

## INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA DE ENTREGA DE INFORME:

31 OCT 2025

NOMBRE PERSONA CONTRATADA: MACARENA RUBIO ESCOBAR

CARGO : MONITORA YOGA

DEPENDENCIA : DIDECO UNIDAD : DISCAPACIDAD

N° DE DECRETO : 1525 FECHA DECRETO : 07/08/2025


MES A PAGAR : OCTUBRE 2025 ID DOC : 2063326

BOLETA N° : 156 FECHA BOLETA : 31/10/2025

### FUNCIONES SEGÚN CONTRATO:

Encargada de realizar 4 talleres mensuales de Yoga para PcD Y Personas Cuidadoras, apoyar las actividades que la dirección de Desarrollo Comunitario determine como pertinente en relación a su función.

FECHAS	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES
02/10/2025	Ejercicios de calentamiento articular de pies a cabeza. Ejercicios de concentración, estiramientos, equilibrio y desarrollo muscular. Actividad final de cierre y relajación. (Ejercicios de respiración, posturas, mantras y trabajo en parejas como recurso didáctico)
09/10/2025	Ejercicios de calentamiento articular de pies a cabeza. Ejercicios de concentración, estiramientos, equilibrio y desarrollo muscular. Actividad final de cierre y relajación. (Ejercicios de respiración, posturas, mantras y trabajo en parejas como recurso didáctico)
16/10/2025	Sesión de autocuidado con masaje en parejas, ejercicios de meditación y respiración. Secuencia de saludo al sol.
23/10/2025	Ejercicios de calentamiento articular de pies a cabeza. Ejercicios de concentración, estiramientos, equilibrio y desarrollo muscular. Actividad final de cierre y relajación. (Ejercicios de respiración, posturas, mantras y trabajo en parejas como recurso didáctico)

  
MACARENA RUBIO ESCOBAR  
FIRMA PRESTADORA DE SERVICIOS

  
SINTIA LEYTON AEDO  
DIRECTORA  
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO

  
OFICINA DE LA DISCAPACIDAD  
SUSAN ZURITA DOMÍNGUEZ  
COORDINADORA  
OFICINA DE LA DISCAPACIDAD