

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME:

30 NOV 2024

NOMBRE DEL CONTRATO: VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO: MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: "ALEGRIA EN MOVIMIENTO. GIMNASIA ADULTO MAYOR"

DEPENDENCIA:DIDECO

UNIDAD :CASA ADULTO MAYOR

N° DECRETO: 689

FECHA DECRETO: 18-04-2024

ID DOC : 18423399

MES A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

BOLETA N: 134

FECHA BOLETA : 30-11-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA ABIERTO A LA COMUNIDAD.	06-11-2024	09 -10 :30	Actividades aeróbicas con calentamiento general guiado con y sin implementos.
	08-11- 2024	09- 10:30	Series de ejercicios para mejorar movilidad articular con implemento bastón largo.
	13-11- 2024	09 -10 :30	
	15-11- 2024	09 -10 :30	
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DEL SERVICIO LO REQUIERAN.	20-11-2024	09 -10:30	-Series de ejercicios para mejorar el equilibrio y la flexibilidad.
	22-11-2024	09 - 10:30	-Activación con música de distintos ritmos
	27-11-2024	09 - 10:30	-Elongación usando pañuelos
	29-11-2024	09 - 10:30	-Trabajo en grupo con distintos implementos.Circuito.
		12 Hrs.	-Estiramiento en parejas..


FIRMA DEL TRABAJADOR/A
VIRGINIA RAMIREZ FUENTES


FIRMA ENCARGADA DE LA UNIDAD
TUTY LUCERO PETTINELLI



CECILIA SOTO RIQUELME
DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO. (S)

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 30 NOV 2024

NOMBRE DEL CONTRATO: VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO: MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA

NOMBRE ORGANIZACIÓN: YOGA + SALUD. LORENZO ARENAS.

DEPENDENCIA: DIDECO

UNIDAD : CASA ADULTO MAYOR

N° DECRETO: 689

FECHA DECRETO: 24-01-2024

ID DOC : 1842399

MES A CANCELAR: NOVIEMBRE 2024

FECHA BOLETA. 30-11-2024

BOLETA N°: 134

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA ABIERTO A LA COMUNIDAD.	05-11-2024	15-16:30	-Calentamiento para Yoga realizado en silla y en posición de pie con 6 posturas.
	07-11-2024	15-16.30	-Practica en grupo de 4 personas ejercicios respiratorios de inhalación y exhalación.
	12-11-2024	15-16:30	-Ejercitan en el tapete saludo a la luna con 5 posturas.
	14-11-2024	15-16:30	-Retroalimentacion de posturas de equilibrio, flexibilidad y fuerza.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DEL SERVICIO LO REQUIERAN.	19-11-2024	15-16:30	-Practican esquema de yoga-dance.
	21-11-2024	15-16:30	-Ejecutan posturas de yoga en el suelo. Relajación- Visualización.
	26-11-2024	15-16.30	
	28-11-2024	15-16:30	
		12 hrs	



 VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

 FIRMA DEL TRABAJADOR/A



 CASA DEL ADULTO MAYOR

 MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN

 TUTY LUCERO PETTINELLI

 FIRMA ENCARGADA DE LA UNIDAD



CECILIA SOTO RIQUELME

 DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO (S)