

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): JESSIE LANDAHUR MONSALVES

FECHA DE ENTREGA:

31 MAY 2025

CARGO : MONITORA

DEPENDENCIA : DIDECO

UNIDAD: Oficina Adulto mayor

N.º DECRETO : 636

FECHA DECRETO: 31 DE MARZO 2025

MES A PAGAR : MAYO 2025

ID DOC: 1979877

BOLETA N.º : 267

FECHA BOLETA: 31 DE MAYO 2025

| FUNCIONES SEGÚN CONTRATO | ACTIVIDAD REALIZADA | FECHA | HORA |
|--|--|--|--|
| <p>✓ REALIZAR 4 TALLERES DE FOLCLOR CON DURACION DE 12 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD</p> <p>✓ REALIZAR 1 TALLER DE FOLCLOR CON UNA DURACION DE 8 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD</p> | <p>Lunes y Miércoles 1° TALLER BRISAS DE NONGUEN Calle Central # 165, Población Puchacay - Mover Articulación, ejercicios con balón, elongación en silla. - Mover Articulación, ejercicios con balón, elongación en silla. - Trabajo articular, ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. - Trabajo articular, ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. - Gimnasia de bajo impacto, ejercicios cognitivos. - Gimnasia de bajo impacto, ejercicios cognitivos. - Ejercicios cognitivos y juegos lúdicos - Ejercicios cognitivos y juegos lúdicos</p> | <p>05/05/2025 07/05/2025 12/05/2025 14/05/2025 19/05/2025 23/05/2025 26/05/2025 28/05/2025</p> | <p>14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS</p> |
| | <p>Martes y Jueves 2° TALLER LOS LIRIOS Sede JJVV# 31 B Vegas de Nonguen, los Lirios. - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. - Trabajo de elongación en silla, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia, Gimnasia bajo impacto. - Trabajo de elongación en silla, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia, Gimnasia bajo impacto. - Gimnasia bajo impacto, ejercicios cognitivos con balón. - Gimnasia bajo impacto, ejercicios cognitivos con balón. - Ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral - Ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral</p> | <p>05/05/2025 07/05/2025 12/05/2025 14/05/2025 19/05/2025 23/05/2025 26/05/2025 28/05/2025</p> | <p>16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS 16:00 A 17:30 HRS</p> |
| | <p>Martes y Jueves 3° TALLER ALEGRIA DE VIVIR Pasaje 14, # 181 Villa Cap. - Calentamiento articular, gimnasia activa - Calentamiento articular, gimnasia activa - Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.</p> | <p>06/05/2025 08/05/2025 13/05/2025</p> | <p>09:00 A 10:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS</p> |

| | | |
|--|------------|-------------------|
| <p>Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.</p> <p>- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.</p> <p>- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.</p> <p>- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> <p>- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> | 15/05/2025 | 09:00 A 10:30 HRS |
| | 20/05/2025 | 09:00 A 10:30 HRS |
| | 22/05/2025 | 09:00 A 10:30 HRS |
| | 27/05/2025 | 09:00 A 10:30 HRS |
| | 29/05/2025 | 09:00 A 10:30 HRS |
| <p>Martes y Jueves 4 ° TALLER BRISAS DEL ANDALIEN Vicuña Mackenna # 2 población Bernardo O'Higgins.</p> | | |
| <p>- Calentamiento articular, gimnasia activa</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia activa</p> <p>- Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.</p> <p>- Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.</p> <p>- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.</p> <p>- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.</p> <p>- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> <p>- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral</p> | 06/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 08/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 13/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 15/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 20/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 22/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 27/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | 29/05/2025 | 10:45 a 12:15 hrs |
| | | |
| | | |
| <p>Martes y Jueves 5° TALLER ETERNA JUVENTUD DE LOS FRESNOS. Capilla San Alberto Hurtado #1 Los Fresnos.</p> | | |
| <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral y juegos lúdicos. (bingo)</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> | 06/05/2025 | 16:00 a 17:00 HRS |
| | 08/05/2025 | 15:30 A 17:30 HRS |
| | 13/05/2025 | 16:00 a 17:00 HRS |
| | 15/05/2025 | 15:30 A 17:30 HRS |

| | | |
|---|------------|-------------------|
| <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral y juegos lúdicos. (bingo).</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral y juegos lúdicos. (bingo)</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.</p> <p>- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral y juegos lúdicos. (bingo)</p> | 20/05/2025 | 16:00 a 17:00 HRS |
| | 22/05/2025 | 15:30 A 17:30 HRS |
| | 27/05/2025 | 15:30 A 17:30 HRS |
| | 29/05/2025 | 16:00 a 17:00 HRS |
| | 06/05/2025 | 17:30 a 18:30 hrs |
| | 08/05/2025 | 18:00 a 19:00 hrs |
| | 13/05/2025 | 17:30 a 18:30 hrs |
| | 15/05/2025 | 18:00 a 19:00 hrs |
| | 20/05/2025 | 17:30 a 18:30 hrs |
| | 22/05/2025 | 18:00 a 19:00 hrs |
| <p>Martes y Jueves</p> <p>6° TALLER PASIÓN OTOÑAL</p> <p>Inés de Suárez #65 Collao</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas con implementos.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas con implementos.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas.</p> | 27/05/2025 | 17:30 a 18:30 hrs |

| | | | |
|--|--|------------|-------------------------------|
| | <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas con implementos.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas.</p> <p>- Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas con implementos.</p> <p>Actividades mes de mayo: Se celebra en todos los talleres con desayuno y/u onces según horario de cada taller, fortaleciendo entre ellos la comunicación y empatía.</p> | 29/05/2025 | 18:00 a 19:00 hrs |
| | | | Total 64 horas mensual |

| | | |
|---|---|--|
|  PRESTADOR DE SERVICIOS Jessie Landahur Monsalves |  SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO |  FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE ADULTO MAYOR |
|---|---|--|

