

INFORME DE GESTION MENSUAL

ENTREGA DEL INFORME: **31 MAY 2025**

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO : MONITORA

DEPENDENCIA : DIDEKO

UNIDAD: Oficina Adulto mayor

Nº DECRETO : 620

FECHA DECRETO: 31/03/2025

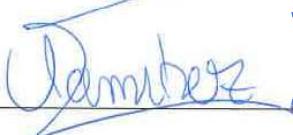
MES A PAGAR : MAYO 2025

BOLETA Nº : 140

FECHA BOLETA: 31/05/2025

ID DOC : 1979877

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
<ul style="list-style-type: none"> ➤ REALIZAR UN TALLER DE ACTIVIDAD FISICA CON UNA DURACION DE 12 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD 	<p>TALLER YOGA MAS SALUD SE REALIZA EN PEDRO DE OÑA S/N CPC LZO. ARENAS.-</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ CALENTAMIENTO DIVERSAS ARTICULACIONES DEL CUERPO CUELLO-HOMBROS-CADERAS-RODILLAS-PIES. RELAJACION. 06/05/2025 15:00 a 16:30 HRS ➤ SALUDO AL SOL EN POSICON SENTADOS Y DE PIE. 08/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ ASANAS DE FLEXIBILIDAD-EQUILIBRIO Y FUERZA. 13/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ EJERCICIOS PARA MEJORAR EL EQUILIBRIO Y FUERZA EN PAREJAS E INDIVIDUAL. RELAJACION 15/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ SERIES DE EJERCICIOS PARA MEJORAR LA POSTURA EN POSICION DE PIE Y EN SILLA. VISUALIZACIONES. 20/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ SERIALES DE EJERCICIOS RESPIRATORIOS Y RELAJACION 22/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ CHAKRAS.QUE ES-LUGAR FISICO EN EL CUERPO-COLOR Y MANTRA O SONIDOS. 27/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ EJERCICIOS O ASANAS EN EL SUELLO Y SILLAS PARA EJERCITAR EL CHARKA RAIZ O MULADARA Y CHAKRA SHADISTANA.RELAJACION. 29/05/2025 15:00 A 16:30 HRS ➤ SECUENCIA DE DIVERSAS ASANAS O POSTURAS TRABAJADAS EN GRUPOS. EN EL SUELLO POSTURAS DE BALASANA Y SAVASANA PARA RELAJACION. 12 HORAS MENSUALES 		

 <p>Virginia Ramírez Fuentes PRESTADORA DE SERVICIOS</p>	 <p>DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CONCEPCIÓN</p>	 <p>MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN OFICINA DE PERSONAS MAYORES</p>
	<p>SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO</p>	<p>FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE ADULTO MAYOR</p>