Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!
Dirección de Desarrollo Comunitario
Oficina de personas Mayores

31 JUL 2026

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA:

NOMBRE CONTRATADA:	JESSIE LANDAHUR MONSALVE	CARGO: MONITORA ACTIVIDAD FISICA	RUT N° 9.393.447-4
DIRECCION	DESARROLLO COMUNITARIO	UNIDAD	Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Munoz"
N,!! DECRETO	1744-DGDP-2026	FECHA 21/07/2026	DDOC 2212526
MESA PAGAR:	JULIO 2026	BOLETA N° 283	FECHA: 31/07/2026

FUNCIONES SEGUN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
▶ REALIZAR CINCO TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA, CON UNA DURACION DE 12 HORAS, **MENSUALES** CADA UNO ▶ REALIZAR UN TALLER DE 8 HORAS ACTIVIDAD FISICA, CON UNA DURACION DE 8 HORAS MENSUALES ▶ LA PRESTADORA DE SERVICIOS PODRA DESEMPENAR OTRAS FUNCIONES QUE EL JEFE/A, DIRECTOR/A QUE CORRESPONDA, Y QUE SE CONSIDEREN NECESARIAS 0 CONVENIENTES PARA EL CORRECTO y ADECUADO FUNCIONAMIENT 0 DEL MISMO.	TALLER: **BRISAS** DE NONGUEN **Calle Central# 165, Poblaci6n Puchacay** **Saludo y bienvenida aiio 2026** **Lunes** Ejercicios de movilidad articular, Gimnasia de bajo impacto, fortaleciendo la coordinaci6n, motricidad y el equilibrio. trabajo en silla, ejercicios de estimulaci6n cognitiva. **Miercoles** Ejercicios cognitives y Juegos ludicos (domino, loto o Bingo). **TALLER: LOS LIRIOS** **Sede JJW# 31 B Vegas de Nonguen, los Lirios.** **Lunes y miercoles** - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto a traves del compas de la musica, donde trabajamos la coordinaci6n, motricidad, concentraci6n. - Trabajo de elongaci6n en silla, acompanado de ejercicios cognitives y gimnasia, Gimnasia cerebral y cognitiva. **TALLER: PUERTAS DEL MAR** **SECTOR COLLAO** **LUNES Y MIERCOLES** - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto a traves del compas de la musica, donde trabajamos la coordinaci6n, motricidad, concentraci6n. -Ejercicios funcionales con mancuernas, que permiten trabajar la resistencia muscular. - ejercicios cognitives para mejorar la atenci6n y fortalecer su memoria. **TALLER: ALEGRIA DE VIVIR** **Martes y jueves** Pasaje 14, # 181 Villa Cap. - Calentamiento articular -Gimnasia activa con implemento. - Ejercicios de estiramientos en silla de - ejercicios cognitives para mejorar la atenci6n y fortalecer su memoria.	01/07/2026 06/07/2026 08/07/2026 13/07/2026 20/07/2026 22/07/2026 27/07/2026 29/07/2026 01/07/2026 06/07/2026 08/07/2026 13/07/2026 20/07/2026 22/07/2026 27/07/2026 29/07/2026 02/07/2026 06/07/2026 09/07/2026 13/07/2026 20/07/2026 23/07/2026 27/07/2026 30/07/2026 02/07/2026 07/07/2026 09/07/2026 14/07/2026 21/07/2026 23/07/2026 28/07/2026 30/07/2026	14:45 A 15:45 HRS 16.00 A17.30 HRS 19:30 A 20:30 HRS 18:00 A 19:00 HRS 19:30 A 20:30 HRS 18:00 A 19:00 HRS 18:00 A 19:00 HRS 19:30 A 20:30 HRS 18:00 A 19:00 HRS 19:30 A 20:30 HRS 09:00 A 10:30 HRS

TALLER: **BRISAS** DEL ANDALIEN Vicuna Mackenna # 2 poblaci6n Bernardo **O'Higgins.** **Martes y jueves** - Calentamiento articular, gimnasia activa con listones, (balones, banda elasticas o mancuernas), en el cual se trabaja la coordinaci6n, motricidad, equilibrio y fuerza -Trabajo en silla de relajaci6n y gimnasia cerebral acompafiado de juegos cognitivos.	02/07/2026 07/07/2026 09/07/2026 14/07/2026 21/07/2026 23/07/2026 28/07/2026 30/07/2026	10:30 A 12:00 HRS
TALLER: ETERNAJUVENTUD DE LOS FRESNOS. **Capilla San Alberto Hurtado #1 Los Fresnos.** **Martes - Jueves** - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinaci6n, motricidad y equilibrio, y vuelta a la calma en silla, y realizando ejercicios cognitivos, donde se estimula su concentraci6n, memoria y percepci6n. - Calentamiento articular. Ejercicios de bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinaci6n, motricidad y equilibrio, acompafiado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral y juegos ludicos. (bingo)	02/07/2026 07/07/2026 09/07/2026 14/07/2026 21/07/2026 23/07/2026 28/07/2026 30/07/2026	15:30 a 17:30 HRS 16:00 a 17:00 HRS 15:30 a 17:30 HRS 16:00 a 17:00 HRS 16:00 a 17:00 HRS 16:00 a 17:00 HRS 15:30 a 17:30 HRS 15:30 a 17:30 HRS
6° TALLER PASION OTONAL **Ines de Suarez #65 Collao** **Martes y jueves** - Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinaci6n, motricidad y equilibrio, trabajo de elongaci6n y tonificaci6n muscular en colchonetas con bandas elasticas. -Trabajo en sillas con mancuernas, para fortalecer la resistencia muscular. -Gimnasia cerebral y juegos cognitivos para terminar la clase del dfa.	02/07/2026 07/07/2026 09/07/2026 14/07/2026 21/07/2026 23/07/2026 28/07/2026 30/07/2026	17:30 a 19:00 HRS 18:00 a 19:30 HRS 17:30 a 19:30 HRS 18:00 a 19:30 HRS 17:30 a 19:30 HRS 18:00 a 19:30 HRS 17:30 a 19:30 HRS 18:00 a 19:30 HRS
		Total, 76 horas mensual

PRESTADORA DE SERVICIOS **JESSIE LANDAHUR MONSALVES**	**SINTIA LEYTON AEDO** **DIRECTORA** **DESARROLLO COMUNITARIO**	**OFICINA DE PERSONAS MAYORES** **FRANCISCO URRIOLA OLIVARES** **COORDINADOR** **OFICINA PERSONAS MAYORES** **"Ana Hernández Muños"**