



INFORME DE GESTION MENSUAL

[Handwritten signature]
30 JUN 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 : JUNIO 2026

FECHA BOLETA: 30/06/2026

BOLETA N°: 167

ID DOC: 2171646

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
-Realizar 4 talleres de actividad física, con una duración de 8 horas mensuales cada uno, abiertos a la comunidad. -Realizar 1 taller de actividad física, con una duración de 12 Horas mensuales, abierto a la comunidad.	Taller Ama Bellavista taller realizado en general lomas bellavista, calle 2: n°1740 <u>Taller enfocado en:</u> 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.). B - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más. 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). 1 – baile entretenido, técnica del baile 2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 3 – baile entretenido, técnicas del baile. 4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. 5 – baile entretenido, técnica del baile 6 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 7 – baile entretenido, técnicas del baile. 8 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.	02/06/2026 04/06/2026 09/06/2026 11/06/2026 16/06/2026 18/06/2026 23/06/2026 25/06/2026	16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-19:00 16:00-17:30 16:00-19:00 16:00-17:30
	LOMAS VERTIENTES Y OTOÑOS DORADOS -gobernador Juan Henríquez 648-720. -Tucapel 1770 <u>Taller enfocado en:</u> 1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades	02/06/2026 09/06/2026 16/06/2026 23/06/2026	14:00-16:00 14:00-16:00 14:00-16:00 14:00-16:00



	del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).		
	2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.	04/06/2026	14:00-16:00
		11/06/2026	14:00-16:00
	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)	18/06/2026	14:00-16:00
		25/06/2026	14:00-16:00
	1 - baile entretenido, técnica del baile.		
	2 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	3 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	4 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	Pedro Aguirre Cerda.		
Taller realizado en Balmaceda 150, concepción.			
<u>Taller enfocado en:</u>			
	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.).	03/06/2026	17:00-19:00
		10/06/2026	17:00-19:00
		17/06/2026	17:00-19:00
	2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.	24/06/2026	17:00-19:00
	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).		
	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.		
	1 - baile entretenido, técnica del baile		
	2 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	3 - baile entretenido, técnicas del baile.		
	4 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	5 - baile entretenido, técnica del baile		
	6 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	7 - baile entretenido, técnicas del baile.		
	8 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		



Sede la independencia. Taller realizado en Ainavillo 1787, concepción. <u>Taller enfocado en:</u> 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.). 2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más. 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). 1 - baile entretenido, técnica del baile 2 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 3 - baile entretenido, técnicas del baile. 4 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. 5 - baile entretenido, técnica del baile 6 - ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 7 - baile entretenido, técnicas del baile. 8 - entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. PARTICIPACIÓN EN APERTURA DE EVENTO EDIFICIO LA ARAUCANA 05/05. TOTAL DE HORAS: 44 HORAS MENSUALES	03/06/2026	14:00-1600
	10/06/2026	14:00-16:00
	17/06/2026	14:00-16:00
	24/06/2026	14:00-16:00

 JESSFREE MENDOZA CARRILLO PRESTADOR DE SERVICIOS	  JANETTE CID AEDO DIRECTORA (S) DESARROLLO COMUNITARIO	  FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA PERSONAS MAYORES "Ana Hernández Muñoz"
---	---	---