

30 SEP 2025

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): JESSIE LANDAHUR MONSALVES

FECHA DE ENTREGA:

CARGO : MONITORA

DEPENDENCIA : DIDECO

UNIDAD: Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"

N.º DECRETO : 1605

FECHA DECRETO: 21 DE AGOSTO 2025

MES A PAGAR : SEPTIEMBRE 2025

ID DOC: 2074785

BOLETA N.º : 272

FECHA BOLETA: 30 DE SEPTIEMBRE 2025

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
<p>✓ REALIZAR 4 TALLERES DE DACTIVIDAD FISICA CON DURACION DE 12</p> <p>✓ 1 TALLER DE ACTIVIDAD FISICA CON DURACIÓN DE 8 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD</p> <p>✓ REALIZAR 1 TALLER DE BAILE CON DURACION DE 8 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD</p>	<p>1º TALLER BRISAS DE NONGUEN Calle Central # 165, Población Puchacay 1º y 2º semana -Ejercicios de movilidad articular con balón, - bailes tradicionales (cueca, guaracha)</p> <p>- trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p>	<p>01/09/2025</p> <p>03/09/2025</p> <p>08/09/2025</p> <p>10/09/2025</p>	<p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p>
	<p>3º y 4º semana</p> <p>-Ejercicios de movilidad articular con balón, Bailes tradicionales chilenos. trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p>	<p>15/09/2025</p> <p>22/09/2025</p> <p>24/09/2025</p> <p>29/09/2025</p>	<p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p> <p>14:45 A 15:45 HRS</p>
	<p>2º TALLER LOS LIRIOS Sede JVV# 31 B Vegas de Nonguen, los Lirios. 1º y 2º semana - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. - Trabajo de elongación en silla, acompañado de ejercicios cognitivos, bailes típicos de fiestas patrias.</p>	<p>01/09/2025</p> <p>03/09/2025</p> <p>08/09/2025</p> <p>10/09/2025</p>	<p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p>
	<p>3º y 4º semana - Gimnasia bajo impacto con listones, -Trabajo en silla - Ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral</p>	<p>15/09/2025</p> <p>22/09/2025</p> <p>24/09/2025</p> <p>29/09/2025</p>	<p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p> <p>16:00 A 17:30 HRS</p>
	<p>3º TALLER ALEGRIA DE VIVIR 1º y 2º semana</p> <p>Pasaje 14, # 181 Villa Cap. - Calentamiento articular. Gimnasia activa con implemento. Ejercicios de estiramientos en silla y juegos de memoria. - Calentamiento articular. Gimnasia activa de bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. Ejercicios de estiramiento y elongación en silla.</p>	<p>02/09/2025</p> <p>04/09/2025</p> <p>09/09/2025</p> <p>11/09/2025</p>	<p>09:00 A 10:30 HRS</p> <p>09:00 A 10:30 HRS</p> <p>09:00 A 10:30 HRS</p> <p>09:00 A 10:30 HRS</p>

	3° y 4° semana	16/09/2025	09:00 A 10:30 HRS
	Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.	23/09/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.	25/09/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.	30/09/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y bailes típicos de fiestas patrias.		
	4 ° TALLER BRISAS DEL ANDALIEN		
	Vicuña Mackenna # 2 población Bernardo O'Higgins.	02/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
		04/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	1° y 2° semana	09/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Calentamiento articular, gimnasia activa con listones, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.	11/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	Trabajo en silla de relajación y gimnasia cerebral.		
	- Trabajo de elongación, gimnasia activa de bajo impacto y bailes típicos de fiestas patrias.	16/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	3° y 4° semana	23/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.	25/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral	30/09/2025	10:45 a 12:15 hrs
	5° TALLER ETERNA JUVENTUD DE LOS FRESNOS.	02/09/2025	16:00 a 17:00 HRS
	Capilla San Alberto Hurtado #1 Los Fresnos.	04/09/2025	15:30 A 17:30 HRS
	1° y 2° semana	09/09/2025	16:00 a 17:00 HRS
	- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio,	11/09/2025	15:30 A 17:30 HRS
	Juegos con balón, y vuelta a la calma con ejercicios de relajación.		
	- Calentamiento articular, bailes típicos de fiestas patrias como la cueca y guaracha, y terminamos nuestra clase con juegos lúdicos. (bingo)		
	3° y 4° semana	16/09/2025	16:00 a 17:00 HRS
	- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.	23/09/2025	15:30 A 17:30 HRS
	- 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)	25/09/2025	16:00 A 17:30 HRS
		30/09/2025	15:30 a 17:30 HR

	6° TALLER PASIÓN OTOÑAL Inés de Suárez #65 Collao 1° y 2° semana - Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas con bandas elásticas. -Gimnasia bajo impacto, y clases de cueca. 3° y 4° semana - Ejercicios de elongación, gimnasia con balón, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas. ACTIVIDADES ASISTIDAS MES DE SEPTIEMBRE. 05/09/2025 -Pasamos Agosto en el gimnasio Municipal, de 14:00 a 17:30 horas. 13/09/2025- Apoyo a Mateada de personas mayores, Liceo Jorge Sánchez Ugarte, de 14:00 a 18:00 horas.	02/09/2025	17:30 a 18:30 hrs
		04/09/2025	18:00 a 19:00 hrs
		09/09/2025	17:30 a 18:30 hrs
		11/09/2025	18:00 a 19:00 hrs
		16/09/2025	17:30 a 18:30 hrs
		23/09/2025	18:00 a 19:00 hrs
		25/09/2025	17:30 a 18:30 hrs
		30/09/2025	18:00 a 19:00 hrs
		Total 64 horas mensual	

 PRESTADORA DE SERVICIOS Jessie Landahur Monsalves	 SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO	 FRANCISCO URRUTIA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYOR ANA HERNÁNDEZ MUÑOZ