

[Handwritten signature]

07 ABR 2026

INFORME DE GESTION MENSUAL

ENTREGA DEL INFORME _____

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO : MONITORA

DEPENDENCIA : DIDECO

UNIDAD: Oficina Personas Mayores Ana Hernández Muñoz

Nº DECRETO : 753 ✓

FECHA DECRETO: 30 de marzo 2026 ✓

MES A PAGAR : Marzo 2026 ✓

BOLETA Nº : 157 ✓

FECHA BOLETA: 2026 ✓

ID DOC : 2171674 ✓

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
REALIZAR : 1 taller de Actividad Física de 12 horas mensuales.	<p>TALLER YOGA + SALUD SE REALIZA EN PEDRO DE OÑA S/N°</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ BIENVENIDAS AL TALLER .DINAMICA GRUPAL . ➤ BENEFICIOS DE LA YOGA.CONSIDERACIONES. ➤ EVALUACION FISICA CON 7 PRUEBAS. RELAJACION 	10/03/2026	15 -17 HRS.
REALIZAR : 1 Taller de Actividad Física de 8 hrs. mensuales.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ANATOMIA.SISTEMA RESPIRATORIO. EJERC.INHALACION-EXHALAC. ➤ CALENTAMIENTO PARA YOGA.SALUDO AL SOL EN SILLA Y DE PIE. ➤ EJERCICIOS PARA LAS DIVERSAS ARTICULACIONES,RELAJACION. ➤ PATOLOGIAS EN LA TERCERA EDAD. .POSTURAS .MASAJES.. ➤ SECUENCIA POSTURAS DE YOGA EN TAPETE. RELAJACION.. 	12/03/2026 17/03/2026	15-17 HRS. 15-17 HRS
	<p>TALLER DE YOGA PROFESORES .SE REALIZA EN TUCAPEL 240</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ BIENVENIDA AL TALLER.DINAMICA GRUPAL..BENEFICIOS DEL YOGA ➤ RESPIRACION CONSCIENTE..EJERCICIOS. . RELAJACION ➤ EVALUANDO MI CUERPO. TEST DIAGNOSTICO.5 PUEBAS .MASAJES. ➤ TIPOS DE RESPIRACION .NIVELES .EJERCICIOS. RELAJACION. 	19/03/2026 24/03/2026 26/03/2026 09/03/2026 18/03/2026 25/03/2026	15-17 HRS. 15-17 HRS. 15-17 HRS. 10:30-13:30 HRS 10:30-13:30.HRS 10:30-12:30 HRS
			20 HORAS MENSUALES

[Handwritten signature]
Virginia Ramirez Fuentes
Prestadora de Servicios

[Handwritten signature]
Francisco Urriola Olivares- Coordinador
Oficina Personas Mayores *Ana Hernández Muñoz*

[Handwritten signature]
Sintia Leyton Aedo
Directora
Desarrollo Comunitario