

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: ESPIRAL

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	07-10-24	10:00 a 11:30	Meditación Activa
	14-10-24	10:00 a 11:30	Sesión de Guerreros y torsiones
	21-10-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de respiración consciente.
	28-10-24	10:00 a 11:30	Entrando en estados de relajación conscientes.
		Total 6 horas	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A

CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN


TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CÉCILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 OCT 2024

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. BRILLANDO AL SOL

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°:299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	03-10-24	13:45 a 14:45	Meditación Activa
	10-10-24	13:45 a 14:45	Posturas básicas de Yoga
	17-10-24	13:45 a 14:45	Ejercicios de respiración consciente.
	24-10-24	13:45 a 14:45	Entrando en estados de relajación conscientes.
		Total 4 horas	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A

CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN


TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. VILLA NONGUÉN

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	01-10-24	11:00 a 12:30	Ejercicios de estiramientos de
	08-10-24	11:00 a 12:30	Columna de pie.
	15-10-24	11:00 a 12:30	Ejercicios de columna en silla.
	22-10-24	11:00 a 12:30	Ejercicios de respiración consciente.
			Meditación Activa
		Total 6 horas	



INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A



CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRADO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. YOGA ABIERTO

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril IDDOC: 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-10-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de estiramientos de
	09-10-24	10:00 a 11:30	Columna de pie.
	11-10-24	10:00 a 11:30	Meditación activa
	16-10-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de silla en columna
	18-10-24	10:00 a 11:30	cuatro apoyos.
	23-10-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de equilibrio
	25-10-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de respiración
	30-10-24	10:00 a 11:30	consciente.
			Masajes de hombros en parejas
			Ejercicios de hombros.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.		Total 12 horas	Ejercicios de suelo con bandas


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CÉCILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. J.J.VECINAL ESTERO NONGUÉN

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	03-10-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de estiramientos de
	07-10-24	11:30 a 13:00	Columna de pie.
	10-10-24	11:30 a 13:00	Meditación Activa
	14-10-24	11:30 a 13:00	Masajes de manos entre parejas
	17-10-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de respiración
	21-10-24	11:30 a 13:00	consciente.
	24-10-24	11:30 a 13:00	Masajes de hombros en parejas
	28-10-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de hombros.
			Ejercicios de cuello
			Paseo Valle Nonguén
		Total 12 horas	



INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. CORAZONES ALEGRES

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	02-10-24	15:00 a 17:00	Sesión de cuencos
	09-10-24	15:00 a 17:00	Ejercicios con bandas elásticas
	16-10-24	15:00 a 17:00	Entrando en estados de relajación conscientes.
	23-10-24	15:00 a 17:00	Ejercicios con mancuernas
	30-10-24	15:00 a 17:00	Baile y ejercicios con bandas
		Total 8 hrs	



FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CÉCILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE ACTIVIDAD FÍSICA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: TAE FIT

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	01-10-24	09:00 a 10:30	Ejercicios en suelo estilo pilates
	03-10-24	09:00 a 10:30	Relajación
	08-10-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de Yoga en silla
	10-10-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de equilibrio
	15-10-24	09:00 a 10:30	Estiramientos de yoga y de pie y suelo
	17-10-24	09:00 a 10:30	Respiración consciente.
	22-10-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de lateralidad con equilibrio.
	24-10-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de hombros.
		Total 12 hrs	


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: CLUB DE ADULTO MAYOR SAN REMO

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°: 299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	02-10-24	11:30 a 13:00	Meditación Activa
	04-10-24	11:30 a 13:00	Relajación profunda
	09-10-24	11:30 a 13:00	Progresiones de equilibrio
	11-10-24	11:30 a 13:00	avanzados.
	16-10-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de equilibrio
	18-10-24	11:30 a 13:00	Secuencias de guerreros
	23-10-24	11:30 a 13:00	Respiración consciente.
	25-10-24	11:30 a 13:00	Masajes en parejas
			Paseo a Parque Valle Nonguén
		Total 12 horas	


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: **MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA**

CARGO: **MONITORA DE YOGA**

NOMBRE ORGANIZACIÓN: **C.A.M. PROFETA ISAÍAS**

DEPENDENCIA: **DIDECO**

UNIDAD: **CASA DEL ADULTO MAYOR**

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: **OCTUBRE 2024**

BOLETA N°:299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	01-10-24	19:30 a 21:00	Progresiones de estiramientos de Columna
	03-10-24	19:30 a 21:00	Zapateo cueca(especial)
	08-10-24	19:30 a 21:00	Meditación Activa
	10-10-24	19:30 a 21:00	Zapateo cueca(especial)
	15-10-24	19:30 a 21:00	Progresiones de equilibrio avanzados
	17-10-24	19:30 a 21:00	Ejercicios de equilibrio
	22-10-24	19:30 a 21:00	Secuencias de guerreros
	24-10-24	19:30 a 21:00	Baile de la cueca
	29-10-24	19:30 a 21:00	Masajes en parejas
		Total 12 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)



INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. LAS BRUJITAS

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°:299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	01-10-24	15:00 a 16:30	Yoga suave para columna
	04-10-24	15:00 a 16:30	Meditación en movimiento
	08-10-24	15:00 a 16:30	Ejercicios para cuello
	11-10-24	15:00 a 16:30	Ejercicios posturales
	15-10-24	15:00 a 16:30	Ejercicios de piernas de pie
	18-10-24	15:00 a 16:30	Fiesta de la primavera
	22-10-24	15:00 a 16:30	Masaje de hombros en pareja
	25-10-24	15:00 a 16:30	Masaje de manos en parejas
	29-10-24	15:00 a 16:30	Relajación profunda
		12 horas	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN

TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD

CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 OCT 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: LEUFUCHE

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: OCTUBRE 2024

BOLETA N°:299

FECHA BOLETA: 31-10-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	03-10-24	16:30 a 18:00	Baile entretenido y estiramientos suaves
	07-10-24	16:30 a 18:00	Relajación profunda
	10-10-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de equilibrio
	14-10-24	16:30 a 18:00	Ejercicios con mancuernas y baile
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	17-10-24	16:30 a 18:00	Respiración consciente.
	21-10-24	16:30 a 18:00	Ejercicios en silla.
	24-10-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de hombros.
	28-10-24	16:30 a 18:00	Ejercicios con Bandas
		Total 12 hrs	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)