

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME:

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. VILLA NONGUÉN

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril IDDOC: 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

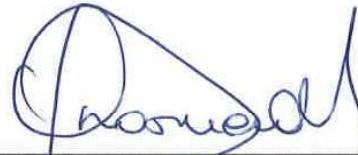
BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	05-12-24 12-12-24 19-12-24 26-12-24	11:00 a 12:30 11:00 a 12:30 11:00 a 12:30 11:00 a 12:30	Yoga suave para columna Relajación en silla Pasada de carpa ekapada a guerrero I Pasada de Guerrero I a II
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.		Total 6 horas	



INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: ESPIRAL

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-12-24	10:00 a 11:30	Serie Sakhym I,II. Repeticiones de guerrero II a trikonasana
	09-12-24	10:00 a 11:30	Pasada de guerrero II a guerrero invertido.
	16-12-24	10:00 a 11:30	Pasada de utkatasana a media luna.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	23-12-24	10:00 a 11:30	
		Total 6 horas	



INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRADO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. YOGA ABIERTO

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril IDDOC: 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	04-12-24	10:00 a 11:30	Yoga suave para columna
	06-12-24	10:00 a 11:30	Relajación en silla
	11-12-24	10:00 a 11:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	13-12-24	10:00 a 11:30	Pasada de Guerrero I a II
	18-12-24	10:00 a 11:30	Ejercicios posturales
	20-12-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de piernas de pie
	27-12-24	10:00 a 11:30	Utkatasana a guerrero I
	30-12-24	15:00 a 16:30	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 horas	


INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS


OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. J.J. VECINAL ESTERO NONGUÉN

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO: 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril **IDDOC:** 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-12-24	11:30 a 13:00	Yoga suave para columna
	05-12-24	11:30 a 13:00	Relajación en silla
	09-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	12-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a II
	18-12-24	11:30 a 13:00	Ejercicios posturales
	21-12-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de piernas de pie
	25-12-24	11:30 a 13:00	Utkatasana a guerrero I
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	28-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 horas	

INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS

OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO

SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: _____

31 DIC 2024

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: CLUB DE ADULTO MAYOR SAN REMO

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	04-12- 24	11:30 a 13:00	Serie Sakhym I,II.
	06-12-24	11:30 a 13:00	Repeticiones de guerrero II a trikonasana
	11-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de guerrero II a guerrero invertido.
	13-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de utkatasana a media luna.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	18-12-24	11:30 a 13:00	Workshop de yoga
	20-12-24	11:30 a 13:00	Guerrero de medio camino
	27-12-24	11:30 a 13:00	Detalle guerrero invertido
	30- 12- 24	13:00 a 14:30	Detalle postura mesa
		Total 12 horas	

INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS

OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. PROFETA ISAÍAS

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°:304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	03-12-24	19:30 a 21:00	Serie Sakhym I,II.
	05-12-24	19:30 a 21:00	Repeticiones de guerrero II a trikonasana
	10-12-24	19:30 a 21:00	
	12-12-24	19:30 a 21:00	Pasada de guerrero II a guerrero invertido.
	17-12-24	19:30 a 21:00	
	19-12-24	19:30 a 21:00	Pasada de utkatasana a media luna.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	24-12-24	19:30 a 21:00	
	26-12-24	19:30 a 21:00	
			Total 12 hrs

INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS

OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRADO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. CORAZONES ALEGRES

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

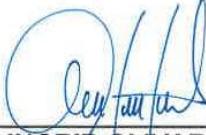
Nº DECRETO: 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES : DICIEMBRE 2024

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	04-12-24	15:00 a 17:00	Yoga SILLA COMPLETA
	11-12-24	15:00 a 17:00	Ejercicios de Sakhym 1
	18-12-24	15:00 a 17:00	Ejercicios con bandas elásticas
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	26-12-24	15:00 a 17:00	Relajación profunda en silla
		Total 8 hrs	



INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 DIC 2024

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. BRILLANDO AL SOL

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO: 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES **DICIEMBRE 2024**

BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	05-12-24 12-12-24 19-12-24 26-12-24	13:45 a 14:45 13:45 a 14:45 13:45 a 14:45 13:45 a 14:45	Serie Sakhyam I,II. Repeticiones de guerrero II a trikonasana Pasada de guerrero II a guerrero invertido. Pasada de utkatasana a media luna. Total 4 horas

INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS

OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. LAS BRUJITAS

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO: 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril **IDDOC:** 1842399

MES DICIEMBRE 2024

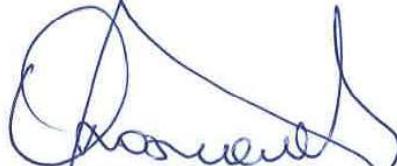
BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	03-12-24	15:00 a 16:30	Serie Sakhym I,II.
	06-12-24	15:00 a 16:30	Repeticiones de guerrero II a trikonasana
	10-12-24	15:00 a 16:30	
	13-12-24	15:00 a 16:30	Pasada de guerrero II a guerrero invertido.
	17-12-24	15:00 a 16:30	
	20-12-24	15:00 a 16:30	Pasada de utkatasana a media luna.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	24-12-24	15:00 a 16:30	
	27-12-24	15:00 a 16:30	Yoga en silla II
			12 horas



INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 DIC 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: LEUFUCHE

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO: 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

MES: : DICIEMBRE 2024

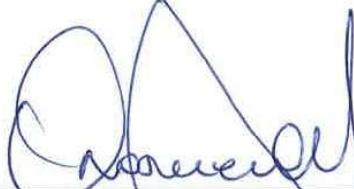
BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-12-24 05-12-24 09-12-24 12-12-24 16-12-24 19-12-24 23-12-24 26-12-24	16:30 a 18:00 16:30 a 18:00	Ejercicios para cuello y espalda Maquina de masajes en zona de cuello Ejercicios de relajación en silla Ejercicios sobre balón de pilates Ejercicios suaves para hombros Ejercicios de respiración Ejercicios en silla para espalda como torsiones Ejercicios en silla para piernas
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.			Total 12 hrs



INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
APOYO TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE ACTIVIDAD FÍSICA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: TAE FIT

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril IDDOC: 1842399

MES :: DICIEMBRE 2024

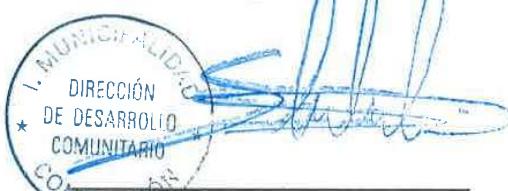
BOLETA N°: 304

FECHA BOLETA: 31-12-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	03-12-24	09:00 a 10:30	Yoga suave para columna Relajación en silla
	05-12-24	09:00 a 10:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I Pasada de Guerrero I a II
	10-12-24	09:00 a 10:30	Ejercicios posturales Ejercicios de piernas de pie
	12-12-24	09:00 a 10:30	Utkatasana a guerrero I Pasada de Guerrero I a torsión
APoyar y acompañar en actividades de la dirección de desarrollo comunitario cuando las necesidades de servicio así lo requieran.	17-12-24	09:00 a 10:30	Workshop de yoga Detalles postura mesa
	19-12-24	09:00 a 10:30	
	24-12-24	09:00 a 10:30	
	26-12-24	09:00 a 10:30	
		Total 12 hrs	

INGRID OLIVARES O.
PRESTADORA DE SERVICIOS

OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
AROY TÉCNICO DIDEKO



SINTIA LEYTON AEDO
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO