

**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. VILLA NONGUÉN

**DEPENDENCIA:** DIDECO

**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

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

  
**INGRID OLIVARES O.**  
**PRESTADORA DE SERVICIOS**

  
**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
**APOYO TÉCNICO DIDECO**

  
  
**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: ESPIRAL**

**DEPENDENCIA: DIDECO**

**UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR**

**N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399**

**MES : DICIEMBRE 2024**

**BOLETA N°: 304**

**FECHA BOLETA: 31-12-2024**

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

**INGRID OLIVARES O.**  
PRESTADORA DE SERVICIOS

**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
APOYO TÉCNICO DIDECO



**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: DIDECO**

**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**

<b>FUNCIONES SEGÚN</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
<b>MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.</b>  <b>APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.</b>	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 DIDECO



  
**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:** **DIDECO**

**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

<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
<b>MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.</b>  <b>APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.</b>	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
	28-12-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a torsión
		<b>Total 12 horas</b>	

  
\_\_\_\_\_  
**INGRID OLIVARES O.**  
**PRESTADORA DE SERVICIOS**

  
\_\_\_\_\_  
**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
**APOYO TÉCNICO DIDECO**

  
  
\_\_\_\_\_  
**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: DIDECO**

**UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR**

**N° DECRETO:701 FECHA DECRETO:18 abril 2024 IDDOC: 1842399**

**MES : DICIEMBRE 2024**

**BOLETA N°: 304**

**FECHA BOLETA: 31-12-2024**

<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
<b>MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.</b>  APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	04-12- 24	11:30 a 13:00	Serie Sakhyam 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.
	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 DIDECO



**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:** DIDECO

**UNIDAD:** CASA DEL ADULTO MAYOR

**N° DECRETO:**701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

**MES** : DICIEMBRE 2024

**BOLETA N°:**304

**FECHA BOLETA:** 31-12-2024

<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
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.	03-12-24	19:30 a 21:00	Serie Sakhyam I,II.
	05-12-24	19:30 a 21:00	Repeticiones de guerrero II a trikonasana
	10-12-24	19:30 a 21:00	Pasada de guerrero II a guerrero invertido.
	12-12-24	19:30 a 21:00	Pasada de utkatasana a media luna.
	17-12-24	19:30 a 21:00	
	19-12-24	19:30 a 21:00	
	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 DIDECO



**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. CORAZONES ALEGRES

**DEPENDENCIA:** DIDECO

**UNIDAD:** CASA DEL ADULTO MAYOR

**N° DECRETO:** 701 **FECHA DECRETO:** 18 abril 2024

**IDDOC:** 1842399

**MES** : DICIEMBRE 2024

**BOLETA N°:** 304

**FECHA BOLETA:** 31-12-2024

<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
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 ASÍ LO REQUIERAN.	04-12-24	15:00 a 17:00	Yoga SILLA COMPLETA
	11-12-24	15:00 a 17:00	Ejercicios de Sakhyam 1
	18-12-24	15:00 a 17:00	Ejercicios con bandas elásticas
	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 DIDECO

**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:** DIDECO

**UNIDAD:** CASA DEL ADULTO MAYOR

**N° DECRETO:**701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

**MES** **DICIEMBRE 2024**

**BOLETA N°:** 304

**FECHA BOLETA:** 31-12-2024

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

  
**INGRID OLIVARES O.**  
PRESTADORA DE SERVICIOS

  
**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
APOYO TÉCNICO DIDECO

  
  
**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:** DIDECO

**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

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



**INGRID OLIVARES O.**  
PRESTADORA DE SERVICIOS



**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
APOYO TÉCNICO DIDECO



**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:** DIDECO

**UNIDAD:** CASA DEL ADULTO MAYOR

**N° DECRETO:**701 **FECHA DECRETO:**18 abril 2024 **IDDOC:** 1842399

**MES:** **: DICIEMBRE 2024**

**BOLETA N°:**304

**FECHA BOLETA:** 31-12-2024

<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
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 ASÍ LO REQUIERAN.	02-12-24	16:30 a 18:00	Ejercicios para cuello y espalda
	05-12-24	16:30 a 18:00	Maquina de masajes en zona de cuello
	09-12-24		
	12-12-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de relajación en silla
		16:30 a 18:00	Ejercicios sobre balón de pilates
	16-12-24		
	19-12-24	16:30 a 18:00	Ejercicios suaves para hombros
		16:30 a 18:00	Ejercicios de respiración
	23-12-24		
	26-12-24	16:30 a 18:00	Ejercicios en silla para espalda como torsiones
		16:30 a 18:00	Ejercicios en silla para piernas
		Total 12 hrs	

**INGRID OLIVARES O.**  
PRESTADORA DE SERVICIOS

**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
APOYO TÉCNICO DIDECO



**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: DIDECO**

**UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR**

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

**MES : DICIEMBRE 2024**

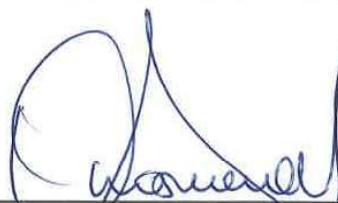
**BOLETA N°: 304**

**FECHA BOLETA: 31-12-2024**

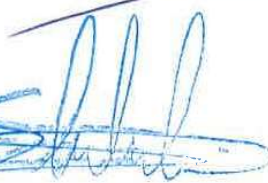
<b>FUNCIONES SEGÚN CONTRATO</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD</b>
<b>MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.</b>  APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	03-12-24	09:00 a 10:30	Yoga suave para columna
	05-12-24	09:00 a 10:30	Relajación en silla
	10-12-24	09:00 a 10:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	12-12-24	09:00 a 10:30	Pasada de Guerrero I a II
	17-12-24	09:00 a 10:30	Ejercicios posturales
	19-12-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de piernas de pie
	24-12-24	09:00 a 10:30	Utkatasana a guerrero I
	26-12-24	09:00 a 10:30	Pasada de Guerrero I a torsión
			Workshop de yoga
			Detalles postura mesa
		Total 12 hrs	



**INGRID OLIVARES O.**  
**PRESTADORA DE SERVICIOS**



**OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA**  
**AROYO TÉCNICO DIDECO**



**SINTIA LEYTON AEDO**  
**DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO**