

INFORME DE GESTION MENSUAL

50 JUN 2025

ENTREGA DEL INFORME

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO: MONITORA

DEPENDENCIA: DIDECO

Nº DECRETO: 620

MES A PAGAR: JUNIO 2025

BOLETA Nº: 142

ID DOC: 1979877

UNIDAD: Oficina Adulto mayor

FECHA DECRETO: 31/03/2025

FECHA BOLETA: 30/06/2025

| FUNCIONES SEGÚN CONTRATO | ACTIVIDAD REALIZADA | FECHA | HORA |
|---|---|---|---|
| <p>➤ REALIZAR UN TALLER DE ACTIVIDAD FISICA CON UNA DURACION DE 12 HORAS MENSUALES ABIERTO A LA COMUNIDAD</p> | <p>TALLER YOGA MAS SALUD SE REALIZA EN PEDRO DE OÑA S/Nº CPC IZO. ARENAS. -</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ CALENTAMIENTO DIVERSAS ARTICULACIONES DEL CUERPO CUELLO-HOMBROS-CADERAS-RODILLAS-PIES. RELAJACION. ➤ SALUDO A LA LUNA CON POSTURA DE MEDIA LUNA Y FLAMENCO -PINZA.GUERRERO. RELAJACION. ➤ ASANAS DE FLEXIBILIDAD-EQUILIBRIO Y FUERZA. ➤ EJERCICIOS PARA MEJORAR EL EQUILIBRIO Y FUERZA EN PAREJAS E INDIVIDUAL. RELAJACION ➤ SERIES DE EJERCICIOS PARA MEJORAR LA POSTURA EN POSICION DE PIE Y EN SILLA. VISUALIZACIONES. ➤ SERIALES DE EJECICIOS RESPIRATORIOS Y RELAJACION . ➤ CHAKRAS.MANIPURA.EJERCICIOS .POSTURA DE TORCIONES <p>EJERCICIOS O ASANAS EN EL SUELO Y SILLAS PARA EJERCITAR EL CHARKA MANIPURA Y ANATA.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ SECUENCIA DE DIVERSAS ASANAS O POSTURAS TRABAJADAS EN GRUPOS. EN EL SUELO POSTURAS DE ROSARIO -MARIPOSA-GATO-VACA-TORSION EN ORACION-LUNA CRECIENTE- RELAJACION EN SAVASANA. | <p>03/06/2025</p> <p>05/06/2025</p> <p>10/06/2025</p> <p>12/06/2025</p> <p>17/06/2025</p> <p>19/06/2025</p> <p>24/06/2025</p> <p>26/06/2025</p> | <p>15:00 a 16:30 hrs</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>15:00 A 16:30 HRS</p> <p>12 HORAS MENSUALES</p> |

| | | |
|---|--|---|
|  Virginia Ramírez Fuentes PRESTADORA DE SERVICIOS |   CYNTHIA LEYTON AEDO DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO |   FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE ADULTO MAYOR |
|---|--|---|