

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. BRILLANDO AL SOL

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	09-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia carpa -guerrero uno.
	16-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia carpa- gato asimétrico.
	23-05-24	13:45 a 14:45	Secuencia Triángulo-trikonasana.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	30-05-24	13:45 a 14:45	Respiración consciente
		Total 4 horas	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDEKO
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: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

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

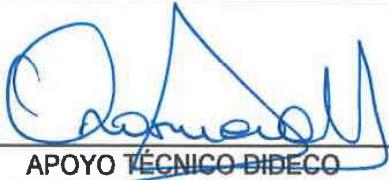
MES A CANCELAR: MAYO 2024

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 asimetrico.
	20-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia Triángulo-trikonasana.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	27-05-24	10:00 a 11:30	Respiración consciente
		TOTAL 6 HR	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDEKO
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. CORAZONES ALEGRES

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	08-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia carpa -guerrero uno.
	15-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia carpa- gato asimetrico.
	22-05-24	15:00 a 17:00	Secuencia Triángulo-trikonasana.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	29-05-24	15:00 a 17:00	Respiración consciente.
		TOTAL 8 HR	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDEKO
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: DIDEKO

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.	06-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	07-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	13-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	14-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia equilibrio Grulla-Cigüeña -arbol.
	20-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia brazos
	21-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia gato, gato en una pierna.
	27-05-24	11:30 a 13:00	Secuencia gato -vaca
	28-05-24	11:30 a 13:00	Respiración consciente.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.		12 horas	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDEKO
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. YOGA ABIERTO

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	08-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	10-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	15-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia equilibrio Grulla-Cigüeña -arbol.
	17-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia brazos
	22-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia gato, gato en una pierna.
	24-05-24	10:00 a 11:30	Secuencia gato -vaca
	29-05-24	10:00 a 11:30	Respiración consciente.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	31-05-24	10:00 a 11:30	Total 12 hrs.

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDEKO
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: LEUFUCHE

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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	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
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	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 DIDEKO
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: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	03-05-24 07-05-24 10-05-24	15:00 a 16:30 15:00 a 16:30 15:00 a 16:30	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo. Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	14-05-24 17-05-24 24-05-24 28-05-24 31-05-24	15:00 a 16:30 15:00 a 16:30 15:00 a 16:30 15:00 a 16:30 15:00 a 16:30	Secuencia de Carpa gato asimetrico Secuencia equilibrio Grulla-Cigüeña -arbol. Secuencia brazos Secuencia gato, gato en una pierna. Secuencia gato -vaca Respiración consciente.
		12 horas	

FIRMA DEL TRABAJADOR/A

APOYO TÉCNICO DIDEKO
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. SAN REMO

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	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.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	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 DIDEKO

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: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

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

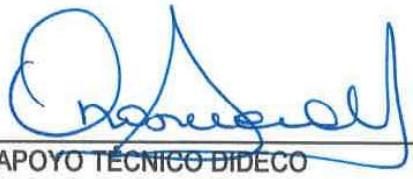
MES A CANCELAR: MAYO 2024

BOLETA N°: 285

FECHA BOLETA: 31-05-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLER DE YOGA, ABIERTO A LA COMUNIDAD.	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
	09-05-24	09:00 a 10:30	Baile entretenido
	14-05-24	09:00 a 10:30	Localizado en suelo.
	16-05-24	09:00 a 10:30	Baile entretenido y bandas.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	23-05-24	09:00 a 10:30	Clase de yoga silla
	28-05-24	09:00 a 10:30	Baile entretenido y localizado
	30-05-24	09:00 a 10:30	Clase Yoga y banda elástica.
		Total 12 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDEKO
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. PROFETA ISAÍAS

DEPENDENCIA: DIDEKO

UNIDAD: CASA DEL ADULTO MAYOR

Nº 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.	02-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia Guerrero dos- tres y angulo.
	07-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia Guerrero Uno, dos Angulo y Trikonasana.
	09-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia de Carpa gato asimetrico
	14-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia equilibrio Grulla-Cigüeña -arbol.
	16-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia brazos
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DE SERVICIO ASI LO REQUIERAN.	23-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia gato, gato en una pierna.
	28-05-24	19:30 a 21:00	Secuencia gato -vaca
	30-05-24	19:30 a 21:00	Respiración consciente.
		TOTAL 12 HR	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A


APOYO TÉCNICO DIDEKO
OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA