

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): JESSIE LANDAHUR MONSALVES

FECHA DE ENTREGA: 31 OCT 2025

CARGO : MONITORA

DEPENDENCIA : DIDECO

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
<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. -Gimnasia de bajo impacto. - trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p>	<p>01/10/2025</p> <p>06/10/2025</p> <p>08/10/2025</p> <p>13/10/2025</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 -Ejercicios de movilidad articular con balón, trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. Ejercicios de coordinación motricidad y equilibrio. Juegos lúdicos (domino).</p>	<p>20/10/2025</p> <p>22/10/2025</p> <p>27/10/2025</p> <p>29/10/2025</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 JJVV# 31 B Vegas de Nonguen, los Lirios. 1º y 2º semana - Calentamiento articular, -Gimnasia activa. Donde se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. - Trabajo de elongación y fuerza en silla con bandas elásticas.</p>	<p>01/10/2025</p> <p>06/10/2025</p> <p>08/10/2025</p> <p>13/10/2025</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 activa con listones / balón -Trabajo en silla - Ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral</p>	<p>20/10/2025</p> <p>22/10/2025</p> <p>27/10/2025</p> <p>29/10/2025</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 Pasaje 14, # 181 Villa Cap.</p>		

	3° y 4° semana		
	Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio.	21/10/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, gimnasia activa, trabajo de fortalecimiento con bandas en silla.	23/10/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral.	28/10/2025	09:00 A 10:30 HRS
	- Trabajo de elongación, acompañado de ejercicios cognitivos.	30/10/2025	09:00 A 10:30 HRS
	4 ° TALLER BRISAS DEL ANDALIEN Vicuña Mackenna # 2 población Bernardo O'Higgins.		
	1° y 2° semana	02/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Calentamiento articular,	07/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	-Gimnasia activa con listones, en el cual se trabaja la coordinación, concentración motricidad y equilibrio.	09/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	Trabajo en silla de relajación	14/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Trabajo de elongación.		
	-Gimnasia de bajo.		
	3° y 4° semana	21/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Calentamiento articular.	23/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	-Gimnasia de bajo impacto.	28/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	- Trabajo de elongación en silla.	30/10/2025	10:45 a 12:15 hrs
	-Gimnasia activa.		
	- Trabajo en sillas ejercicios acompañado de ejercicios cognitivos,		
	5° TALLER ETERNA JUVENTUD DE LOS FRESNOS. Capilla San Alberto Hurtado #1 Los Fresnos.		
	1° y 2° semana	02/10/2025	16:00 a 17:00 HRS
	- Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio,	07/10/2025	15:30 A 17:30 HRS
	Juegos con balón, y vuelta a la calma con ejercicios de relajación.	09/10/2025	16:00 a 17:00 HRS
	- Calentamiento articular.	14/10/2025	15:30 A 17:30 HRS
	-Baile entretenido.		
	Terminamos nuestra clase con juegos lúdicos. (bingo)		
	3°y 4° semana		
	- Calentamiento articular,	21/10/2025	16:00 a 17:00 HRS

<p>6° TALLER PASIÓN OTOÑAL Inés de Suárez #65 Collao 1° y 2° semana</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 bandas elásticas. -Gimnasia bajo impacto, y clases de cueca.</p> <p>3° y 4° semana</p> <p>- Ejercicios de elongación, gimnasia con balón, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio, trabajo de elongación y tonificación muscular en colchonetas.</p> <p>ACTIVIDADES ASISTIDAS MES DE OCTUBRE.</p> <p>09/10/2025 – Mateada de personas mayores, salón vip, estadio Ester Roa.</p> <p>14/10/2025-Homenaje de Instalación de placa Anita Hernández.</p> <p>19/10/2025- Participación de todos los talleres, en el desfile de aniversario 475 de nuestra ciudad de Concepción.</p>	02/10/2025	17:30 a 18:30 hrs
	07/10/2025	18:00 a 19:00 hrs
	09/10/2025	17:30 a 18:30 hrs
	14/10/2025	18:00 a 19:00 hrs
	21/10/2025	17:30 a 18:30 hrs
	23/10/2025	18:00 a 19:00 hrs
	28/10/2025	17:30 a 18:30 hrs
	30/10/2025	18:00 a 19:00 hrs
	<p>Total 64 horas mensual</p>	

		
<p>PRESTADOR DE SERVICIOS Jessie Landahur Monsalve</p>	<p>SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO</p>	<p>FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYOR ANA HERNÁNDEZ MUÑOZ</p>