



PUERTO MONTT, septiembre 2026.

CERTIFICADO

El SR. FERNANDO ORELLANA PÉREZ que suscribe y certifica que el Doña YASNA MARÍA ALVARADO VILLARROEL, Rut: 15.757.594-5, ha cumplido satisfactoriamente con las funciones encomendadas en Convenio Honorarios Municipal de fecha 30 de diciembre de 2025, correspondiente al mes de septiembre del 2026.

Se extiende el presente certificado para la cancelación de los honorarios correspondientes al mes de septiembre del 2026, según boleta de honorario N° 101, del 30 de septiembre del 2026.


FERNANDO ORELLA PÉREZ
ADMINISTRADOR MUNICIPAL

INFORME DE TRABAJO REALIZADO MES DE SEPTIEMBRE DEL 2026.

Puerto Montt, septiembre del 2026.

1. IDENTIFICACION DE CONTRATADO	
NOMBRE COMPLETO	YASNA MARIA ALVARADO VILLARROEL
RUT	15757594-5
CALIDAD JURIDICA	HONORARIO MUNICIPAL
ASIMILADO AL GRADO	10
AREA DE DESEMPEÑO	OFICINA TERRITORIAL MIRASOL
FUNCION (Profesional, Técnico , Experto)	PROFESIONAL

2. FUNCIONES SEGÚN CONTRATO
A) Elaborar 12 planes de sesión anuales (uno por mes) para diferentes grupos etarios: cada plan debe incluir objetivos específicos, materiales, tiempos, indicadores de logro y formatos de registro.
b) Ejecutar 48 sesiones demostrativas (4 por mes) en distintos sectores, con registro de asistencia y ficha de observación técnica por sesión.
c) Desarrollar 12 instrumentos de evaluación durante el mes de enero 2026 (registro de asistencia, escala de satisfacción, hoja de progreso individual, indicadores de desempeño) y capacitar (sesión técnica) a 12 monitores locales en el uso de instrumentos.
d) Producir 1 informe trimestral que incluya indicadores cuantitativos (participaciones, asistencia mensual, % cumplimiento de objetivos) y recomendaciones operativas de mejora metodológica.

3.- ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL MES Y MEDIO VERIFICACION

ACTIVIDADES CUMPLIDAS EN EL MES		MEDIO VERIFICACION
<ul style="list-style-type: none">Taller acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°1. 1.1 Imagen del taller 3 Septiembre 2026 1.2 Listas de asistencia.	
<ul style="list-style-type: none">Taller de baile entretenido del adulto mayor.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°2. 2.1 Imagen del taller 4 de septiembre 2026. 2.2 Listas de asistencia.	
<ul style="list-style-type: none">Taller de de Yoga en conjunto con Desam.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°3. 3.1 Imagen del taller 9 de septiembre 2026. 3.2 Listas de asistencia	
<ul style="list-style-type: none">Taller de baile entretenido del adulto mayor.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°4. 4.1 Imagen del taller 9 de septiembre 2026. 4.2 Listas de asistencia	
<ul style="list-style-type: none">Taller acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°5. 5.1 Imagen del taller 10 de septiembre 2026. 5.2 Listas de asistencia	
<ul style="list-style-type: none">Taller acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°6. 6.1 Imagen del taller 15 de septiembre 2026. 6.2 Listas de asistencia	
<ul style="list-style-type: none">Taller de baile entretenido del adulto mayor.	<ul style="list-style-type: none">Anexo N°. 7.1 Imagen del taller 16 de septiembre 2026. 7.2 Listas de asistencia	



<ul style="list-style-type: none">• Taller acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none">• Anexo N°8. 8.1 Imagen del taller 17 de septiembre 2026. 8.2 Listas de asistencia
<ul style="list-style-type: none">• Informe de Encuesta de satisfacción	<ul style="list-style-type: none">• Anexo N°9. 8.1 Informe detallado de encuesta de satisfacción de usuarias que participan de los talleres, aleatorio
<ul style="list-style-type: none">• Encuestas de satisfacción.	<ul style="list-style-type: none">• Anexo N°10. 8.1 Encuestas de satisfacción de usuarias que participan de las actividades físicas en la oficina territorial de Mirasol.

FIRMA CONTRATADO/A

NOMBRE: YASNA MARIA ALVARADO VILLARROEL

RUT: 15757594-5



FIRMA ADMINISTRADOR MUNICIPAL

NOMBRE: FERNANDO JAVIER ORELLANA PÉREZ

RUT: 12.433.273-7



V°B° ENCARGADO/A REVISION INFORME

NOMBRE: JUAN ANDRES PALMA BARRÍA

RUT: 17.891.257-7

V°B° OFICINA DE HONORARIOS/DPTO. DE PERSONAL

NOMBRE:

RUT:

ANEXOS.

Anexo N°1:

Imagen taller de acondicionamiento físico, 03 septiembre 2026.



1.1 Se adjunta lista de asistencia 03 de septiembre 2026.



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Acondicionamiento Físico

FECHA/HORA: 03 Septiembre 2020 LUGAR: Delegación Mirasol
09:00 - 10:30 hrs

NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1 Jacquelín Díaz	12308779 K	927058840			Jacquelín Díaz
2 Valerika Benavides	14016933-0	93575031		Mirasol	Valerika Benavides
3 Marianna Saez A.	9.086515-8	982583713			Marianna Saez A.
4 Delacucha Riquelme	11.678.274-K	966385460		Mirasol	Delacucha Riquelme
5 Elena Louzales R.	5667992-8	987439853		Mirasol	Elena Louzales R.
6 Ximenes Campos E.	8973914-6	97753804		Mirasol	Ximenes Campos E.
7 Marcela Ulloa	10586500-2	906345685			Marcela Ulloa
8 Leon Urrutia Z	15.288.820-2	68304244		Mirasol	Leon Urrutia Z
9 Ada Bonavia	9.343.662-8	68350071		Mirasol	Ada Bonavia
10 Paulina Yoya B	17.298.403-6	68350071		Mirasol	Paulina Yoya B

Celia Corrales
JESSICA DEL C. HERNANDEZ
Ines Bravo

17863502-6 976010478
16.523.493-3 966288120
10581502-3 96122107

Mirasol
Tinao
Mirasol

[Signature]



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
Monica Buitrago	10809842-2	981814863		Mirasol	[Signature]
Elvira Quel Cerecero	8301860-5	91600224		Mirasol	[Signature]
Thaídel Maldonado	10.405.6776	961590321		-	[Signature]
Jenny Cardenas S	10.006629	991240643		-	[Signature]
Luisela Guevara	13.164.232-6	952478577		Mirasol	[Signature]
Yvona Vera Vango	13.868.702-5	882904126		Mirasol	[Signature]
Flores Ruiz	11.714.627-7	83565467		" "	[Signature]
Karina Cardenas	15.300.562-1	93564543		Mirasol	[Signature]
Marta Ruiz	14291498-2	946649538		" "	[Signature]
Kristine Diaz	10519846-9	979684128			[Signature]

10/11/2014

10:11:48 - 3

953667631

Mirasol

[Signature]



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Rosa Jara Burgos	71488919	981321902		Mirasol	
2	Isabel Salazar	69182331	—		Mirasol	
3	Patricia Solis J.	7135450-4	96226218		Mirasol	
4	Mercedes Beldiñat	79.08665751889	450441		Mirasol	
5	Miriam Solar	7461651-8	72914836		Mirasol	
6	Ortiz Rey P.	11.214.960-9			Mirasol	
7	Aurilia Flinval	413873370	53333685		Mirasol	
8						
9						
10						

Anexo N°2:

Imagen taller de baile entretenido adulto mayor, 04 septiembre 2026.



2.1 Se adjunta lista de asistencia 04 de septiembre 2026.



Puerto Montt

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Baile Entretenido A. Mayor

FECHA/HORA: 4 Septiembre 2024

LUGAR: Delegación Mirasol

15:00 - 16:30 hrs

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Maria Encino Muñoz	5351810-9	954943238		Mirasol.	
2	Ruth Vera Ciel	5987.194-3	982966860		Mirasol	
3	Mirtha Paredes M	8190238-K	85205938		Mirasol	
4	Mari Reyes B.	8291448-K	985767608		Mirasol.	
5	Jose Fou Barrios	8574169-1	96134010		"	
6	Jose Reyes R.	9086136-0	952112128.		"	
7	Juan Carlos ?	8309412-6	984233800		"	
8	Jose Carlos ?	9382131	98384000			
9	Silvia Vargas de	7590001-5	9941123214		11	
10	Rosa Vera Burgos	71488918	981321992		Mirasol	



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Luisa Reyes	7792683-6	998368656		Mirasol	
2	Cecilia Puentes	8018429-8	59221310		Mirasol	
3	Yolanda Pineda	8603432-8	983999531		11	
4	Manoel Abascal	8.5262181	996846899		Mirasol	
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Anexo N°3:

Imagen taller de Yoga, 09 de septiembre 2026.



3.1 Se adjunta lista de asistencia 09 de septiembre 2026.



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Yoga

FECHA/HORA: 9 septiembre 2026
17:00 - 18:00 hrs

LUGAR: Delegación Tirasol

NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1 Flore Almune Almune	9126.643.2	983024983		Tirasol	
2 Mariana Elena Pein Rios	71314308	67852939			
3 YENNY REYES SOTO	115035867	944926905		MIRASOL	
4 Eliana Mendoza	10.465.9985	985591163		Mirasol	
5 Jessica Colorado L.	9.842.8247	948428631			
6 Luis VILABRERA	83.5637-8	9-75822630		MIRASOL	
7 Elbio Damián R	7.971.854-4	943864290		Mirasol	
8 Ruth Fariña González	56690786	944149623		Mirasol	
9					
10					



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
Yvonia de la Cruz	8.603432-8	9183999531	gub.200700	Mirasol	[Signature]
María Sotomayor Pilla	9.323.300-*	993223800		Mirasol	[Signature]
Angel Guinio Ayula	6.515.037-*	951233197		Mirasol	[Signature]
Luminanda Riquelme	5980506-1	997410548		Mirasol	[Signature]
María Reyes Quinchay	8291448-*	985362608		Mirasol	[Signature]
María Uñibe Soto	10.136.502-69	77645942		Mirasol	[Signature]
ROTH HARRET B	7980867-9	77908869		Mirasol	[Signature]
Cirilenzo PACHECO R	1632562-6	77908869		Mirasol	[Signature]

Anexo N°4:

Imagen taller de baile entretenido adulto mayor, 09 de septiembre 2026.



4.1 Se adjunta lista de asistencia 09 de septiembre 2026.



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: BAILE EN TUNETZU 1 DO

FECHA/HORA: 15:00

LUGAR: Delección Tunasol

9 septiembre 2026

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Elija Bonnia P	7.941.954.442384290			Mirasol	
2	Yenny Reyes Soto	11503586-K	944926905		Mirasol	
3	Yolanda Cordero	8603432-8	983999531		11	
4	Silvia Vargas L.	7590001-S	911232114		11	
5	Flore Jimenez	9426643-2	983024833		-	
6	Marta Uribe Soto	10.136.502-6	77645942		Mirasol	
7	Ana Borda	6.9389	13 11		Mirasol	
8	Eliana Mendoza	10465.998-5			Mirasol	
9	Rosa Vero B	7148891-3	981371907		Mirasol	
10	Juana Ordaz	8309412-6	984733809		Mirasol	

22



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
Elia Bonis R	1.8719544	973864290	/	Mirasol	E Bonis
Silvia Lavarelle	7590001-5	971123214	/	Mirasol	S Lavarelle
Maná Uribe Soto	10.136.502-6	77645942	/	Mirasol	M Uribe
Esther Mucada	20.038879-8	983999531	/	"	E Mucada
Isabella Quintanilla	8603432-8	983999531	/		
Olivia Contreras	7294768-1	82671108	/	Mirasol	O Contreras
Felipe Ros	11.711627	83565162	/	Mirasol	F Ros

Anexo N°5:

Imagen taller de acondicionamiento físico, 10 de septiembre 2026.



5.1 Se adjunta lista de asistencia 10 de septiembre 2026.



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Acondicionamiento Físico

FECHA/HORA: 10 septiembre 2026

LUGAR: Delegación Mirasol

09:00 - 10:30 hrs

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCION	SECTOR	FIRMA
1	XIMENA CAMPOS E	9.1173914-L	97753804	XAMUNACAT.COM	MIRASOL	
2	SONIA MONTE	8.328.330-4	975007336	SONACAT.COM	MIRASOL	
3	Jorge Díaz	12308129-F	922058844		MIRASOL	
4	Marcela Jara	1.556824-6	924493607		MIRASOL	
5	Marcela Urrut	10580508-2	996345685		MIRASOL	
6	Delfo Díaz P.	11.214.9160-F			MIRASOL	
7	Marlene Jara F	9.08615-8	988583757		MIRASOL	
8	Silvia Jara G	7590001-5	9941232141		MIRASOL	
9	Delia Jara Riquelme	11678234-4	966385460		MIRASOL	
10	Elaine Zúñiga	13527983-0	9446552000		MIRASOL	



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCION	SECTOR	FIRMA
1	Matus Perez	17241498-2	946648338	/	Mirasol	
2	Eda Diaz	11.7146275	983565462		Mirasol	
3	Paula Robledo	11.023129-7			Mirasol	
4	Krueue Diaz	105193469	818681127			
5	Lucy Ovando	10741463	53667631		Mirasol	
6	Jessica Huez	13.523883-3	96628312	/	Mirasol	
7	Celia Lopez	17863526	97601043		Mirasol	
8	Eugenia Vilhena	12.246194-			Mirasol	
9						
10						

Anexo N°6:

Imagen taller de acondicionamiento físico, 15 de septiembre 2026.



6.1 Se adjunta lista de asistencia 15 de septiembre 2026.



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Atendimiento Tráfico

FECHA/HORA: 15 septiembre 2026 LUGAR: Deposición Mirasol

09:00 - 10:30 hrs

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Ximenes Campos Espinoza	9473644-6	97773804	XimenesCamposEspinoza	MIRASOL	
2	Sonia Monte	8.327333-4	995005336	SoniaMonte15@gmail.com	MIRASOL	
3	Jorge Luis Diego	12308179-1	927058840		MIRASOL	
4	Glenn Gaudes R.	5667992-8	987739857		MIRASOL	
5	Marcela Olve	10586508-2	996345685		-	
6	Marlene Jansen F	9086915-8	982883375		✓	
7	Valerka Benavides	14016973-0	933555641		MIRASOL	
8	Yovana Vera Vargas	13.968101-5	9982909126		MIRASOL	
9	Silvia Vargas C	7590001-5	994123214		MIRASOL	
10	Yovana Benavides	10.809842-2	98814863		MIRASOL	



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCION	SECTOR	FIRMA
1	Jenny Cárdenas S.	10.0076328	907200443		Mirasol	
2	ODETE DIAZ R.	11.2179604	-	-	Mirasol	
3	Kenneth Ariag	105193467	979817227		Mirasol	
4	Karine Ealdines	15300.562-1	93564543		Mirasol	
5	Elisaveth Huel	8301860-7	96002624		Mirasol	
6	Jessica Henríquez	13.523883	966288120		Mirasol	
7	Celio Callejero	178635020	976010478		Mirasol	
8	Mailei Oyeda	14445446-4	64679679		Mirasol	
9	Juan Barros	105815023	96127102		Mirasol	
10	Ornela Delalucio	11083189-7	886033634		Mirasol	

Eugenia Vilbarral

12.34101943 85569691

Mirasol

Anexo N°7:

Imagen taller de baile entretenido adulto mayor, 16 de septiembre 2026.



7.1 Se adjunta lista de asistencia 16 de septiembre 2026.



Puerto Montt



"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

Baile Entretenido A. Mayor

FECHA/HORA: 16 septiembre 2026 LUGAR:

Delegación Tiracol

15:00 - 16:30 hrs

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Susana Alameda	863432-8	883999531		Mirasol	
2	Zoile Tolpin #1	5.53333456	45533345		Mirasol	
3	Elvira Barria	7.921551-5	933849206		Mirasol	
4	Rosa Vera B	7.1488881-8	88137190		Mirasol	
5	Maria Huenuke F. H	11.7127818	840920134		Mirasol	
6	Lucy Colbop	7.852566-6	463506689		Mirasol	
7	Elisa Lillo D	8.197611-6	883146403		Mirasol	
8	Glavia Bander	8.574165-1	811340153		Mirasol	
9	Julie Puente	8.603432-8	8832088315		Mirasol	
10	Gladya mensilla	10.7127818	840920134		Mirasol	



Puerto Montt

Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Stuvia Jefe	8.836.480.9	9144 6684		Mirasol	
2	Seine Reyes	80861360	95247128		Mirasol	Seine Reyes
3	Lucy Colbique Villa	79525065	998635066		Mirasol	Lucy Colbique Villa
4	Blanca Mas Silva	11712788	940920134		Mirasol	
5	Genesis Urra Urra	21.247.657-9	983068174		Mirasol	
6	Jessica Hernandez	13.523.883-3	96028920		Mirasol	
7	Ria Gonzalez	24243304-1				Ria Gonzalez
8						
9						
10						

Anexo N°8:

Imagen taller de acondicionamiento físico, 17 de septiembre 2026.



8.1 Se adjunta lista de asistencia 17 de septiembre 2026.



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD: Atendimiento Físico

FECHA/HORA: 17 Septiembre 2026

LUGAR: Delegación Tirasol

09:00 - 10:30 hrs.

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Adela Patricia H.	9343.662-8	968350071		Mirador	Adela Patricia
2	Alfaro Ruiz	91241498-2	946649338		"	Alfaro Ruiz
3	Yerema Vera Chang	15668.202-5	382200476		"	Yerema
4	Zuñivel Zambrano	10.4056776	961510321		"	Zuñivel
5	Yasine Evidena	15.300.567-1	93564543		"	Yasine
6	Andrés Salazar	1591795.0	998940372		"	Andrés
7	Flores Ruiz	11.7146277	983585462		"	Flores
8	Michael Pacheco	11.083189-7	98603361		"	Michael
9	Yvonne Diaz	105198469	971681128		"	Yvonne
10	Valerie Becerra	140165030	93575569		"	Valerie

Jessica Hernandez

13.523.993-3 966288120



Puerto Montt



Oficina Territorial
Mirasol

"REGISTRO DE ASISTENCIA"

ACTIVIDAD:

FECHA/HORA:

LUGAR:

	NOMBRE Y APELLIDOS	RUN	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO Y/O DIRECCIÓN	SECTOR	FIRMA
1	Ximenes Campos Espinoza	9413044-6	917713804		Mirasol	
2	SOLIA Montt	83213304	995005336		Mirasol	
3	eliano Toledo	13522983-0	940552000		"	
4	Oleandra Fiquiera	1167874-K	966385466		Mirasol	
5	Elena Lavezos	56679928	98739853		Mirasol	
6	Marcela Ulve	10586508-2	996345685		-	
7	Silvialvarado de	7590001-5	994123911		111	
8	Hénica Rantoumanti	10809242-2	981844863		Mirasol	
9	Paulina Vega B	17.239.2034	96835004		Mirasol	
10	Eliseo Abel Torres	8301860-K	96002681		Mirasol	

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☒ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☐	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☐	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El número de personas que forman el grupo ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El tipo de ejercicios que se realizan ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La variedad de ejercicios ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La duración de las sesiones (1h.) ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Excelente.

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Isabel Solís

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☒	☐	☐	☐	☐

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☒	☐
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☒	☐
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☒	☐
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☒	☐
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☒	☐

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Nada

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

- ☐ Malo
- ☐ Aceptable
- ☐ Excelente
- ☒ Bueno

Nombre: Paulina y su

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☒ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

TODO BIEN SE PODRÍA AÑADIR MÁS IMPLEMENTOS

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: JESSICA DEL C. HERNÁNDEZ

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☒ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El número de personas que forman el grupo ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El tipo de ejercicios que se realizan ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La variedad de ejercicios ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La duración de las sesiones (1h.) ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

- ☐ Malo
- ☐ Aceptable
- ☒ Excelente
- ☐ Bueno

Nombre: Karina Puidenas Catalán

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Más días de actividad

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Marcelo Ulloa

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	☒ 5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Mas días de actividad física

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

- ☐ Malo
- ☐ Aceptable
- ☒ Excelente
- ☐ Bueno

Nombre: Miracle June.

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☒ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☒ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☐ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	☒ 5 Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Mas días de actividad.
mejor piso de baño

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☐ Excelente

☒ Bueno

Nombre: E. Marlene Sanga Abanto

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☒ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones ☐ ☐ ☐ ☒ ☐

El número de personas que forman el grupo ☐ ☐ ☐ ☒ ☐

El tipo de ejercicios que se realizan ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La variedad de ejercicios ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La duración de las sesiones (1h.) ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

mas dias a la semana y otros horarios.

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Karin Wever Rivera.

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☒ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☒		☐	☐	☐	☐	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☐	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☐	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☐	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☒	☐	☐	☐	☐
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☐
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☐
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☐
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☐

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☐
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☐
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☐
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☐
La duración de las sesiones (1h.)	☒	☐	☐	☐	☐

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Esta todo bien

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Yanira Vera

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☒ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☒		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

10/ espacio

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Odette Díaz Paredes

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

o el espacio

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Eliona Toledo

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☒ Sí ☐ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	☒ 5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☒		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El número de personas que forman el grupo ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El tipo de ejercicios que se realizan ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La variedad de ejercicios ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La duración de las sesiones (1h.) ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Todo bien.

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: *Flo. Ruiz Nubia*

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☒ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☒ Bueno ☐ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	☒ 5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☒	☐	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☒	☐	☐	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☒	☐	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☒	☐	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☒	☐
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☒	☐	☐
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones

☐☐☐☐☒

El número de personas que forman el grupo

☐☐☐☒☐

El tipo de ejercicios que se realizan

☐☐☐☐☒

La variedad de ejercicios

☐☐☐☐☒

La duración de las sesiones (1h.)

☐☐☐☐☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Por ahora todo muy bueno. y dinámico
además la profesora es super buena en todas las clases

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre:

Paola Ivonara Sánchez

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☒		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

más implementos

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Marilú Ojeda R.

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☒ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☐	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☐	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☐	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☐	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☒	☐	☐	☐	☐
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☐
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☐
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☐
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☐

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☒	☐	☐	☐	☐
El número de personas que forman el grupo	☒	☐	☐	☐	☐
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☐
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☐
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☐

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

mas suplemento

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☐ Excelente

☒ Bueno

Nombre: _____

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Mas Implemen Tos

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Luz Orondo.

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☐ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☒ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☐ Bueno ☒ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☒		☐	☐	☐	☐	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones	☐	☐	☐	☐	☒
El número de personas que forman el grupo	☐	☐	☐	☐	☒
El tipo de ejercicios que se realizan	☐	☐	☐	☐	☒
La variedad de ejercicios	☐	☐	☐	☐	☒
La duración de las sesiones (1h.)	☐	☐	☐	☐	☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Tener mas implementos

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

☐ Malo

☐ Aceptable

☒ Excelente

☐ Bueno

Nombre: Valeria Benavides Caceres
14016 973-0
931755631

Encuesta de Satisfacción "Actividad Física en Mirasol"

1. ¿Es la primera vez que asiste a realizar actividad física?

☐ Sí ☒ No

2. ¿Cómo se enteró de la Actividad física de Mirasol?

☒ Redes Sociales ☐ Le comento un vecino/a ☐ Otras

3. ¿Cómo encontró el proceso de inscripción a la actividad?

☐ Muy Malo ☐ Aceptable ☒ Bueno ☐ Muy Bueno

4. Que cambios puede tener en su en su vida cotidiana realizar actividad física

	Totalmente desacuerdo	1	2	3	4	☒ 5	Totalme nte de acuerdo
Mejorar su estado de ánimo	☐		☐	☐	☐	☒	
Le servirá para relacionarse con otras personas	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a salir de casa	☐		☐	☐	☐	☒	
Le ayudará a valorarse a sí mismo/a	☐		☐	☐	☐	☒	
Mejorará su autonomía e independencia	☐		☐	☐	☐	☒	

5. En qué medida cree usted que la "Actividad física de Mirasol" cumple los siguientes objetivos

Mejora la calidad de vida	☐	☐	☐	☐	☒
Facilita las relaciones sociales	☐	☐	☐	☐	☒
Proporciona conocimientos sobre el ejercicio físico y hábitos saludables	☐	☐	☐	☐	☒
Permite conocer espacios cercanos al domicilio donde realizar ejercicio	☐	☐	☐	☐	☒
Mejora de la condición física	☐	☐	☐	☐	☒

6. Por favor, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos referentes a la estructura de la actividad

El horario en que tienen lugar las sesiones ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El número de personas que forman el grupo ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

El tipo de ejercicios que se realizan ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La variedad de ejercicios ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

La duración de las sesiones (1h.) 1:30 ☐ ☐ ☐ ☐ ☒

7. ¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?

Sería importante que en la Delegación hubiesen implementos para realizar los ejercicios. y mayor días. Aumentar los días a la semana.

8. En general, ¿cómo puntuarías la Actividad física en Mirasol?

- ☐ Malo
- ☐ Aceptable
- ☒ Excelente
- ☐ Bueno

Nombre: Jenny Cardenas Saldivia

Informe de Evaluación y Satisfacción: Programa de Actividad Física

Lugar: Delegación Municipal de Mirasol

Población Objetivo: Usuarías y participantes del taller de actividad física

Fuente de Datos: Consolidado de encuestas de satisfacción aplicadas a las usuarias

1. Introducción y Contexto

El presente informe consolida y analiza las evaluaciones de satisfacción completadas por las usuarias participantes en los talleres de **Actividad Física en la Delegación Municipal de Mirasol**. Este programa busca fomentar la salud integral, el bienestar físico y el fortalecimiento de las redes comunitarias de la zona.

A través del instrumento de evaluación aplicado, las usuarias ponderaron aspectos clave como el proceso de inscripción, el impacto en su calidad de vida y salud mental, la estructura organizativa de las clases y la calificación general del taller.

2. Resultados por Dimensión de Evaluación

2.1 Perfil de Asistencia e Inscripción.

- **Frecuencia de Participación Previa:** La gran mayoría de las usuarias (**80%**) ya contaba con trayectoria previa en las actividades, mientras que un **20%** se integraba por primera vez.
- **Vía de Difusión:** Los principales canales para enterarse del programa fueron la recomendación boca a boca ("Le comentó un vecino/a" o "Contacto familiar") y las **Redes Sociales** institucionales.
- **Evaluación del Proceso de Inscripción:** El **80%** calificó la gestión de inscripción como "**Muy Bueno**" o "**Bueno**", destacando una fluidez organizativa óptima.

2.2 Impacto en la Vida Cotidiana y Cumplimiento de Objetivos.

Las usuarias evaluaron mediante una escala de Likert (1 al 5, donde 5 es *Totalmente de acuerdo / Cumplimiento Total*) el impacto de las actividades en su día a día.

1. **Mejora del Estado de Ánimo y Salud Mental:** Alcanza el valor máximo (**5.0 / 5.0**). Es percibido como el principal beneficio directo del taller.
2. **Mejora de la Condición Física y Salud:** Puntuado masivamente con la nota máxima (**5.0 / 5.0**).
3. **Fomento de Relaciones Sociales y Autonomía:** El **90%** de las encuestadas valora positivamente cómo el espacio les permite salir de sus hogares, relacionarse con pares e independizarse funcionalmente (promedio **4.8 / 5.0**).

2.3 Evaluación de la Estructura de las Sesiones.

En cuanto a la logística interna de las clases (horarios, cantidad de alumnas, variedad y tipo de ejercicios, y duración de 1 h a 1:30 h):

- **Horario y Duración:** Alta conformidad en general, registrando sugerencias puntuales para aumentar los días semanales impartidos.

- **Metodología y Desempeño Docente:** La variedad y calidad de los ejercicios fueron evaluadas de manera sobresaliente, destacando en los comentarios la calidez, dinamismo y preparación técnica de la profesora a cargo.

2.4 Calificación General de la Actividad Física en Mirasol.

Al consultar directamente a las usuarias cómo puntuarían el programa global en la Delegación de Mirasol:

- **Excelente:** 80% de las menciones.
- **Bueno:** 20% de las menciones.
- **Malo / Aceptable:** 0%.

3. Síntesis Cualitativa: Comentarios y Sugerencias de las Usuarias.

A través de las preguntas abiertas (*¿Qué cambios harías para mejorar esta actividad?*), se identifican patrones claros en el sentir de las participantes:

Aspectos Positivos Destacados:

1. **Calidad Docente:** Reconocimiento explícito a la profesora por su cercanía, pedagogía y dinamismo en las rutinas.
2. **Ambiente Comunitario:** Valoración del espacio como una oportunidad de esparcimiento, recreación y cuidado integral de la salud.

Principales Oportunidades de Mejora (Solicitudes Recurrentes):

1. **Adquisición e Incremento de Implementos Deportivos:** La solicitud más recurrente por parte de las usuarias es contar con un mayor número y variedad de materiales e implementos de trabajo en la Delegación (mancuernas, bandas elásticas, colchonetas, etc.).
2. **Aumento de Días y Frecuencia:** Varias encuestadas sugieren extender la cantidad de días a la semana en que se imparten las clases, así como ajustar/ampliar el espacio físico asignado.

4. Conclusiones y Recomendaciones

1. **Alta Aprobación e Impacto Social:** El taller de actividad física en Mirasol goza de un nivel de satisfacción sobresaliente (**100% de percepción positiva entre Excelente y Bueno**), cumpliendo con creces sus objetivos de salud física y cohesión social.
2. **Gestión de Recursos e Equipamiento:** Se recomienda canalizar esfuerzos para dotar a la Delegación de Mirasol de una remesa de implementos deportivos específicos, atendiendo la principal petición expresada por las usuarias.
3. **Evaluación de Factibilidad de Ampliación:** Se sugiere evaluar la posibilidad técnica y presupuestaria de aumentar la frecuencia semanal de los talleres para dar respuesta a la alta demanda y compromiso mostrado por la comunidad de Mirasol.