

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 MAY 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: **MAYO 2024**

BOLETA N°:285

FECHA BOLETA: **31-05-2024**

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.	09-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia carpa -guerrero uno.
	16-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia carpa- gato
	23-05-24	13:45 a 14:45	asimétrico.
	30-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia Triángulo- trikonasana.
			Respiración consciente
		Total 4 horas	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 MAY 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: 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: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	06-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia carpa -guerrero uno.
	13-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia carpa- gato asimétrico.
	20-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia Triángulo- trikonasana.
	27-05-24	10:00 a 11:30	Respiración consciente
		TOTAL 6 HR	
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.			


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 MAY 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 A CANCELAR: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

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.	08-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia carpa -guerrero uno.
	15-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia carpa- gato asimétrico.
	22-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia Triángulo-trikonasana.
	29-05-24	15:00 a 17:00	Respiración consciente.
		TOTAL 8 HR	



FIRMA DEL TRABAJADOR/A



APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 MAY 2024

NOMBRE DEL CONTRADO: 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 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: MAYO 2024

BOLETA N°:285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

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.	06-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	07-05-24	11:30 a 13:00	
	13-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	14-05-24	11:30 a 13:00	
	20-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	21-05-24	11:30 a 13:00	
	27-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia equilibrio Grulla- Cigüeña -arbol.
	28-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia brazos
			Secuencia gato, gato en una pierna.
			Secuencia gato -vaca
		12 horas	Respiración consciente.


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 MAY 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 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: **MAYO 2024**

BOLETA N°:285

FECHA BOLETA:31-05-2024

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.	08-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	10-05-24	10:00 a 11:30	
	15-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	17-05-24	10:00 a 11:30	
	22-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia equilibrio Grulla-Cigüeña -arbol.
	24-05-24	10:00 a 11:30	
	29-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia brazos
	31-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia gato, gato en una pierna.
			Secuencia gato -vaca
			Respiración consciente.
		Total 12 hrs.	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 MAY 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: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA:31-05-2024

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.	06-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de estiramientos en silla
	09-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de estiramientos de pie
	13-05-24	16:30 a 18:00	Baile entretenido
	16-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios suaves de cuello
	20-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de brazos
	23-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de respiración
	27-05-24	16:30 a 18:00	Ejercicios de espalda
	30-05-24	16:30 a 18:00	Baile entretenido
		TOTAL 12 HR	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA



INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 MAY 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 2024** IDDOC: **1842399**

MES A CANCELAR: **MAYO 2024**

BOLETA N°: **285**

FECHA BOLETA: **31-05-2024**

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.	03-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	07-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	10-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	14-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia equilibrio Grulla- Cigüeña -arbol.
	17-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia brazos
	24-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia gato, gato en una pierna.
	28-05-24	15:00 a 16:30	Secuencia gato -vaca
	31-05-24	15:00 a 16:30	Respiración consciente.
		12 horas	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

31 MAY 2024

FECHA ENTREGA INFORME: _____

NOMBRE DEL CONTRATO: MARÍA INGRID OLIVARES ORTEGA

CARGO: MONITORA DE YOGA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: C.A.M. SAN REMO

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

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

MES A CANCELAR: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

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.	03-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	08-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	10-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	15-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia equilibrio Grulla- Cigüeña -arbol.
	17-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia brazos
	22-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia gato, gato en una pierna.
	24-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia gato -vaca
	29-05-24	11:30 a 13:00	Respiración consciente.
	31-05-24	11:30 a 13:00	
		Total 12 hr	



FIRMA DEL TRABAJADOR/A



APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 MAY 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 2024 **IDDOC:** 1842399

MES A CANCELAR: **MAYO 2024**

BOLETA N°:285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

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.	02-05-24	09:00 a 10:30	Baile entretenido .
	07-05-24	09:00 a 10:30	Clase de yoga, de pie y suelo
			Baile entretenido
	09-05-24	09:00 a 10:30	Localizado en suelo.
		09:00 a 10:30	Baile entretenido y bandas.
	14-05-24	09:00 a 10:30	Clase de yoga silla
	16-05-24	09:00 a 10:30	Baile entretenido y localizado
	23-05-24	09:00 a 10:30	Clase Yoga y banda elástica.
	28-05-24	09:00 a 10:30	
	30-05-24	09:00 a 10:30	
		Total 12 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: _____

31 MAY 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: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

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.	02-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	07-05-24	19:30 a 21:00	
	09-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia Guerrero Uno, dos
	14-05-24	19:30 a 21:00	Angulo y Trikonasana.
	16-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia de Carpa gato
	23-05-24	19:30 a 21:00	asimetrico
	28-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia equilibrio Grulla-
	30-05-24	19:30 a 21:00	Cigüeña -arbol.
			Secuencia brazos
			Secuencia gato, gato en una pierna.
		TOTAL 12 HR	Secuencia gato -vaca Respiración consciente.


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDECO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA