

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°:301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

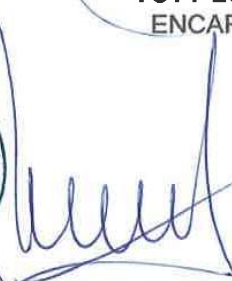
FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD. APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASÍ LO REQUIERAN.	07-11-24	13:45 a 14:45	Estiramientos de columna
	14-11-24	13:45 a 14:45	sentados y de pie.
	21-11-24	13:45 a 14:45	Equilibrio sencillo de pie
	28-11-24	13:45 a 14:45	Fuerza y equilibrio en silla
			Relajación en silla
		Total 4 horas	



FIRMA DEL TRABAJADOR/A



CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	04-11-24	10:00 a 11:30	Yoga suave para columna
	11-11-24	10:00 a 11:30	Relajación en silla
	18-11-24	10:00 a 11:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	25-11-24	10:00 a 11:30	Pasada de Guerrero I a II
			Utkatasana a guerrero I
		Total 6 horas	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD


CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 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 A CANCELAR:NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	05-11-24	11:00 a 12:30	Yoga suave para columna
	12-11-24	11:00 a 12:30	Relajación en silla
	19-11-24	11:00 a 12:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	26-11-24	11:00 a 12:30	Pasada de Guerrero I a II
		Total 6 horas	


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

NOMBRE DEL CONTRADO: 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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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 ASÍ LO REQUIERAN.	06-11-24	15:00 a 17:00	Yoga sueave en silla
	13-11-24	15:00 a 17:00	Ejercicios de Sakhyam 1
	20-11-24	15:00 a 17:00	Ejercicios con bandas elásticas
	27-11-24	15:00 a 17:00	Relajación profunda en silla
		Total 8 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°:301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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 ASÍ LO REQUIERAN.	04-11-24	16:30 a 18:00	Baile entretenido y estiramientos suaves
	07-11-24	16:30 a 18:00	
	11-11-24		Relajación profunda
	14-11-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de con bandas en silla
		16:30 a 18:00	Ejercicios con mancuernas y baile
	18-11-24		Respiración consciente.
	21-11-24	16:30 a 18:00	Ejercicios en silla.
	25-11-24	16:30 a 18:00	Ejercicios sobre pelota de pilates
	28-11-24	16:30 a 18:00	Ejercicios con Bandas elásticas en piernas
		Total 12 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD


CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

FUNCIONES SEGÚN	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.	06-11-24	10:00 a 11:30	Yoga suave para columna
	08-11-24	10:00 a 11:30	Relajación en silla
	13-11-24	10:00 a 11:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	15-11-24	10:00 a 11:30	Pasada de Guerrero I a II
	20-11-24	10:00 a 11:30	Ejercicios posturales
	22-11-24	10:00 a 11:30	Ejercicios de piernas de pie
	27-11-24	10:00 a 11:30	Utkatasana a guerrero I
	29-11-24	10:00 a 11:30	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 horas	

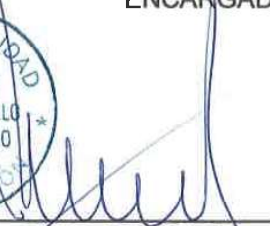


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A



TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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 ASÍ LO REQUIERAN.	04-11-24	11:30 a 13:00	Yoga suave para columna
	07-11-24	11:30 a 13:00	Relajación en silla
	11-11-24	11:30 a 13:00	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	14-11-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a II
	18-11-24	11:30 a 13:00	Ejercicios posturales
	21-11-24	11:30 a 13:00	Ejercicios de piernas de pie
	25-11-24	11:30 a 13:00	Utkatasana a guerrero I
	28-11-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 horas	



INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN

TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD


I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO

CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N°:301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	05-11-24	15:00 a 16:30	Yoga suave para columna
	08-11-24	15:00 a 16:30	Relajación en silla
	12-11-24	15:00 a 16:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	15-11-24	15:00 a 16:30	Pasada de Guerrero I a II
	19-11-24	15:00 a 16:30	Ejercicios posturales
	22-11-24	15:00 a 16:30	Ejercicios de piernas de pie
	26-11-24	15:00 a 16:30	Utkatasana a guerrero I
	29-11-24	15:00 a 16:30	Pasada de Guerrero I a torsión
		12 horas	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CÉCILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

NOMBRE DEL CONTRADO: 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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

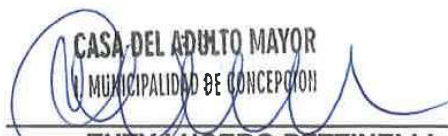
BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	06-11-24	11:30 a 13:00	Yoga suave para columna
	08-11-24 13-11-24	11:30 a 13:00	Relajación en silla
			Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	15-11-24	11:30 a 13:00	Pasada de Guerrero I a II
	20-11-24	11:30 a 13:00	Ejercicios posturales
			Ejercicios de piernas de pie
	22-11-24 27-11-24	11:30 a 13:00	Pasada de Utkatasana a guerrero I
			Pasada de Guerrero I a torsión
		11:30 a 13:00	
		11:30 a 13:00	
		Total 12 horas	



INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A



TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD




CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024


BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	05-11-24	19:30 a 21:00	Progresiones de estiramientos de Columna
	07-11-24	19:30 a 21:00	Transición de palncha a utkatasana
	12-11-24	19:30 a 21:00	Progresiones de equilibrio avanzado.
	14-11-24	19:30 a 21:00	Relajación en silla
	19-11-24	19:30 a 21:00	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	21-11-24	19:30 a 21:00	Pasada de Guerrero I a II
	26-11-24	19:30 a 21:00	Pasada de Utkatasana a guerrero I
	28-11-24	19:30 a 21:00	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 hrs	



FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME

DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

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 A CANCELAR: **NOVIEMBRE 2024**

BOLETA N°: 301

FECHA BOLETA: 30-11-2024

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.	05-11-24	09:00 a 10:30	Yoga suave para columna
	07-11-24	09:00 a 10:30	Relajación en silla
	12-11-24	09:00 a 10:30	Pasada de carpa ekapada a guerrero I
	14-11-24	09:00 a 10:30	Pasada de Guerrero I a II
	19-11-24	09:00 a 10:30	Ejercicios posturales
	21-11-24	09:00 a 10:30	Ejercicios de piernas de pie
	26-11-24	09:00 a 10:30	Utkatasana a guerrero I
	28-11-24	09:00 a 10:30	Pasada de Guerrero I a torsión
		Total 12 hrs	


INGRID OLIVARES ORTEGA
FIRMA DEL TRABAJADOR/A


CASA DEL ADULTO MAYOR
MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
TUTY LUCERO PETTINELLI
ENCARGADA DE UNIDAD


CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO(S)