

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 AGO 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: AGOSTO 2024

BOLETA N: 126

FECHA BOLETA : 31-08-2024

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-08-2024	09 -10 :30	Actividades aeróbicas con calentamiento general guiado con y sin implementos.
	07-08- 2024	09- 10:30	Serials de ejercicios para mejorar movilidad articular con implemento bastón largo.
	09-08- 2024	09 -10 :30	Ejercicios de flexibilidad con bandas,elástico y pañuelos.
	14-08- 2024	09 -10 :30	Ejercicios con implemento mancuernas de 500grs.Serial para brazos.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DEL SERVICIO LO REQUIERAN.	21-08-2024	09 –10:30	Trabajo en silla para mejorar tronco y piernas.
	23-08-2024	09 – 10:30	Serial con bastones en grupos.
	28-08-2024	09 - 10:30	Relajación.
	30-08-2024	09 - 10:30	
		12 Hrs.	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A
VIRGINIA RAMIREZ FUENTES


FIRMA ENCARGADA DE LA UNIDAD
TUTY LUCERO PETTINELLI


ALDO MARDONES ALARCÓN
DIRECTOR DESARROLLO COMUNITARIO

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME: 31 AGO 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: AGOSTO 2024

FECHA BOLETA. 31-08-2024

BOLETA N°: 126

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD
MONITORA DE TALLERES DE ACTIVIDAD FISICA ABIERTO A LA COMUNIDAD.	02-08-2024	15-16:30	Ejercicios Respiratorios de inhalación y exhalación en 4 tiempos-2 para retener y 4 t para exhalar.
	06-08-2024	15-16:30	
	09-08-2024	13-14:30	*La flor*-*El vaso*-*El leñador* *Candelabro* y Árbol crece*
	13-08-2024	15-16:30	Evento de Mateada.
APOYAR Y ACOMPAÑAR EN ACTIVIDADES DE LA DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO CUANDO LAS NECESIDADES DEL SERVICIO LO REQUIERAN.	20-08-2024	15-16:30	Calentamiento en silla y posición de pie para posturas de yoga.
	22-08-2024	15-16:30	
	27-08-2024	15-16:30	En esterilla y en forma grupal y luego individual posturas de equilibrio :árbol 1-árbol 2-
	29-08-2024	15-16:30	*águila* *paloma* Posturas de flexibilidad: *montaña* *pinza* Posturas de fuerza: *cactus* *diosa* .Visualización.
		12 hrs	


FIRMA DEL TRABAJADOR/A
VIRGINIA RAMIREZ FUENTES


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


I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO
ALDO MARDONES ALARCÓN
DIRECTOR DESARROLLO COMUNITARIO