



DIDECO
Dirección de Desarrollo Comunitario

CERTIFICADO

NICOLAS KRUGER KRUGER, DIRECTOR DE LA DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO, viene a certificar en conformidad a los servicios prestados en esta dirección correspondiente al mes de Julio del año 2026, bajo el marco de la Oficina de Adulto Mayor, al siguiente prestador:

-CLAUDIO HORACIO ZÚÑIGA OSORES

- Rut: [REDACTED]

Se extiende el presente certificado, para cursar el pago correspondiente al mes de Julio del año 2026.



DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO



DIDECO

Dirección de Desarrollo Comunitario



INFORME
OFICINA ADULTO MAYOR
MES DE JULIO AÑO 2026

Claudio Zuñiga Osoreo

Kinesiólogo



De acuerdo con la gestión encargada mediante contrato de honorarios suscritos con la Municipalidad de Padre Hurtado, Dirección de DIDECO se ha encomendado los siguientes cometidos para el año 2026:

Cometidos:

- Desarrollar instancias educativas dentro del taller sobre hábitos de vida saludables, abordando temáticas relacionadas con la importancia de la actividad física regular, el autocuidado, la prevención de lesiones y la promoción de bienestar integral, con el objetivo de fomentar una mejor calidad de vida y envejecimiento activo en los participantes.
- Ejecutar talleres de actividad física en los distintos clubes de adulto mayor de la comuna, orientados a promover el movimiento, la movilidad articular y el fortalecimiento físico de las personas mayores, considerando ejercicios adaptados a sus condiciones y capacidades.
- Participar de las diversas reuniones de organizaciones y coordinación que requiera la oficina del adulto mayor
- Generar informe mensual que deje en evidencia las actividades realizadas, acompañado de las respectivas imágenes y listas de asistencia.

- **Comunico a usted que durante el mes se han realizado las siguientes gestiones y acciones que responden al cometido antes descrito:**

1- Durante el mes de julio se da inicio al taller de prevención cardiovascular con mención de fuerza muscular y actividad articular, para personas mayores en las distintas sedes comunales. En este contexto, se desarrollan instancias educativas orientadas a la promoción de hábitos de vida saludable, abordando temáticas como la importancia de la actividad física regular, el autocuidado, la prevención de lesiones y el mantenimiento de la funcionalidad. Asimismo, se realizan charlas educativas sobre los procesos propios del envejecimiento, considerando aspectos fisiológicos y la presencia de patologías osteomusculares, junto con el manejo de alteraciones biomecánicas, con el propósito de favorecer el bienestar integral, la autonomía y una mejor calidad de vida en los participantes.

2- 2/07 - 30/07

Club Santa Teresa de los Andes:

- Durante el mes de julio, se inició el taller de prevención cardiovascular con mención en fuerza muscular con trabajo de EESS bilateral y EEII bilateral, movimientos de rangos articulares y propioceptivos, fuerza muscular con enfoque de mayor impacto en EEII bilateral para lograr mayor equilibrio y estabilizar marcha
- Se realizaron charlas de autocuidado en cuanto al trabajo respiratorio, y cardiometabólico, mejoramiento de la mecánica ventilatoria, manejo de signos vitales ejercicios respiratorios (enseñanza sala ERA). Manejos de riesgos de caídas.
- **El jueves 16-07 de julio se suspende taller por temas climático, intensidad de lluvias.**
- El siguiente taller fue realizado con el fin de fortalecer la musculatura a través de ejercicios aeróbicos tanto de extremidad superior como inferior, ejercicios de activación y estabilización de la muscular de cintura escapular y manguito rotadores, cintura pélvica y estabilización lumbo pélvica con trabajo funcional y muscular de extremidad inferior, manejo de equilibrio dinámico y marcha

05

3/07 - 31/07

Club Vínculos Sociales

- Durante el mes de julio, se inició el taller de prevención cardiovascular con mención en fuerza muscular con trabajo de EESS bilateral y EEII bilateral, movimientos de rangos articulares y propioceptivos, fuerza muscular con enfoque de mayor impacto en EEII bilateral para lograr mayor equilibrio y estabilizar marcha
- Durante el segundo taller se realizaron los siguientes, trabajo, manejo propioceptivo de EEII bilateral, fortalecimiento de musculatura de extremidad inferior , donde reforzamos la postura global con ejercicios dinámicos involucrando marchas laterales en conjunto.
- **Viernes 17-07 se suspende taller por motivos de clima, intensidad de lluvias.**
- Se realiza convivencia y auto cuidado con los usuarios del club adulto mayor vinculo social
- **Participar de las diversas reuniones de las organizaciones y coordinación que requiera la Oficina del Adulto Mayor:**

FECHA	TIPO DE ACTIVIDAD
	No se realizo actividad de apoyo

Claudio Zuñiga Osorez
Kinesiólogo



Lista de Asistencia Talleres OFAM

Dirección: Son [redacted]

Apellidos

Monitoría:

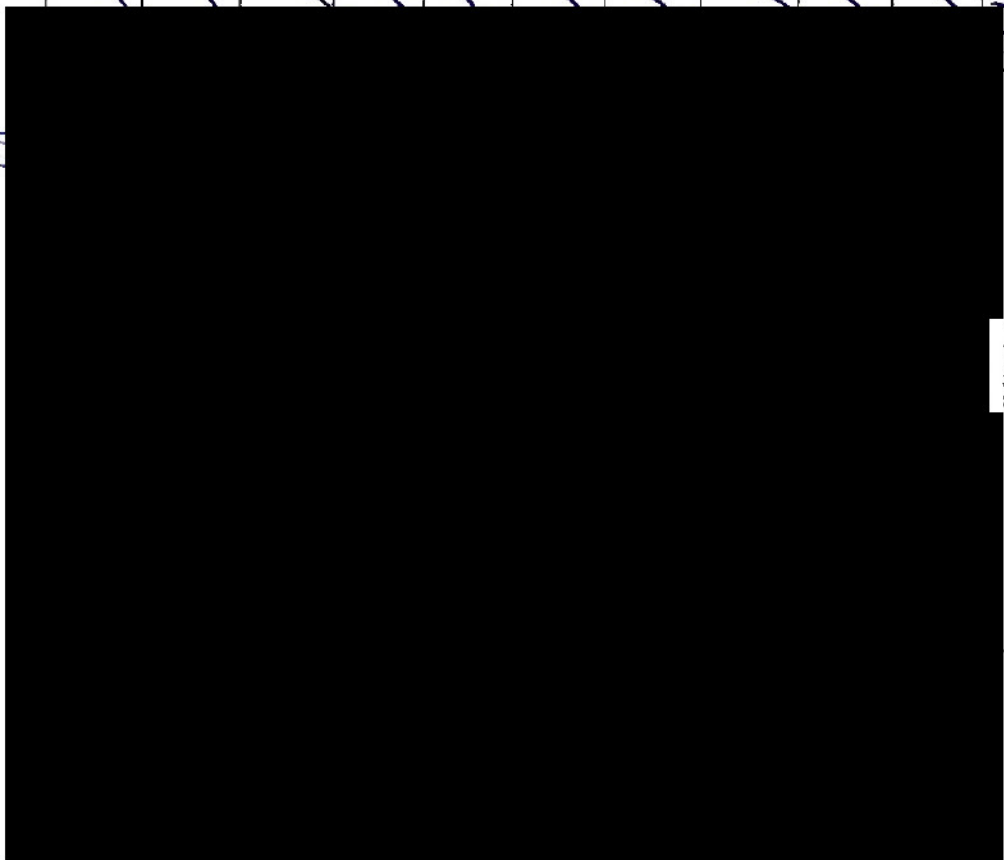
Clasificación

Mes-Año:

Firma

Nombre y Apellido	Asistencia Días				
	2/07	9/7	16/7	23/07	30/7
Iris Jara	✓	✓		✓	✓
maire lucas	✓	✓		✓	✓
Lucas como	✓	✓		✓	✓
maire lucas	✓	✓		✓	✓
maire noires fute	✓	✓		✓	✓
Abdul valdes ro.	✓	✓		✓	✓
mo. Amparo perez.	✓	✓		✓	✓
Blanca campos	✓	✓		✓	✓
maire olivero	✓	✓		✓	✓
maire oja	✓	✓		✓	✓

Fuente



25



Lista de Asistencia Talleres OFAM

Dirección: Santa Fe de los Andes

Asistencia Dias

Nombre y Apellido

2/07 9/7 16/7 23/7 30/7

Mes-Año:

Firma

Juan Trigueros	✓	✓		✓	✓
Juan Alvarado	✓	✓		✓	✓
Marta Contreras	✓	✓		✓	✓
Mrs Jose	✓	✓		✓	✓
Mrs Coronado	✓	✓		✓	✓
Norma Obos	✓	✓		✓	✓

[Redacted Signature Area]



Lista de Asistencia Talleres OFAM

Dirección: Vimalta Secuela

[Redacted]

[Redacted]

Mes-Año:

Firma

Nombre y Apellido	Asistencia Días					Mes-Año:	Firma
	3/7	10/7	12/7	24/7	31/7		
Mme Ortega	✓	✓		✓	X	[Redacted]	[Redacted]
Midala Lopez Olvera	✓	✓		✓	X		
Tolentino silve.	✓	✓		✓	✓		
Dna moja	✓	✓		✓	X		
Boticario tavis	✓	✓		✓	✓		
Mene Reyes Concha	✓	✓		✓	✓	[Redacted]	[Redacted]





