

INFORME DE GESTION MENSUAL

31 MAY 2026

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): JESSFREE ENRIQUE MENDOZA CARRILLO

CARGO : MONITOR DE ACTIVIDAD FÍSICA. FECHA DE ENTREGA:

DEPENDENCIA : DIDECO

UNIDAD: Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"

Nº DECRETO : 778-DGPD-2026

FECHA DECRETO: 16/01/2026

MES A PAGAR : MAYO 2026

FECHA BOLETA: 31/05/2026

BOLETA N°: 164

ID DOC: 2171646

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HC=A
<p>-Realizar 4 talleres de actividad física, con una duración de 8 horas mensuales cada uno, abiertos a la comunidad.</p> <p>-Realizar 1 taller de actividad física, con una duración de 12 Horas mensuales, abierto a la comunidad.</p>	<p>Taller Ama Bellavista</p>		
	<p>taller realizado en general lomas bellavista, calle 2: n°1740</p>		
	<p><u>Taller enfocado en:</u></p>	05/05/2026	16:00-17:30
	<p>A - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).</p>	07/05/2026	16:00-17:30
		12/05/2026	16:00-17:30
	<p>B - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.</p>	14/05/2026	16:00-17:30
	<p>C - baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar).</p>	19/05/2026	16:00-18:00
	<p>1 - baile entretenido, técnica del baile</p>	21/05/2026	16:00-17:30
	<p>2 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p>	26/05/2026	16:00-19:00
	<p>3 - baile entretenido, técnicas del baile.</p>	28/05/2026	16:00-17:30
	<p>4 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p>		
	<p>5 - baile entretenido, técnica del baile</p>		
	<p>6 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p>		
	<p>7 - baile entretenido, técnicas del baile.</p>		
	<p>8 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p>		
	<p>LOMAS VERTIENTES Y OTOÑOS DORADOS</p>		
	<p>-gobernador Juan Henríquez 648-720.</p>	02/05/2026	14:00-15:00
	<p>-Tucapel 1770</p>	10/05/2026	14:00-15:00
	<p><u>Taller enfocado en:</u></p>	17/05/2026	14:00-15:00
	<p>1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades</p>	24/05/2026	14:00-16:00



<p>del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).</p> <p>2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.</p> <p>3 – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar)</p> <p>1 – baile entretenido, técnica del baile.</p> <p>2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p> <p>3 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p> <p>4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p> <p>Pedro Aguirre Cerda.</p> <p>Taller realizado en Balmaceda 150, concepción.</p> <p><u>Taller enfocado en:</u></p> <p>1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).</p> <p>2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.</p> <p>3 – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar).</p> <p>Taller en el cual habiendo realizado el diagnostico, se determinó que la mayoría de participantes desean aprender y entretenerse con el baile, pero manteniendo algún tipo de entrenamiento para mejorar su salud.</p> <p>1 – baile entretenido, técnica del baile</p> <p>2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p> <p>3 – baile entretenido, técnicas del baile.</p> <p>4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p> <p>5 – baile entretenido, técnica del baile</p> <p>6 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p> <p>7 – baile entretenido, técnicas del baile.</p> <p>8 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p>		
	05/05/2026	14:00-16:00
	12/05/2026	14:00-16:00
	19/05/2026	14:00-16:00
	26/05/2026	14:00-16:00
	04/05/2026	17:00-19:00
	11/05/2026	17:00-19:00
	18/05/2026	17:00-19:00
	25/05/2026	17:00-19:00



<p>Sede la independencia.</p> <p>Taller realizado en Ainavillo 1787, concepción.</p> <p><u>Taller enfocado en:</u></p> <p>1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).</p> <p>2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.</p> <p>3 - baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar).</p> <p>1 - baile entretenido, técnica del baile</p> <p>2 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p> <p>3 - baile entretenido, técnicas del baile.</p> <p>4 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p> <p>5 - baile entretenido, técnica del baile</p> <p>6 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga</p> <p>7 - baile entretenido, técnicas del baile.</p> <p>8 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.</p> <p>PARTICIPACIÓN EN APERTURA DE EVENTO EDIFICIO LA ARAUCANA 05/05/2025</p> <p>TOTAL DE HORAS: 44 HORAS MENSUALES</p>	04/05/2026	14:00-15:00
	11/05/2026	14:00-15:00
	18/05/2026	14:00-15:00
	25/05/2026	14:00-15:00


 JESSFREE MENDOZA CARRILLO
 PRESTADOR DE SERVICIOS


 FRANCISCO URRIOLA OLIVAREZ - COORDINADOR
 OFICINA DE ADULTO MAYOR "ANA HERNANDEZ MUÑOZ"


 SINTIA LEYTON AEDO
 DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO