CONCEPCION

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA: 31 OCT 2026

NOMBRE CONTRATADA:	JESSIE LANDAHUR MONSALVES	CARGO: MONITORA ACTIVIDAD FISICA	RUT N° 9.393.447-4
DIRECCION	DESARROLLO COMUNITARIO	UNIDAD	Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"
N.° DECRETO	1744-DGDP-2026	FECHA 21/07/2026	2212526IDDOC
MES A PAGAR:	OCTUBRE 2026	BOLETA N° 286	FECHA: 31/10/2026

FUNCIONES SEGÚN 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	TALLER: BRISAS DENONGUEN CalleCental#165, Población Puchacay Saludo y bienvenida año 2026 Lunes Ejercicios de movilidad articular, Gimnasia de bajo impacto, fortaleciendo la coordinación, motricidad y el equilibrio. trabajo en silla, ejercicios de estimulación cognitiva. **Miércoles** Ejercicios cognitivos y Juegos Lúdicos (domino, loto o Bingo).	05/10/2026 07/10/2026 14/10/2026 19/10/2026 21/10/2026 26/10/2026 28/10/2026	14:15 A 15:45 HRS 14:15 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS 14:45 A 15:45 HRS
	TALLER: LOS LIRIOS Sede JJW# 31B Vegas de Nonguen, los Lirios. Lunes y miércoles - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto a través del compás de la música, donde trabajamos la coordinación, motricidad, concentración. - Trabajo de elongación en silla, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia, Gimnasia cerebral y cognitiva.	05/10/2026 07/10/2026 14/10/2026 19/10/2026 21/10/2026 26/10/2026 28/10/2026	16:00 A 17:45 HRS 16:00 A 17:45 HRS 16:00 A 17:45 HRS 16:00 A 17:45 HRS 16:00 A 17:45HRS 16:00 A 17:45 HRS 16:00 A 17.30 HRS
	TALLER: PUERTAS DELMAR SECTOR COLLAO LUNES Y MIERCOLÉS -Calentamiento articular, – Gimnasia bajo impacto a través del compás de la música, donde trabajamos la coordinación, motricidad, concentración. -Ejercicios funcionales. - ejercicios cognitivos para mejorar la atención y fortalecer su memoria. -	01/10/2026 05/10/2026 08/10/2026 15/10/2026 19/10/2026 22/10/2026 26/10/2026 29/10/2026	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
	TALLER: ALEGRIA DE VIVIR Martes y jueves Pasaje 14, # 181Villa Cap. - Calentamiento articular -Gimnasia activa con implemento. - Ejercicios de estiramientos en silla de - ejercicios cognitivos para mejorar la atención y fortalecer su memoria.	01/10/2026 06/10/2026 08/10/2026 13/10/2026 15/10/2026 20/10/2026 22/10/2026 27/10/2026	09:00 A 10:30 HRA

	TALLER: BRISAS DEL ANDALIE **Vicuña Mackenna** # 2 población Bernardo **O'Higgins.** Martes y jueves - Calentamiento articular, gimnasia activa con listones, (balones, bandas elásticas o mancuernas), en el cual se trabaja la coordinación, motricidad, equilibrio y fuerza -Trabajo en silla de relajación y gimnasia cerebral acompañado de juegos cognitivos. **TALLER:** ETERNA JUVENTUD DE LOS **FRESNOS.** Capilla San Alberto Hurtado #1Los Fresnos. Martes - Jueves - Calentamiento articular, Gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, y vuelta a la calma en silla, y realizando ejercicios cognitivos, donde se estimula su concentración, memoria y percepción. - Calentamiento articular. Ejercicios de bajo impacto, en el cual se trabaja, coordinación, motricidad y equilibrio, acompañado de ejercicios cognitivos y gimnasia cerebral. -Todos los jueves terminamos nuestra clase con juegos lúdico, como bingo, para favorecer la estimulación cognitiva y la socialización. **6º TALLER PASIÓN OTOÑAL** **Inés de Suárez #65 Collao** Martes y **jueves** - Calentamiento articular, gimnasia bajo impacto, en el cual se trabaja la coordinación, motricidad y equilibrio. . -Trabajo en sillas con mancuernas o bandas elásticas para fortalecer la resistencia muscular. -Gimnasia cerebral y juegos cognitivos para terminar la clase del día. **Total, 76 horas mensual**	01/10/2026 06/10/2026 08/10/2026 13/10/2026 15/10/2026 20/10/2026 22/10/2026 27/10/2026 01/10/2026 06/10/2026 08/10/2026 13/10/2026 15/10/2026 20/10/2026 22/10/2026 27/10/2026 01/10/2026 06/10/2026 08/10/2026 13/10/2026 15/10/2026 20/10/2026 22/10/2026 27/10/2026	10:30 A 12:00 HRS 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 17:30 a 19:00 HRS 18:00 a 19:30 HRS 17:30 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 A19:30 HRS

Jessie Landahur Monsalves PRESTADOR DE SERVICIOS	SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO	FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYOR ANA HERNÁNDEZ MUÑOZ