

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): JESSIE LANDAHUR MONSALVES **FECHA DE ENTREGA:** 31 OCT 2025
CARGO : MONITORA
DEPENDENCIA : DIDEKO **UNIDAD:** Oficina Personas Mayores
N.º DECRETO : 1605 **FECHA DECRETO:** 21 DE AGOSTO 2025
MES A PAGAR : OCTUBRE 2025 **ID DOC:** 2074785
BOLETA N.º : 273 **FECHA BOLETA:** 31 DE OCTUBRE 2025

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
✓ REALIZAR 4 TALLERES DE DACTIVIDAD FISICA CON DURACION DE 12	<p>1º TALLER BRISAS DE NONGUEN Calle Central # 165, Población Puchacay 1º y 2º semana -Ejercicios de movilidad articular con balón. -Gimnasia de bajo impacto. - trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p> <p>3º y 4º semana</p> <p>-Ejercicios de movilidad articular con balón, trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p>	01/10/2025 06/10/2025 08/10/2025 13/10/2025 20/10/2025 22/10/2025 27/10/2025 29/10/2025	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
✓ 1 TALLER DE ACTIVIDAD FISICA CON DURACIÓN DE 8 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD	<p>2º TALLER LOS LIRIOS Sede JJVV# 31 B Vegas de Nonguen, los Lirios. 1º y 2º semana</p> <p>- Calentamiento articular, -Gimnasia activa. Donde se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. - Trabajo de elongación y fuerza en silla con bandas elásticas.</p> <p>3º y 4º semana</p> <p>- Gimnasia activa con listones / balón -Trabajo en silla - Ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral</p>	01/10/2025 06/10/2025 08/10/2025 13/10/2025 20/10/2025 22/10/2025 27/10/2025 29/10/2025	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
✓ REALIZAR 1 TALLER DE BAILE CON DURACION DE 8 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD	<p>3º TALLER ALEGRIA DE VIVIR 1º y 2º semana Pasaje 14, # 181 Villa Cap.</p>	27/10/2025	16:00 A 17:30 HRS
		29/10/2025	16:00 A 17:30 HRS

	<p>3° y 4° semana</p> <p>Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla. - Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral. - Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos. <p>4 ° TALLER BRISAS DEL ANDALIEN Vicuña Mackenna # 2 población Bernardo O'Higgins.</p> <p>1° y 2° semana</p> <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento articular, -Gimnasia activa con listones, en el cual se trabaja la coordinación, concentración motricidad y equilibrio. Trabajo en silla de relajación - Trabajo de elongación. -Gimnasia de bajo. <p>3° y 4° semana</p> <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento articular. -Gimnasia de bajo impacto. - Trabajo de elongación en silla. -Gimnasia activa. - Trabajo en sillas ejercicios acompañado de ejercicios cognitivos, <p>5° TALLER ETERNA JUVENTUD DE LOS FRESNOS. Capilla San Alberto Hurtado #1 Los Fresnos.</p> <p>1° y 2° semana</p> <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, Juegos con balón, y vuelta a la calma con ejercicios de relajación. - Calentamiento articular. -Baile entretenido. Terminamos nuestra clase con juegos lúdicos. (bingo) <p>3°y 4° semana</p> <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento articular, 	21/10/2025 23/10/2025 28/10/2025 30/10/2025	09:00 A 10:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS
		02/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		07/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		09/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		14/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		21/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		23/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		28/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		30/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
		02/10/2025	16:00 a 17:00 HRS
		07/10/2025	15:30 A 17:30 HRS
		09/10/2025	16:00 a 17:00 HRS
		14/10/2025	15:30 A 17:30 HRS
		21/10/2025	16:00 a 17:00 HRS

	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.	02/10/2025 07/10/2025 09/10/2025 14/10/2025 21/10/2025 23/10/2025 28/10/2025 30/10/2025	17:30 a 18:30 hrs 18:00 a 19:00 hrs 17:30 a 18:30 hrs 18:00 a 19:00 hrs 17:30 a 18:30 hrs 18:00 a 19:00 hrs 17:30 a 18:30 hrs 18:00 a 19:00 hrs
	ACTIVIDADES ASISTIDAS MES DE OCTUBRE. 09/10/2025 – Mateada de personas mayores, salón vip, estadio Ester Roa. 14/10/2015 - Homenaje de Instalación de placa Anita Hernández. 19/10/2025 - Participación de todos los talleres, en el desfile de aniversario 475 de nuestra ciudad de Concepción.		Total 64 horas mensual

		
PRESTADOR DE SERVICIOS Jessie Landahur Monsalve	SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESEARROLLO COMUNITARIO	FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYOR ANA HERNÁNDEZ MUÑOZ