi asistencia impecable a pesar de todas las adversidades que han pasado por mi camino de este año y me siento orgullosísima de lo que he logrado hasta la fecha. Ahora estoy dando todo de mí para conseguir una buena práctica en donde ojalá tenga la oportunidad de quedarme trabajando e ir poco a poco cumpliendo mis metas a corto y largo plazo.

Ojalá que más mamis se den esta oportunidad, porque aquí te hacen ser Más y soñar sin límites.

soymás

soymás
FUNDACIÓN