PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA Y ESCUELAS DEPORTIVAS	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA FÚTBOL	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÉS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE LA ESCUELA DEPORTIVA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- BALONES, CONOS
TIEMPO	JUNIO 2021 1 SESIÓN
RESULTADOS	- SE ESPERA UNA OPTIMA PARTICIPACIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE MOSQUERA, PARA QUE INTEGREN LA ESCUELA DEPORTIVA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	
FIRMA PROFESIONAL ENCARGADO	**NOMBRE: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO**

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA FÚTBOL	**FÚTBOL**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÒNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES DE FORMA PRESENCIÁL, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÒN EJECUCION DE TRES SESIONES DE FUTBOL VIRTUAL, TENDRA COMO OBJETIVO TRABAJOS DE SENSIBILIDAD CON EL BALÓN EN LAS DIFERENTES ZONAS DEL PIE (BORDE INTERNO, EXTERNOS, EMPEINE, TALÓN ENTRE OTRAS)
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	BALÓN DE FUTBOL, ROPA DEPORTIVA, CALZADO COMO E HIDRATACIÓN, AROS, CONOS
TIEMPO	JULIO 2021 3 SESIONES AGOSTO 2021 3 SESIONES
RESULTADOS	EL RESULTADO QUE SE ESPERA EN ESTAS TRES SESIONES, SERÁ EL DE MEJORAR LA TECNICA DEL ADULTO MAYOR Y DE PERFECCIONAR EL DOMINIO DEL ELEMENTO CON LAS DIFERENTES ZONAS DEL PIE.
CONTRAINDICACIONES	DAR A CONOCER A LOS DEPORTISTAS LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA LA ACTIVIDAD, DE IGUAL MANERA SE DEJARA CLARO QUE SI TIENEN ALGUN PROBLEMA DE SALUD ES MEJOR QUE NO REALICEN LA ACTIVIDAD.
ANEXOS: REGISTROS FOTOGRAFICOS	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA BALONCESTO	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE LA ESCUELA DEPORTIVA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- BALONES, AROS, CONOS
TIEMPO	JUNIO 2021 1 SESIÓN
RESULTADOS	- SE ESPERA UNA OPTIMA PARTICIPACIÒN DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE MOSQUERA, QUE QUIERAN PERTENECER A LA ESCUELA DEPORTIVA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR LOS PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS: REGISTRO FOTOGRAFICO	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: **Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.**	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA Escuela deportiva de BALONCESTO	**TECNICA DE DRIBLING CON EL ELEMENTO**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES EN PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÒN REALIZAR TRABAJOS DE REBOTE O DRIBLINGO CON EL BALON, EN ESPACIO REDUCIDO CON DESPLAZAMIENTOS LATERALES Y FRONTALES
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	BALON DE BALONCESTO, ROPA COMODA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN, CONOS, AROS
TIEMPO	JULIO 2021 3 SESIONES AGOSTO 2021 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR EL DOMINIO DEL ELEMETO, EN DESPLAZAMIENTOS CORTOS Y ESPACIO REDUCIDO.
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA DENTRO DE LOS ENTRENAMIENTOS
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA TENIS DE CAMPO	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE LA ESCUELA DEPORTIVA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- RAQUETAS, PELOTAS, MALLAS, AROS, CONOS
TIEMPO	JUNIO 2021 1 SESIÓN
RESULTADOS	- SE ESPERA UNA OPTIMA PARTICIPACIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE MOSQUERA, EN LA ESCUELA DEPORIVA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR LOS PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: **Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.**	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA Escuela deportiva de TENIS DE CAMPO	**COORDINACIÓN VISO MANUAL CON PELOTAS**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÓN REALIZAR TRABAJOS DE REBOTE Y AGARRE CON PELOTAS DE TENIS, EN ESPACIO REDUCIDO CON DESPLAZAMIENTOS LATERALES Y FRONTALES
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	COMPUTADOR O TELEFONO CON LA APLICACIÓN, PELOTAS DE TENIS DE CAMPO, ROPA COMODA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN
TIEMPO	JULIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR LA COORDINACIÓN VISO MANUAL EN LOS ADULTOS MAYORES APLICANDO DESPLAZAMIENTOS CORTOS Y ESPACIO REDUCIDO.
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA ATLETISMO	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- CONOS, AROS, PISTA DE ATLETISMO
TIEMPO	MAYO 2020
RESULTADOS	- SE ESPERA UNA OPTIMA PARTICIPACIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE MOSQUERA, EN LA ESCUELA DEPORTIVA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD.
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA Y ESCUELAS DEPORTIVAS	
Objetivo General: Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA Escuela deportiva de ATLETISMO	**FORTALECIMIENTO DE TREN INFERIOR EN ADULTOS MAYORES**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÒN EJERCICIOS DE FUERZA, CON PESO EXTRA CONTROLADO, MOVILIDAD ARTICULAR DE MIEMBROS INFERIORES CON REPETICIOPNES
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	PESAS O BOTELLAS DE ARENA, ROPA COMOSA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓNN AROS, CONOS
TIEMPO	JULIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR FUERZA DE REACCIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES, EN DESPLAZAMIENTOS CORTOS Y ESPACIO REDUCIDO.
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA DENTRO DE LOS HOGARES
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA Y ESCUELAS DEPORTIVAS	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: ESCUELA DEPORTIVA CICLISMO	INSCRIPCIÓN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÉS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, DE IGUAL MANERA SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÓN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- BICICLETAS, AROS, CONOS, HIDRATACIÓN
TIEMPO	JUNIO 2021
RESULTADOS	- EL PLAN SEA APROBADO Y SEA VIABLE PARA REALIZAR CON LAS PERSONAS MAYORES QUE SE INSCRIBAN Y PARTICIPEN EN LA ESCUELA DE CICLISMO
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: **Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.**	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA Escuela deportiva de CICLISMO	**RESISTENCIA AEROBICA EN EL CICLISMO**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÓN TRABAJO DE FUERZA DE MIEMBROS INFERIORES Y SUPERIORES CON EJERCICIOS REPETITIVOS.
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	COMPUTADOR O TELEFONO CON LA APLICACIÓN, ROPA COMOSA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN
TIEMPO	JULIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR LA FUERZA DE CICLISTAS
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: DANZIKA EN ALTERNANCIA	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ACTIVIDAD FISICA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE COMO INGRESAR A LA PLATAFORMA VIRTUAL QUE VAMOS A UTILIZAR, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN DE FORMA VIRTUAL Y PRESENCIAL**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- TELEFONO CELULAR, DISPOSITIVO PARA COMUNICACIÓN
TIEMPO	JUNIO 2021
RESULTADOS	- EL PLAN SEA APROBADO Y SEA VIABLE PARA REALIZAR CON LAS PERSONAS MAYORES QUE SE INSCRIBAN Y PARTICIPEN EN EL TALLER VIRTUAL DE DANZIKA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR LOS PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: **Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.**	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA TALLER DE DANZIKA	**MOVILIDAD ARTICULAR A TRAVÉS DEL BAILE**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES EN VIVO POR LA PLATAFORMA VIRTUAL, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÒN SE REALIZARAN TRES SESIONES DE RUMBA AEROBICA MEZCLANDO DIFERENTES RITMOS MUSICALES, APLICADO A PERSONAS MAYORES
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	COMPUTADOR O TELEFONO CON LA APLICACIÓN, SONIDO, ROPA COMOSA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN
TIEMPO	JULIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR LA MOVILIDAD Y COORDINACIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES A TRAVÉS DEL RITMO
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA DENTRO DE LOS HOGARES
OBSERVACIONES	ACOMODAR UN LUGAR COMODO Y SEGURO PARA LA PRACTICA DE LA SESIÓM Y MANEJAR AFORO PERMITIDO EN LAS SESIONES PRESENCIALES

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: GIMNASIA DIRIGIDA	INSCRIPCIÓN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ACTIVIDAD FISICA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE COMO INGRESAR A LA PLATAFORMA VIRTUAL QUE VAMOS A UTILIZAR, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN VIRTUAL Y PRESENCIAL**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- TELEFONO CELULAR, DISPOSITIVO PARA COMUNICACIÓN
TIEMPO	JUNIO 2021 1 SESION
RESULTADOS	- EL PLAN SEA APROBADO Y SEA VIABLE PARA REALIZAR CON LAS PERSONAS MAYORES QUE SE INSCRIBAN Y PARTICIPEN EN EL TALLER VIRTUAL DE GIMNASIA DIRIGIDA
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: **Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.**	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA GIMNASIA DIRIGIDA	**MOVILIDAD ARTICULAR**
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÓNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES EN VIVO POR LA PLATAFORMA VIRTUAL, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ AGERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÓN, DE IGUAL MANERA SE REALIZAN SESIONES PRESENCIALES. SESIONES DE MOVILIDAD ARTICULAR, UTILIZANDO COMO ELENTO UN PALO DE ESCOBA, PARA REALIZAR MOVIMIENTOS AMPLIOS DE MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES.
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	COMPUTADOR O TELEFONO CON LA APLICACIÓN, PALO DE ESCOBA, ROPA COMOSA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN
TIEMPO	JUNIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	MEJORAR MOVILIDAD ARTICULAR DE MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES.
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA DENTRO DE LOS HOGARES
OBSERVACIONES	ACOMODAR UN LUGAR COMODO Y SEGURO PARA LA PRACTICA DE LA SESIÓN, MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: REVISTA DEPORTIVA	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÉS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ACTIVIDAD FISICA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE COMO SE REALIZARA LOS ENTRENAMIENTOS DE LA REVISTA DEPORTIVA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- MATERIAL LUDICO
TIEMPO	JUNIO 2021
RESULTADOS	- EL PLAN SEA APROBADO Y SEA VIABLE PARA REALIZAR CON LAS PERSONAS MAYORES QUE SE INSCRIBAN Y PARTICIPEN EN LA REVISTA PRESENCIAL
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA REVISTA DEPORTIVA	FASE DE INICIACIÓN REVISTA VIRTUAL
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÒNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DE LA TECNICA O TACTICA QUE TRABAJAMOS EN LA SESIÒN MONTAJE DE LA PRIMERA ETAPA DE LA REVISTA CON MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y SECUENCIALES
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	COMPUTADOR O TELEFONO CON LA APLICACIÓN, SONIDO, ROPA COMOSA, CALZADO COMODO E HIDRATACIÓN
TIEMPO	JULIO 3 SESIONES AGOSTO 3 SESIONES
RESULTADOS	COORDINACIÓN DE DIFERENTES MOVIMIENTOS
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD.

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: **Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.**	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA: JUEGOS AUTOCTONOS	INSCRIPCIÒN Y CONVOCATORIA
METODOLOGIA	- **SE REALIZA LA CONVOCATORIA A TRAVÈS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ACTIVIDAD,DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÒN DE LA PRACTICA, SE FIJAN HORARIOS, DIAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÒN**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	- RANAS, CANCHAS DE TEJO, TEJOS, ARGOLLAS, PARQUES, DOMINOS
TIEMPO	JUNIO 2021 1 SESIÓN
RESULTADOS	- EL PLAN SEA APROBADO Y SEA VIABLE PARA REALIZAR CON LAS PERSONAS MAYORES QUE SE INSCRIBAN Y PARTICIPEN EN JUEGOS AUTOCTONOS
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD.
ANEXOS:	

PROGRAMA "ATENCION INTEGRAL A PERSONAS MAYORES"	
PLAN DE INTERVENCION: ACTIVIDAD FÍSICA	
Objetivo General: Brindar atención especial a las personas mayores del municipio de Mosquera, mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivos Específicos: Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida.	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA JUEGOS AUTOCTONOS	INTERCAMBIO DE JUEGOS AUTOCTONOS
METODOLOGIA	SE EJECUTARA UN TRABAJO SINCRÒNICO, DONDE SE RERALIZARN LAS CLASES PRESENCIALES, DE IGUAL MANERA SE DEJA UN TRABAJO ASINCRONICO PARA QUE SEA REALIZADO EN CASA, ESTE TRABAJO SERÁ ACERCA DEL JUEGO O ACTIVIDAD QUE REALIZO EL USUARIO
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	TEJO, RANA, PARQUES, DOMINO
TIEMPO	JUNIO 3 SESIONES.
RESULTADOS	IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS VIRTUALES, CON ENFOQUE COMPETITIVO Y PARTICIPATIVO
CONTRAINDICACIONES	SE DARAN TODAS LAS INDICACIONES POSIBLES PARA EVITAR LESIONES O PROBLEMAS EN LA PRACTICA
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD

PLAN DE INTERVENCION	
AREA DE INTERVENCION:	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivo por Área de intervención: Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA	**VOLEIBOL**
METODOLOGIA	**SE REALIZA LA CONVOCATORIA A REAVÉS DE LLAMADAS A LOS USUARIOS QUE QUIERAN PARTICIPAR EN LA ESCUELA DEPORTIVA, DE IGUAL MANERA SE REALIZA LA INDUCCIÓN DE LA ESCUELA DEORTIVA QUE VAMOS A UTILIZAR, SE FIJAM HORARIOS, DÍAS Y MATERIAL PARA TRABAJAR EN CADA SESIÓN.**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	TELEFÓNO CELULAR O DISPOSITIVO QUE SIRVA COMO HERRAMIENTA DE COMUNICACIÓN
TIEMPO	JUNIO 2021
RESULTADOS	EL PLAN DE INTERVENCIÓN SEA VIABLE PARA PODER EJECUTAR LA ESCUELA DEPORTIVA DE VOLEIBOL
CONTRAINDICACIONES	NO SE ENCONTRARON
OBSERVACIONES	MANEJAR PROTOCOLOS DE BIO SEGURIDAD.
ANEXOS	
FIRMA PROFESIONAL ENCARGADO	**NOMBRE** Juan Mauricio Aranguren.

PLAN DE INTERVENCION	
AREA DE INTERVENCION:	
Objetivo General: Brindar atención integral a las personas mayores del municipio de Mosquera mejorando la calidad de vida, facilitando un envejecimiento saludable, promocionando la participación social y la ocupación del tiempo libre.	
Objetivo por Área de intervención: Propiciar actividades que brinden a los usuarios del programa un envejecimiento saludable dando prioridad a las acciones en salud, a la promoción y la adquisición general de hábitos saludables enfatizando en la calidad de vida	
DESCRIPCION ACTIVIDAD	
TEMA	**VOLEIBOL**
METODOLOGIA	**Se realiza sesiones de voleibol presencial de manera sincrónica y , esto con el fin de lograr una buena conexión con los adulto mayores de la escuela deportiva, los temas para el trimestre serán los siguientes:** **JULIO: Técnica toque de dedos 3 sesiones** **AGOSTO: Recepción antebrazo 3 sesiones**
MATERIAL DE APOYO ACTIVIDAD	, BALONES, COLCHONETAS, AROS, PALOS DE ESCOBA Y PESAS.
TIEMPO	JULIO, AGOSTO, 2021
RESULTADOS	MEJORAR LA TECNICA DE TOQUE DE DEODS, RECEPCIÓN DE ANTEBRAZO Y SERVICIO DEL VOLEIBOL
CONTRAINDICACIONES	ninguna.
OBSERVACIONES	Manejar protocolos de bio seguridad
ANEXOS	

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-08
		Fecha:	21/02/2020
	INFORME DE ACTIVIDADES	Pagina	1 de 22
		Versión:	5

FECHA:	24 DE JUNIO 2021	
ACTIVIDAD: DANZIKA EN ALTERNANCIA		
HORA DE INICIO: 9:00 AM	HORA DE FINALIZACIÓN	10:30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO	INFORME No.	

OBJETIVO
REALIZAR SESION DE DANZIKA EN FORMA PRESENCIAL Y VIRTUAL CON LOS USUARIOS DEL PROGRAMAMA EL CUAL INVOLUCRE ACTIVIDAD FISICA MUSICALIZADA.

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO.
PARA LA FORMA SE ABRE LA PLATAFIRFA CON UN LINK EL CUAL FUE ENVIADO EN DÍAS
ANTERIORES PARA LAS PERSONAS QUE AÚN NO PUEDEN Y NO DESEAN TOMAR SU SESIÓN DE
FORMA PRESENCIAL, LA PLATAFORMA LA CUAL MANEJAMOS SERÁ LA DE ZOOM.
FASE CENTRAL: SE REALIZA ACTIVIDAD FISICA MUSICALIZADA PARA MEJORAR LA MOVILIDAD
EN LOS ADULTOS MAYORES Y RESISTENCIA ANAEROBICA EN LOS USUARIOS. SE UTILIZAN
DIFERENTES RITMOS TALES COMO, MERENGUE, VALLENATO, CUMBIAS, PORROS Y DEMAS
RITMOS.
FASE FINAL: VUELTA A LA CALMA CON EJERCICIOS PASIVOS Y DE ELONGACIÓN MUSCULAR
PARA LA RESPECTIVA RECUPERACIÓN DEL ADULTO MAYOR

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- EN CADA SESIÓN PRESENCIAL EL AFORO ES DE 80 PERSONAS MÁXIMO
- USUARIOS CON SÍNTOMAS GRIPALES NO SE DEJARÁN INGRESAR A LA SESIÓN
- ESTAR ATENTOS DE LAS NORMAS DE BIOSEGURIDAD EN LOS ADULTOS MAYORES.
- FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- SE CUMPLIÓ CON EL AFORO PERMITIDO Y LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD EN LA
ACTIVIDAD, HUBO UNA MUY BUENA PARTICIPACIÓN VIRTUAL DE LOS USUARIOS LOS CUALES
SE CONECTARON SIN NINGÚN INCONVENIENTE.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:	X		TRANSMISIONES DE ZOON
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

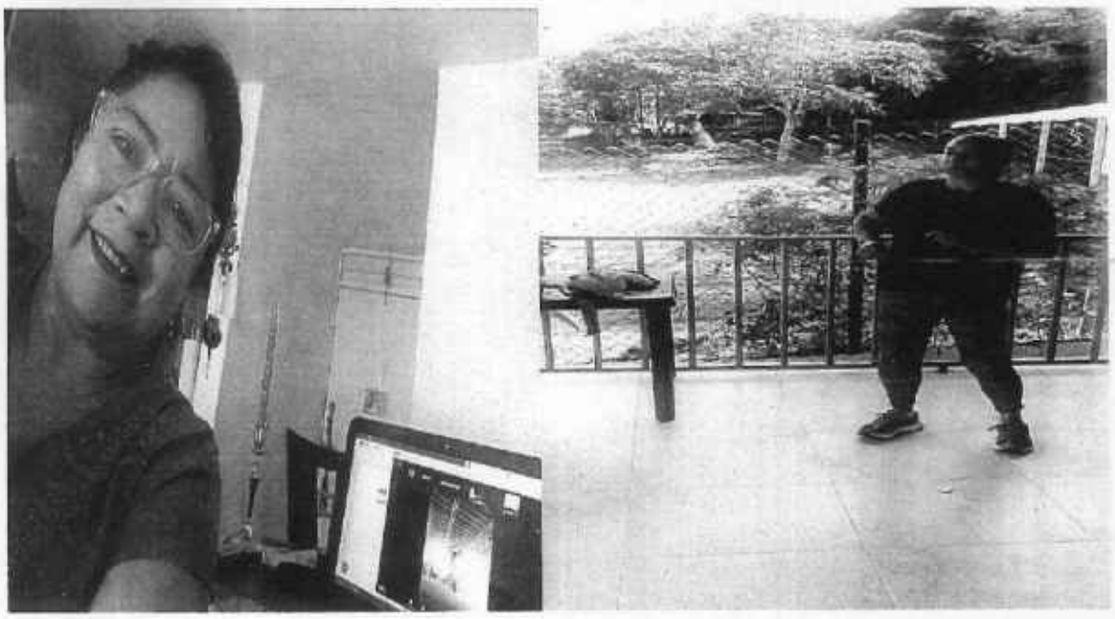
IVAN MAURICIO ARANGUREN

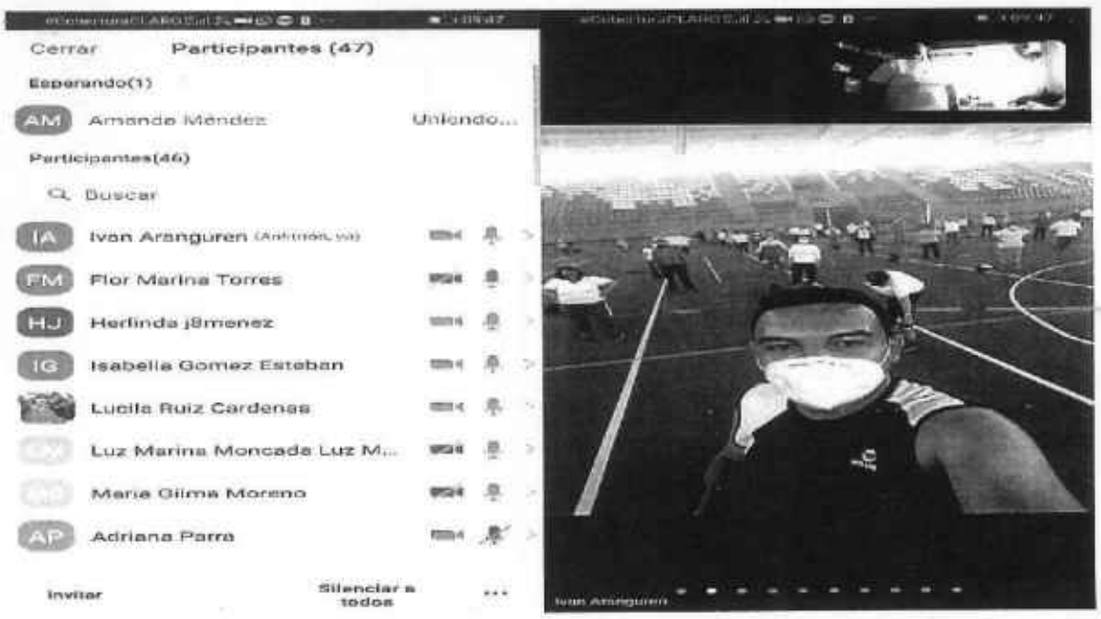
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

DANZIKA EN ALTERNANCIA







ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-08
		Fecha:	21/02/2020
	INFORME DE ACTIVIDADES	Pagina	1 de 22
		Versión:	5

FECHA:	24 DE JUNIO 2021	
ACTIVIDAD: DANZIKA EN ALTERNANCIA		
HORA DE INICIO: 9:00 AM	HORA DE FINALIZACIÓN	10:30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO	INFORME No.	

OBJETIVO
REALIZAR SESION DE DANZIKA EN FORMA PRESENCIAL Y VIRTUAL CON LOS USUARIOS DEL PROGRAMAMA EL CUAL INVOLUCRE ACTIVIDAD FISICA MUSICALIZADA.

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO.
PARA LA FORMA SE ABRE LA PLATAFIRFA CON UN LINK EL CUAL FUE ENVIADO EN DÍAS
ANTERIORES PARA LAS PERSONAS QUE AÚN NO PUEDEN Y NO DESEAN TOMAR SU SESIÓN DE
FORMA PRESENCIAL, LA PLATAFORMA LA CUAL MANEJAMOS SERÁ LA DE ZOOM.
FASE CENTRAL: SE REALIZA ACTIVIDAD FISICA MUSICALIZADA PARA MEJORAR LA MOVILIDAD
EN LOS ADULTOS MAYORES Y RESISTENCIA ANAEROBICA EN LOS USUARIOS. SE UTILIZAN
DIFERENTES RITMOS TALES COMO, MERENGUE, VALLENATO, CUMBIAS, PORROS Y DEMAS
RITMOS.
FASE FINAL: VUELTA A LA CALMA CON EJERCICIOS PASIVOS Y DE ELONGACIÓN MUSCULAR
PARA LA RESPECTIVA RECUPERACIÓN DEL ADULTO MAYOR

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- EN CADA SESIÓN PRESENCIAL EL AFORO ES DE 80 PERSONAS MÁXIMO
- USUARIOS CON SÍNTOMAS GRIPALES NO SE DEJARÁN INGRESAR A LA SESIÓN
- ESTAR ATENTOS DE LAS NORMAS DE BIOSEGURIDAD EN LOS ADULTOS MAYORES.
- FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- SE CUMPLIÓ CON EL AFORO PERMITIDO Y LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD EN LA
ACTIVIDAD, HUBO UNA MUY BUENA PARTICIPACIÓN VIRTUAL DE LOS USUARIOS LOS CUALES
SE CONECTARON SIN NINGÚN INCONVENIENTE.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:	X		TRANSMISIONES DE ZOON
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

IVAN MAURICIO ARANGUREN

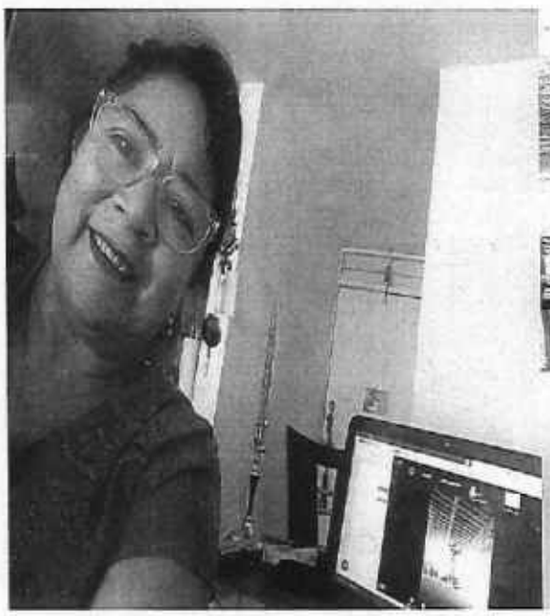
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

DANZIKA EN ALTERNANCIA

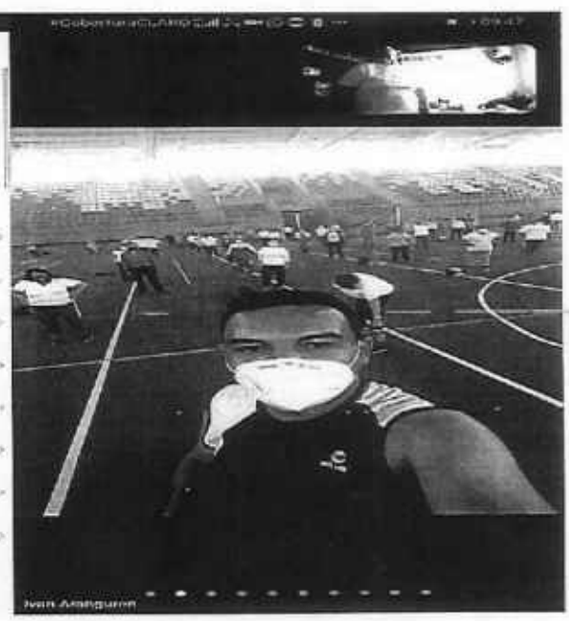












ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Coliseo Municipal. BARRIO: Centro HORA DE TERMINACIÓN: 10:00 am

FECHA: 24 - Junio - 2021. HORA DE INICIO: 9:00 am

ACTIVIDAD: Danzika.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Gloria Esquivel.	28754058	Adulto Mayor	76	3227883764	Siempre Joven	Cra 2A 22-74	Cabrera.		Gloria Esquivel
2	Yana Ines Maldonado	41507910	"	72	3215733516	Mis Mejores Años	Cle 6 # 13A-31	Planados		
3	Anibal Gonzalez	19196612	"	69	3119880718	"	Cle 5 # 13A-25	Planados		
4	Venseslao Moreno	3006149	"	65	3144098648	"	Cle 5 # 15-52	Planados		
5	Odilia Achury	20499664	"	68	3196176[illegible]	"	Int. B Cra 15.	Trebol		
6	Josepa Reina	41540906	"	69.	3144733	"	Cra 11 N. 10-22	V. Moreno		
7	Ana Delia Flores	24275824	"	82	3112558349	Años Dorados	Cra 10B N. Int. 2	San Isidro		
8	Beatriz Carmenza	20713095	"	76	3217673491	Mis Mejores Años	Cle 4A # 13B-11	Planados		
9	Paulina Salazar	23636432	"	68	32148909	Sueños Maravillos	Cra 3 # 9A 85	Trebol		
10	Paulina Cardero	41318406	"	76	3204784145	Nuevo Amanecer	6/2 S.	Trebol		
11	Amparo Miranda	41462821	"	75	3144196808	Sueños Maravillo	Int 10 Casa 21	Porvenir		
12	Elizabeth Arevalo	21055129	"	70	3223090311	Mi Mejores Año	Cra 9 # 16B-21	Planados		
13	Jacobo Romero	3093005	"	69	3224320740	Mis Mejor Años	Cle 4A # 13-B12	Estancia		
14	Blanca Roman	41398493	"	74	3133328919	Sueño Maravillo	Calle 17 # 13-48	Tinajca		
15	Maritza Zarate	20249501	"	80	3175143770	A Sueños Maravillo	Cr 20 # 20-02	Antequendo		
16	Magdalena Sierra	41580439	"	68	3132726430	Nuevo Amanece	Cra 2 # 4-47.	Remanso		
17	Gloria Yolanda Ikina	51557403	"	66	3013037010	Nuevo Amanecer	Calle 17 # 18A-38	Remanso		

ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Coliseo Municipal — BARRIO: Centro — HORA DE INICIO: 9:00 am — HORA DE TERMINACIÓN: 10:30 am

FECHA: 24 Junio - 2021.

ACTIVIDAD: Danzika

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Victimas del conflicto armado	H	
Población Indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Maria del Carmen Rois	29219078.	Adulto Mayor	69	3125244207	Mis Mejores Años	Calle 3 # 14 - 82	Planadas		Maria Ruiz
2	Gloria Ramirez	41456730	Adulto Mayor	71	3205165647	Sueños Maravillosos	Cra 5 # 2-35	Campiñas		Gloria Ramirez
3	Maria Bosiga	23259117	Adulto Mayor	80						Otoniel Bosiga
4	Rosalba Ojeda	23983388	Adulto Mayor	62	3115955268	Nuevo Amanecer	Cra 15 - # 9-27	Bobalo		
5	Ilsy Torres	20601413	Adulto Mayor	81	3004222699	Mis Mejores Años	Cra 10 # 6-94	Cumbre		
6	Aura Vanegas	21069683	Adulto Mayor	67	3124120697	Mis Mejores Años	Cll 20 a # 18-03	Remanso		Aura V. Vanegas
7	Gloria Cardozo	51740593	Adulto Mayor	61	3145795428	Años Dorados	Calle 12 # 12-11	Villa Parcela		Gloria Cardozo
8	Maria Romero	41711193	Adulto Mayor	66	3114675080	Sueños Maravillosos	Cll 23 # 7-05	Santillana		
9	Fidelina Olaya	41650819	Adulto Mayor	65	3124457821	Sueños Maravillosos	Cll 20 a # 12-27	Villa Rocio		
10	Octavio Garcia	5846409	Adulto Mayor	83	3123132924	Sueños Maravillosos	Cll 23 # 17-42	C. Sabanas		
11	Ines Montenegro	28779523	Adulto Mayor	81	3123132424	Sueños Maravillosos	Cll 23 # 19-42	C. Sabanas		
12	Flor Abaunza.	10776458	Adulto Mayor	82	3004769559	Nuevo Amanecer	Cra 5 # 18-50	Coitayos		
13	Rosa Salamanca	41482295	Adulto Mayor	70	3142910831	Mis Mejores Años	Cra 10 # 20-85	C. Sabanas		
14	Onofre Arco	35495167	Adulto Mayor	64	3138445807	Mis Mejores Años	Cll 17 # 13-48	Estancia		
15	Flor M Junco	20333365	Adulto Mayor	78	3117389745	Sueños Maravillosos	Cll 10 # 1-16	Tobal		
16	Emelina Duarte	41409249	Adulto Mayor	78	3143129605	Sueño Maravilloso	Calle 19 # 11-46	Villa Ponda		
17	Hermelinda Caldero	20980720	Adulto Mayor	67	3118705435	Sueños Maravillosos	Cra 12 # 13-14	San Sebastian		

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Coliseo Municipal. BARRIO: Centro HORA DE TERMINACIÓN: 10:00 am

FECHA: 24 - Junio - 2021 HORA DE INICIO: 9:00 am

ACTIVIDAD: Danzika.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población Indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Blanca Jamaica	20753571	Adulto Mayor	62	3112067017	Sueños Maravillosos	Cra 2 H 16-77	Serrezuela		
2	Maria Bonilla	20753997	Adulto Mayor	70	——	Sueños Maravillosos	Cll 15 # 2-11	Cartagenita		
3	Blanca Barrera	41461407	Adulto Mayor	72	3208365893	Mis Mejores Años	Cra 20 H 20-85	Alcones		
4	Alba Rosero	30705940	Adulto Mayor	71.	3147259366	Mis Mejores Años	Etapa 5	Alejandria		
5	Gladis Martinez	41765080	Adulto Mayor	66	3163768818	Sueños Maravillosos	Cra 11 # 16.02	Trebol		
6	Raquel España	37925210	Adulto Mayor	67	3203582317	Sueños Maravillosos	Interior 11	Trebol		
7	Maria Beto	23520078	Adulto Mayor	79	——	Años Dorados	Villa Jenny	Villa Jenny		
8	Ruth Troncoso	35326246	Adulto Mayor	65	3208355276	Mis Mejores Años	Cra 1a H 22-36	Cabrera		
9	Marina Gonzalez	41563769	Adulto Mayor	66	3115566512	Tus Mejores Años	Cll 22 H 7-17	Cabrera		
10	Nana Ramos	41431657	Adulto Mayor	73	3123136759	Años Dorados	Cll 2 H 1-00	Lucero		
11	Rosa Ramor	41501779	Adulto Mayor	75	3102257918	Mis Mejores Años	Campos de Plata	Polvenir		
12	Vicente Muñoz	2721210	Adulto Mayor	84	8296103	Siempre Joven	Cll 10 # 5-05	Vinayes		
13	Maria Bonal	20522396	Adulto Mayor	76	3118434982	Sueños Maravillosos	Cll 21 # 14-03	Recodo		
14	Manuel Diaz	17168870	Adulto Mayor	75	3202621840	Nuevo Amanecer	Cll 20 # 14-14	Recodo		
15										
16										
17										

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Coliseo Municipal. BARRIO: Centro HORA DE TERMINACIÓN: 10:00 am

FECHA: 24 · Junio - 2021. HORA DE INICIO: 9:00 am

ACTIVIDAD: Danzika.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D		
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Victimas del conflicto armado	H		
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K				

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Jose del Carmen R.	19194083	Adulto Mayor	69	3175717783	Sueños Maravillosos	Cra 12 9A #39-	Santa A.		
2	Luis Alvaro Soarez	374468	Adulto Mayor	75	3138040261	"	Calle 16 #10-41	Santelmo		
3	Clara Galindo.		Adulto Mayor	75.		"		V. Sol		
4	Nelly Roldan Arevs	28599442	Adulto Mayor	80	3133035282	"	Cra 9B - 20-30	V. Mary.		
5	Ana olga Muñoz	35321894	"	65	3202767194	Siempre Joven	Calle 19 # 1A-34	Esperanza		
6	Mana Elena Ortiz	28944438	Adulto Mayor	68	3112657749	Mis Mejores A.	Calle 5 # 7-65	Porvenir		
7	Hugo Marta.	241391	Adulto Mayor	69	3135060498	Siempre Joven	Calle 15 #14B	Centro		
8	Guillermo Cardona	2306874	Adulto Mayor	77.	3112656749	Mis Mejores Años	Calle 5 # 7-65	Porvenir		
9	Ana Silvia Martinez	41413581	Adulto Mayor	76	3142588334	Sueños Maravillos	Calle 23 #13D - 10	Arboleda		
10	Rosalba Rojas	28190931	Adulto Mayor	64	3002308719	Mis Mejores A.	Calle 22A #18-60	Remanso		
11	Neira luz Calderon	20621755	Adulto Mayor	65	3103375993	Mis Mejore A	Cra 3E # 18-50	Balcones		
12	Mana teresa Almanza	21057082	Adulto Mayor	64	3133156858	Mis Mejore Años	Calle 20A # 17-47	Remanso		
13	Matilde Avila	20218277	Adulto Mayor	81	8294208	Siempre Jovem	Calle 10 # 5-05	Pinos		
14	Ana Fajardo.	41376391	Adulto Mayor	75	3024514143	Años Dorados	Cra 10 # 16-22	Malpaso		
15	Ofelia Ocampo	41420170	Adulto Mayor	73	3207622509	Años Dorados	Palo Alto			
16	Rosa Mana Ruiz	20136815	Adulto Mayor	72	3133116336	Años Dorados	Calle 2 # 1-40	Lucero		
17	Mana Giraldo	41540618	Adulto Mayor	70	3204236215	M. M. Años	Cle 5 # 5-45	Centro		

FECHA:	23 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: VOLEIBOL			
HORA DE INICIO: 9:00 AM		HORA DE FINALIZACIÓN	10:30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
INCENTIVAR A LA PRACTICA DE VOLEIBOL EN ADULTOS MAYORES DE LOS DIFERENTES CLUBES DEL MUNICIPIO.

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO.
FASE CENTRAL: EJERCICIOS DE FAMILIARIZACIÓN CON EL ELEMENTO PARA MEJORAR LA
COORDINACIÓN VISO MANUAL EN LOS DEPORTISTAS, EJERCICIOS TAMBIÉN DE
FORTALECIMIENTOS DE MIEMBROS SUPERIORES CON DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS
FASE FINAL: RECUPERACIÓN ACTIVA TENINEDO COMO OBJETIVO UNA ELONGACIÓN DE
MIEMBROS SUPERIORES Y RELAJACIÓN MUSCULAR.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- SE REALIZARON LAS SESIONES TENIENDO EN CUENTA TODAS LAS MEDIDAS
DE BIOSEGURIDAD
- DESINFECCIÓN DE LOS ELEMENTOS UTILIZADOS EN LA PRÁCTICA
- REALIZAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO DONDE NO SE COMPARTA NINGÚN
ELEMNTO DEPORTIVO, ELEMENTO PERSONAL Y SIEMPRE MANTENIENDO EL DISTANCIAMIENTO
FISICO REQUERIDO

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- LA PRACTICA DE VOLEIBOL PRESENCIAL SE REALIZO EN TOTAL NORMALIDAD SIEMPRE
TENIENDO LAS PRECAUCIONES CON NUESTROS ADULTOS MAYORES.
- SE OBSERVA UNA BAJA DESTREZA MOTRIZ CON LOS ELEMENTOS DEPORTIVOS
UTILIZADOS, TODO ESTO POR LA FALTA DE ENTRENAMIENTO QUE TUVIERON DURANTE
LOS MESES ANTERIORES.

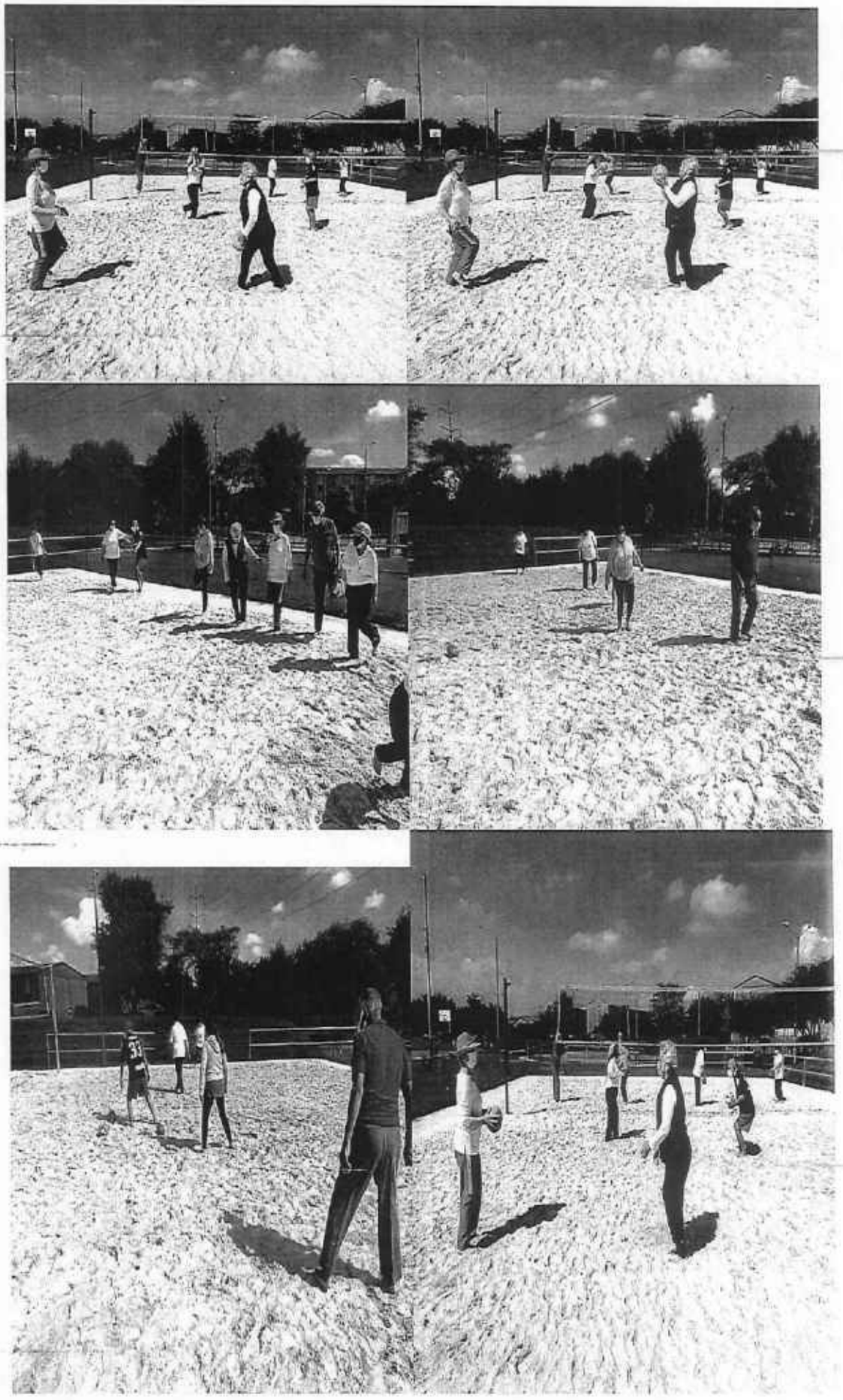
ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

IVAN MAURICIO ARANGUREN

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:



ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Parque El Trebol — BARRIO: Trebol — HORA DE INICIO: 9:00 am — HORA DE TERMINACIÓN: 10:30 am.

FECHA: 23 - Junio - 2023.

ACTIVIDAD: Voleibol.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Abdonias Bernal	19070819	Adulto Mayor	72.	3015632275	Mis Mejores Años.	Cll 6 # 12a 02	Planadas	F.	
2	Lilia Calcedo	41627692	Adulto Mayor	67	3137397747	Caminantes de la Vida	Cra 18E # 17B 14	Villa Maria	F	
3	Aurora Ladino	20665729	Adulto Mayor	77.	3233652203	Caminantes de la vida.	Cll 10 # 1a 18.	Trebol	F	
4	Marina Morales	20576288	Adulto Mayor	63	3208399226	Mis Mejores Años	Cra 4 # 19- 24	Villa Nueva	F	
5	Fernando Tibaquira	19211489	Adulto Mayor	69	3128086798	Mis Mejores Años.	Calle 9 # 16-03	Poblado	F	
6	Juan Ramirez	21881163	Adulto Mayor	84	3107678768	Años Dorados	Calle 23 # 11c 03	C. San Gabriel	F	
7	Flor Maria Junca.	20333368	Adulto Mayor	78.	8293134	Sueños Maravillosos	Cll 10 # 1a 18 9/13	Trebol	F	
8	Teodosia Salcedo	41501773	Adulto Mayor	77	3224340951	Caminantes de la vida	Cll 11a # 12-22	Villa Pradera		
9	Francisco Chacón	5744462	Adulto Mayor	69	3107622149	Años Dorados	Cll 18 # 4-64	Villa del Sol	F	
10	Rosaura Parra.	37685323	Adulto Mayor	66	3107622149	Años Dorados	Cll 18 #1 4-64	Villa del Sol	F	
11	Rosa Alfonso	23752366.	Adulto Mayor	66.	3114609082	Caminantes de la vida	Porvenir Centro	Porvenir Centro	F	
12										
13										
14										
15										
16										
17										

FECHA:	25 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: CICLISMO			
HORA DE INICIO: 9:00		HORA DE FINALIZACIÓN	10;30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
ADAPTAR LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA ENTREGADA POR LA ALCALDIA PARA LA ESCUELA DE CICLISMO.

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO.
FASE CENTRAL: SE REALIZA LA ENTREGA DE IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ESCUELA
DE CICLISMO LA CUAL CONSTA DE UNA BICICLETA Y UN UNIFORME PARA LA PRACTICA DEL
MISMO, TAMBIÉN SE HACE LA ADECUACIÓN DE CADA BICICLETA LA CUAL QUEDE LISTA
PARA LAS SESIONES DE CICLISMO PROGRAMADAS.
FASE FINAL: SE VERIFICA EL BUEN FUNCIONAMIENTO DE LAS BICICLETAS Y QUE QUEDEN
EN ÓPTIMAS CONDICIONES PARA LA PRACTICA.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- CADA ADULTO MAYOR DEBE UTILIZAR SU BICICLETA PARA LOS RESPECTIVOS
ENTRENAMIENTOS QUE SE TIENEN PLANIFICADOS PARA ELLOS
- EL BUEN USO DEL MATERIAL EN LAS CLASES Y FUERA DE ELLAS.
- MANTENER EL DISTACNCIAMIENTO FÍSICO EN LOS DEPORTISTAS CUANDO SE
REALICEN LAS SESIONES DE CICLISMO

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- EL IMPACTO FUE POSITIVO YA QUE SE LE FACILITO EL IMPLEMENTO EN ESTE CASO UNA BICICLETA A LOS ADULTOS MAYORES QUE NO LA TENÍAN PARA LA PRACTICA.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

IVAN MAURICIO ARANGUREN

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

CICLISMO








ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Casa Adulto Mayor | BARRIO: Centro | HORA DE TERMINACIÓN: 5:00 pm.

FECHA: 24 - Junio - 2021 | HORA DE INICIO: 3:00 pm

ACTIVIDAD: Ciclismo - Adulto Mayor

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Victimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	José Guillermo Pobeda	17093973	Adulto Mayor	78	3015211799	Nuevo Amanecer	calle 8A 1 B E 94	Trebol		
2	Rosa Arias	28716946	Adulto Mayor	62		Caminantes	Santa Ana	Santa ana		Rosa
3	Maria Elena Cruz	20737446	Adulto Mayor	61	3133270000	Caminantes.	calle 8 D N: 921	cumbre		
4	Anacecilia Chia	20754075	Adulto Mayor	60	3125392097	Caminantes.	calle 18 A N° 442 E	V. 11 Sol		
5	octavio gasca	5846409	Adulto Mayor	83	3123132924	Sueños M.	calle 23 19 A 42	C. sabana		
6	Luis Rincon	19187226	Adulto Mayor	68	3177120777	Siempre Joven	carrera 12 B. 1628	V. sargonia		
7	Juan Evaristo Pardo	3100965	Adulto Mayor	71	3108730264	Nuevo Amanecer	cra 16 C 98 33	Poblado		
8	Miguel Alfonso Garcia	19182969	Adulto Mayor	74	3107807362	Siempre Joven	calle 5. 14-81	planadas		
9	Jacobo romero	3093005	Adulto Mayor	69	32243 20740	M.M. AÑOS	Calle 4 A N° 13 C 12	planadas		
10	Ines Peña.	20521693	Adulto Mayo	66	3115161150	Nuevo Amanecer	Calle B # 1-49.	Trebol		
11	Alfredo Bolla	11427663	Adulto Mayor	66	3166847101	Sueños Maravillosos	Calle 12 # 12-06	Villa Sajona		
12	Jose Heinandez	19135711	Adulto Mayor	70	3203082522	Sueños Maravillosos	Cra 16 # 21-24	Remanso		
13	Manuel Garcia	244462	Adulto Mayor	71	3204604454	Siempre Joven	K 18 # 22-13 Co	Cobrero		
14	Fideligna Cluvijo	41650819	Adulto Mayor	65	3174957921	Sueños Maravillosos	Calle 10A # 12 b 27	V. del Rocio		
15	ped→ Julio Cabellos	3092.933	Adulto Mayor	72	3202845643	Nuevo Amanecer	K 10 B # 8-17	Santa Ana		
16	Dinfa Diaz	41536359	Adulto Mayor	72	3117177409	Nuevo Amanecer	calle 8 # 11 B 09	Santa Ana		
17	Ana Ma Rojas	20953297	Adulto Mayor	65	3058521474	Siempre Joven	calle 21 # 13-22	Arboleda		

ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Casa Adulto Mayor — BARRIO: Centro — HORA DE INICIO: 9:00 am — HORA DE TERMINACIÓN: 10:30 am

FECHA: 24- Junio -2021.

ACTIVIDAD: Ciclismo

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años		A	Infancia de 6 a 11 años		B	Adolescencia de 12 a 17 años		C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59		E	Adultos mayores de 60 a 99 años	X	F	Discapacitados		G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena		I	Afro colombianos		J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Analeilu Mojica	23552852	Adulto Mayor	64	3173396277	Años Dorados	Calle 16B # 7E 146	Maipure		
2	José Nivel Rojas	17195552	Adulto Mayor	73	3209364589	Años Dorados	Calle 16B # 7E 146	Maipure		
3	Gustavo Guevara	2911694	Adulto Mayor	65	3125392097	Caminantes	Calle 18A # 4-42 este	Villa del Sol		
4	Luis Eduardo Avella	17162345	Adulto Mayor	74	3209004318	Caminantes	el trebol Manzana 8 casa 36			
5	Jaime Molina	17786733	Adulto Mayor	64	3169041455	Siempre Joven	K1A # 17 B21	Villa 2		
6	Sergio Ospina	2856433	Adulto Mayor	85	3135562312	Caminantes	Manzana 3	Trebol		
7	Jose León	17043859	Adulto Mayor	79	8271836	Caminantes	Cra 12a # 10-70	Villa Rosales		
8	Manuel Castañeda	17127730	Adulto Mayor	74	3125194668	M.M. AÑOS	Trans 4 # 16-04	Porvenir Rio		
9	Guillermo Poveda	17093973	Adulto Mayor	78	3015211799	Nuevo Amanecer	Calle 8 # 16 94	Trebol		
10	Adela Velandia	35515759	Adulto Mayor	64	3125042687	Años Dorados	Calle 17B # 1-52	Villa Rosales		
11	Marina Morales	20526288	Adulto Mayor	63	3208599226	M.M. AÑOS	Catron 4 # 19-29	Villa Nueva		
12	Fernando Tibaquira	9211489	Adulto Mayor	69	3212088746	M.M. AÑOS	Clle 9 # 16-03	Pobtado		
13										
14										
15										
16										
17										

FECHA:	22 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: BALONCESTO PRESENCIAL			
HORA DE INICIO: 9:00 AM		HORA DE FINALIZACIÓN	10:30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
FOMENTAR LA PRACTICA DEL BALONCESTO EN ADULTOS MAYORES EN UNA FASE DE INICIACIÓN DE LA DISCIPLINA

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO.
FASE CENTRAL: REALIZAR UNA FAMILIARIZACIÓN CON EL ELEMENTO (BALÓN) PARA INICIAR
UN PROCESO DE ADAPTACIÓN EN EL BALONCESTO, SE REALIZARÁN JUEGOS PRE DEPORTIVOS
LOS CUALES NOS AYUDEN A MEJORA LA EJECUCÍON DE LAS DIFERENTES TECNICAS DEL
BALONCESTO.
FASE FINAL: ELONGACIÓN MUSCULAR Y TRABAJO DE RECUPERACIÓN MUSCULAR DE
MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES DE LOS ADULTOS MAYORES.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- SE REALIZARON LAS SESIONES TENIENDO EN CUENTA TODAS LAS MEDIDAS
DE BIOSEGURIDAD
- DESINFECCIÓN DE LOS ELEMENTOS UTILIZADOS EN LA PRÁCTICA
- REALIZAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO DONDE NO SE COMPARTA NINGÚN
ELEMNTO DEPORTIVO, ELEMENTO PERSONAL Y SIEMPRE MANTENIENDO EL DISTANCIAMIENTO
FISICO REQUERIDO

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- LA PRACTICA DE BALONCESTO PRESENCIAL SE REALIZO EN TOTAL NORMALIDAD
SIEMPRE TENIENDO LAS PRECAUCIONES CON NUESTROS ADULTOS MAYORES.
- SE OBSERVA UNA BAJA DESTREZA MOTRIZ CON LOS ELEMENTOS DEPORTIVOS
UTILIZADOS, TODO ESTO POR LA FALTA DE ENTRENAMIENTO QUE TUVIERON DURANTE
LOS MESES ANTERIORES.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

IVAN MAURICIO ARANGUREN

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

BALONCESTO













ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: PARQUE EL TREBOL. BARRIO: TREBOL. HORA DE TERMINACIÓN: 10:30 am

FECHA: 22 - JUNIO . 2019 HORA DE INICIO: 9:00 am

ACTIVIDAD: BALONCESTO ADULTO MAYOR

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Ivan Alirio Ramirez	2188123	Adulto Mayor	84	3107678768	Años Dorados	Calle 23 # 11c 03	C San Gabriel	F	
2	Fernando Tibaquira	19211489	Adulto Mayor	69	3212086948	Mis Mejores Años	Calle 9a # 16B03	Pobladó	F	
3	Encizar Hernandez	19135565	Adulto Mayor	75	3103126593	Caminantes de la vida	Calle 22c # 2-07	Romaro	F	
4	Cecilia Gordillo	41642743	Adulto Mayor	67	3138824781	Nuevo Amanecer	Calle 20 # 11-07	Balcones		
5	Neira Calderon	20621755	Adulto Mayor	65	3103357[illegible]	Mis Mejores Años	Cra 5 # 18-50	Villa Nueva		
6	Marina Morales.	20526288	Adulto Mayor	63	3208399226	Mis Mejores Años.	Cra 4 # 19-29	Villa Nueva		
7	Jorge Carreño	19307125	Adulto Mayor.	65	3212440455	Siempre Joven	Cll 3 # 19-35	Sol Naciente		
8	William Varon	19345593	Adulto Mayor	65	3132064163	Caminantes de la vida	Cll 9# 14a88	Sol Naciente		
9	Milena Valdez.	39382795	Adulto Mayor	65	3213959103	Caminantes de la vida	Cll 9# 14a88	Sol Naciente		
10	Margarita Montoya.	41753727	Adulto Mayor	67	3132711250	Caminantes de la vida	cll 10 # 20-49	El Jardín		
11	Elvira Barreto.	36522428	Adulto Mayor	68.	3145539851	Sueños Maravillosos	Cll 20 # 3-22	Recodos		
12	Lucrecia Aponte	41508760	Adulto Mayor	74	3045016344 3045584	Años Dorados	Cll 20 # 7-100	Villa Maria		
13	Maria Guayacundo	40018940	Adulto Mayor	62	3103483133	Sueños Maravillosos	Cll 10 # 5-05	Virreyes		
14										
15										
16										
17										

FECHA:	22 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: TENIS PRESENCIAL			
HORA DE INICIO: 2:00 PM		HORA DE FINALIZACIÓN	3:30 PM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
EJECUTAR ENTRENAMIENTOS DE TENIS DE CAMPO CON LOS ADULTOS MAYORES QUE ESTÁN EN DICHA ESCUELA DEPORTIVA

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO PARA DAR INICIO
FASE CENTRAL; SENSIBILIZACIÓN CON LOS ELEMENTOS DEPORTIVOS TALES COMO PELOTAS
Y RAQUETAS, SE REALIZAN EJERCICIOS DE INICIACIÓN EN EL TENIS PARA MEJORAR LA
COORDINACIÓN VISO MANUAL Y LA BUENA TÉCNICA CON LOS ELENTOS DEL TENIS DE CAMPO
FASE FINAL: TRABAJO DE RECUPERACIÓN ACTIVA Y ELONGACIÓN MUSCULAR DE CADA UNO
DE LOS PARTICIPANTES A LA ESCUELA DEPORTIVA.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- SE REALIZARON LAS SESIONES TENIENDO EN CUENTA TODAS LAS MEDIDAS
DE BIOSEGURIDAD
- DESINFECCIÓN DE LOS ELEMENTOS UTILIZADOS EN LA PRÁCTICA
- REALIZAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO DONDE NO SE COMPARTA NINGÚN
ELEMNTO DEPORTIVO, ELEMENTO PERSONAL Y SIEMPRE MANTENIENDO EL DISTANCIAMIENTO
FISICO REQUERIDO

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- LA PRACTICA DE TENIS PRESENCIAL SE REALIZO EN TOTAL NORMALIDAD SIEMPRE
TENIENDO LAS PRECAUCIONES CON NUESTROS ADULTOS MAYORES.
- SE OBSERVA UNA BAJA DESTREZA MOTRIZ CON LOS ELEMENTOS DEPORTIVOS
UTILIZADOS, TODO ESTO POR LA FALTA DE ENTRENAMIENTO QUE TUVIERON DURANTE
LOS MESES ANTERIORES.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

IVAN MAURICIO ARANGUREN

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

TENIS DE CAMPO













ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Villa Olimpica — BARRIO: Centro — HORA DE INICIO: 2:00 pm — HORA DE TERMINACIÓN: 3:30 pm.

FECHA: 22 - Junio - 2021

ACTIVIDAD: Tenis de Campo.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Lorenzo Cajamarca	19219850	Adulto Mayor	69	3125019314	Siempre Joven	Cra 7B # 10-38	Pto Azul	F	
2	Nerea Calderon	20621755	Adulto Mayor	65	3103557993	Mis Mejores Años	Cra 5 # 18-50.	Balcones		
3	Eugenia Alaguna	41718460	Adulto Mayor	66	3143311446	Mis Mejores Años	Cra 11 E # 16-11	Malpore.		
4	Rosa Salamanca	41482295	Adulto Mayor	70	3142918871	Mis Mejores Años.	Cra 20 # 20-85.	C. Sabana		
5	Aura Vanegas.	21096683	Adulto Mayor	67	3124120699	Mis Mejores Años	Clle 20A #8-03	Remanso		
6	Luz Marina Acosta.	20550289	Adulto Mayo	66	3203476624	Siempre Joven	Cra 1a # 22-07	Cabrero		
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										

FECHA:	21 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: REVISTA DEPORTIVA VIRTUAL			
HORA DE INICIO: 10:00 AM		HORA DE FINALIZACIÓN	11:30 AM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
ENTRENAR LOS PRIMEROS SEGMENTOS DE LA REVISTA DPORTIVA DE FORMA PRESENCIAL, UTILIZANDO ELEMENTO DIDÁCTICO COMO LO ES UN ARO.

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO PARA DAR INICIO
FASE CENTRAL: REALIZAR EL PRIMER MONTAJE DE LA FASE INICIAL DE LA REVISTA
DEPORTIVA, SE EMPIEZA A DEFINIR LOS PASOS QUE SE REALIZARÁN Y SE COMENZARÁ DE
UNA MANERA REPETITIVIA PARA IR CONSIGUIENDO UN MOVIMIENTO ESTETICO Y ARMONIOSO
CON EL ELEMENTO DIDACTICO COMO LO ES EL ARO.
FASE FINAL: RETROALIMENTACIÓN DE LO VISTO EN LA SESIÓN Y SE RECOMIENDA
PRACTICAR EN CASA LA SECUENCIA QUE SE EJECUTO EN LA CLASE.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- REALIZAR LOS ENTRENAMIENTOS DE LA REVISTA DEPORTIVA CON TODAS LAS
MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD.
- MONTAR EL PRIMER DEGMENTO DE LA REVISTA DEPORTIVA CON MOVIMIENTOS
SINCRONIZADOS
- REALIZAR UN VIDEO DE LO VISTO EN CLASE PARA QUE ELLOS LOS PRACTIQUEN EN
SUS CASAS.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- EL RESULTADO FUE ÓPTIMO EN LA PRIMERA PRACTICA SIGUIENDO LA NORMATIVIDAD
DE CUIDADOS PARA LOS ADULTOS MAYORES Y NOSOTROS LOS FUNCIONARIOS DEL
PROGRAMA
- SE MEJORA LA COORDINACIÓN Y RITMO DE NUESTROS ADULTOS MAYORES CON
LA REVISTA DEPORTIVA

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

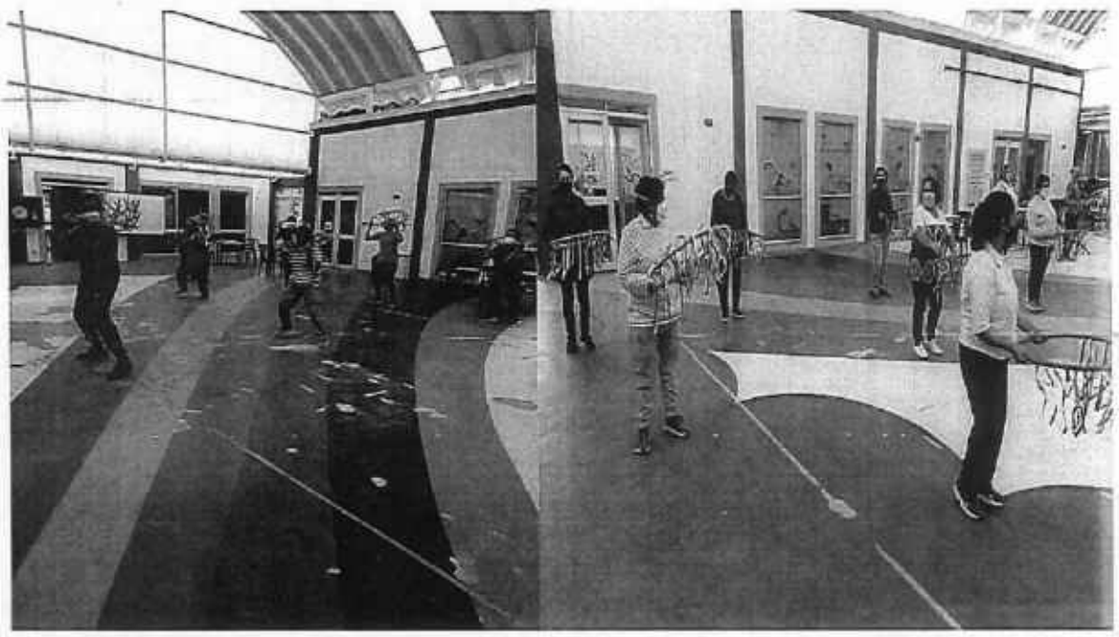
IVAN MAURICIO ARANGUREN

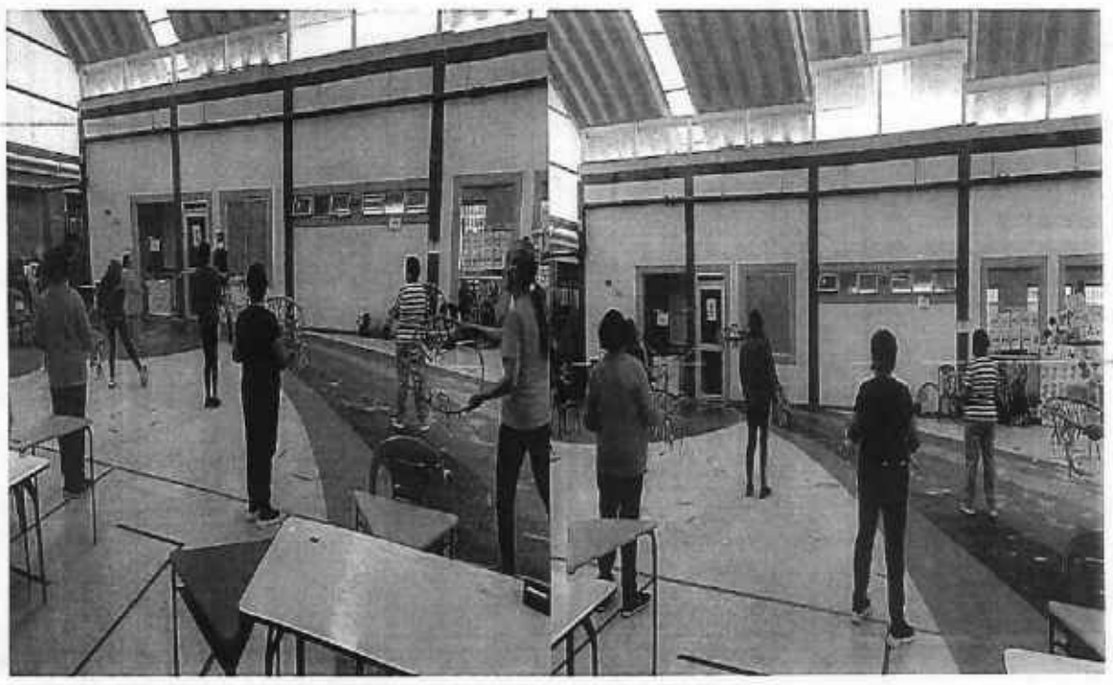
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

REVISTA DEPORTIVA







ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: CDJ. MOSQUERA | BARRIO: Centro | HORA DE TERMINACIÓN: 11:30 am

FECHA: 21 - Junio - 2021 | HORA DE INICIO: 10:30 am

ACTIVIDAD: Reunión Deportiva.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Victimas del conflicto armado	H
Población Indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Martha Zapón	41753215	Adulto Mayor	65	3204750053	Sueños Maravillosos	Manzana 6 Casa 13	Trebol	F	
2	Lilia Bello	41420172	Adulto Mayor	73	3178566515	Nuevo Amanecer	Cra 15 # 9a 15.	Poblado	F	
3	Nelia Calderon	20621755	Adulto Mayor	65	3103354793	Mis Mejores Años	Cra 5 # 18-50	Bateas		
4	Gloria Galeano	41475159	Adulto Mayor	73	3123849992	Caminantes	Calle 7A-44	Alejandria		
5	Rubi Maldonado	22418449	Adulto Mayor	67	3002222310	Mis Mejores Años	Cra 6 # 6 A 53	Trebol		
6	Esther Roa	41525986	Adulto Mayor	70	3123808361	Mis Mejores Años	Manzana 2	Trebol		
7	Ana Silvia Martinez	41413581	Adulto Mayor	76	3147588031	Sueños Maravillosos	Clle 23 # 10-13	Arboleda		
8	Maria Oliva Charry	41390480	Adulto Mayor	75	3212885555	Caminantes	Clle 16 # 10-35 Int 2	San Telmo		
9	Magdalena Manrique	42989566	Adulto Mayor	65	3107064793	Caminantes	Mz B Int 5 T.	Trebol		
10	Floribel Varón	20753314	Adulto Mayor	68	3143123516	Años Dorados	Clle 5 # 1-54	Centro		
11	Rosa Monesgue.	41474609	Adulto Mayor	71	3004680983	Nuevo Amanecer	Clle 8 # 1B 94.	Q. Trebol		
12	Fidelina Clavijo	41650819	Adulto Mayor	65	3124957921	Sueños Maravillosos	Clle 10 A # 12B 27	Villa Real		
13	Rosalba Cortés	39706058	Adulto Mayor	62	3114851664	Siempre Joven	Cra 2 # 12A 66	Trebol		
14	Herlinda Jimenez	39526197	Adulto Mayor	66	3225677371	Siempre Joven	Cra 10 # 5-145	Cumbre		
15	Eugenia Alagona	41716460	Adulto Mayor	66	3143314446	Mis Mejores Años	Cralle # 10-21	Mayorca		
16	Gladis G.I	41324731	Adulto Mayor	71	3014052943	Nuevo Amanecer	Manzana 12	Trebol		
17										

FECHA:	24 DE JUNIO 2021		
ACTIVIDAD: GIMNASIA DIRIGIDA PRESENCIAL			
HORA DE INICIO: 2:00 PM		HORA DE FINALIZACIÓN	3:30 PM
ELABORADO POR: IVAN MAURICIO ARANGUREN RIAÑO		INFORME No.	

OBJETIVO
INICIAR LAS SESIONES DE GIMNASIA DIRIGIDA CON LOS ADULTOS MAYORES DEL PROGRAMA DE MANERA PRESENCIAL

TAREAS REALIZADAS
FASE INICIAL: REALIZAR EL RESPECTIVO CONTROL EN LA ENTRADA DEL ESCENARIO QUE SE
PUSO PARA LA ACTIVIDAD, HACIENDO UNA ENCUESTA SOBRE POSIBLES AFECTACIONES
O CONTACTOS QUE LAS PERSONAS HAYAN TENIDO CON EL COVID, DE IGUAL MANERA SE
VERIFICA EL USO DE TAPABOCAS, GEL O ALCOHOL ANTIBACTERIAL Y SE REALIZA SU
RESPECTIVA DESINFECCIÓN, CUANDO YA ESTÉN DENTRO DEL ESCENARIO SE UBICARA A
CADA ADULTO MAYOR CON SU RESPECTIVO DISTANCIAMIENTO PARA DAR INICIO
FASE CENTRAL: SE REALIZA LA SESIÓN DE GIMANSIA DIRIGIDA TRABAJANDO LA
MOVILIDAD ARTICULAR DE MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES DE NUESTROS USUARIOS,
SE REALIZAN EJERCICIOS REPETITIVOS PARA MEJORAR LA MOVILIDAD Y FUERZA DE
NUESTROS ADULTOS MAYORES.
FASE FINAL: TRABAJOS DE RELAJACIÓN Y RECUPERACIÓN ACTIVA EN CADA ADULTO MAYOR.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
- MANTENER LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD EN CADA SESIÓN PRESENCIAL QUE SE
REALICE DE GIMNASIA DIRIGIDA
- REALIZAR SESIONES VIRTUALES DE GIMNASIA DIRIGIDA POR LA PLATAFORMA DE
ZOOM.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
- ABRIR LA ACTIVIDAD DE GIMNASIA DIRIGIDA CON TODAS LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD
PARA BENEFICIO DE NUESTROS USUARIOS Y ASÍ PODER REALIZAR MAS SESIONES DE FORMA
PRESENCIAL
.- MOTIVAR A LAS PERSONAS QUE TENGAN ALGUNA LIMITACIÓN FÍSICA PARA REALIZAR
LA GIMNASIA DIRIGIDA LA CUAL TRAERA BENEFICIOS PARA SU SALUD.

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	X		
REGISTRO FOTOGRAFICO	X		
OTROS:			
ACTAS DE COMPROMISO			

FIRMAS:

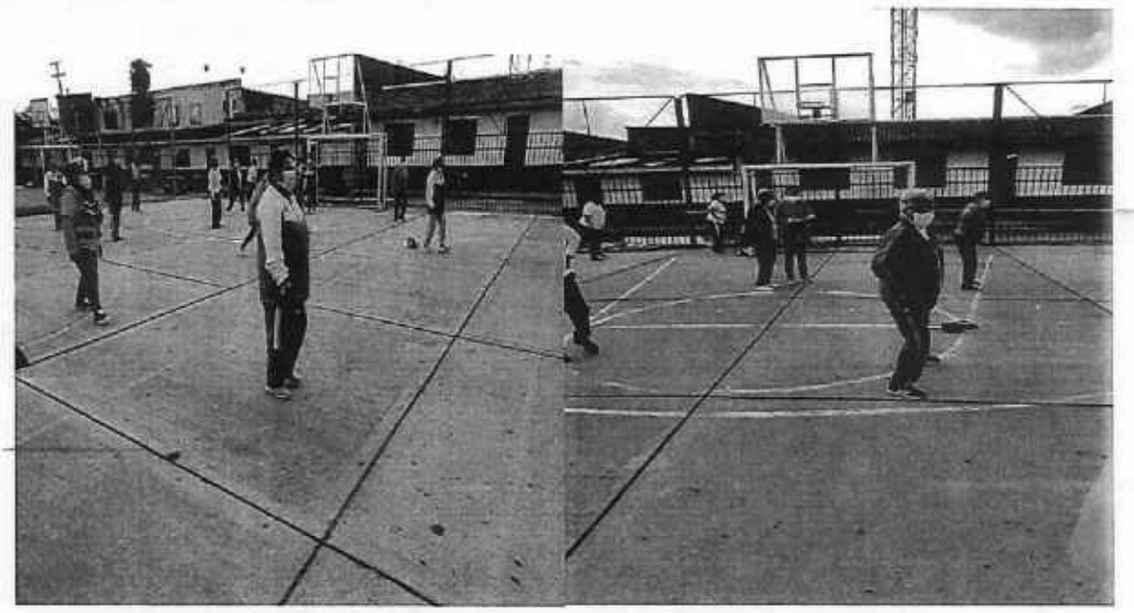
IVAN MAURICIO ARANGUREN

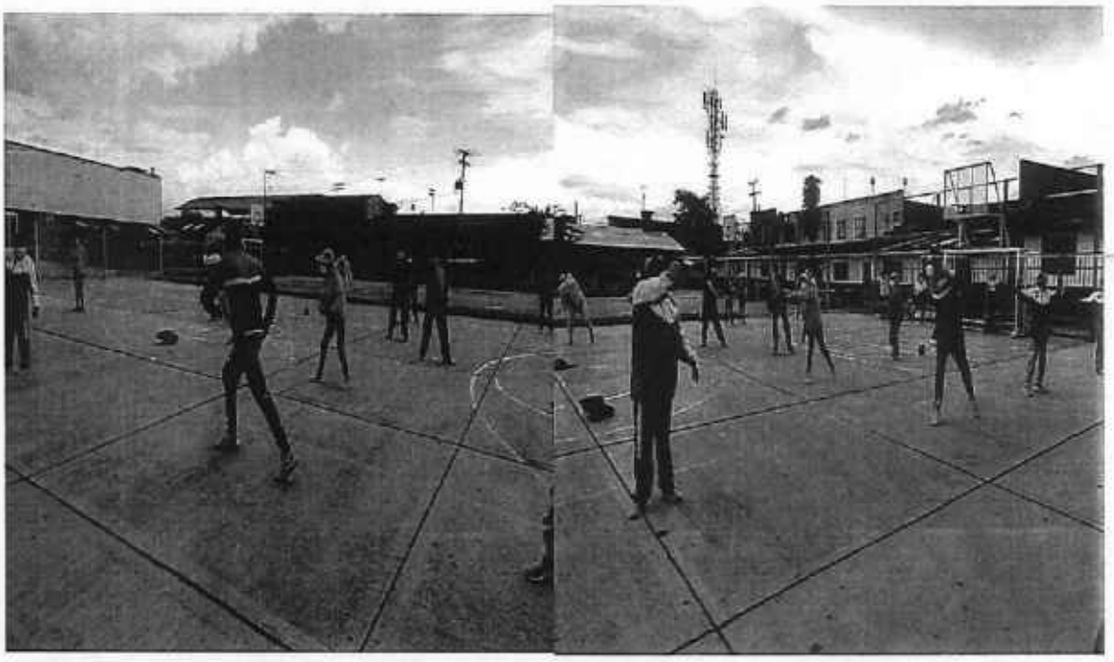
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

Reviso:

GIMNASIA DIRIGIDA







ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: C.D.B - MOSQUERA. BARRIO: CENTRO HORA DE TERMINACIÓN: 3:00 pm.

FECHA: 24 - JUNIO - 2021. HORA DE INICIO: 2:00 pm

ACTIVIDAD: Gimnasia Dirigida.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Victimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Maria Acosta	41390429	Adulto Mayor	73.	3118403919	Caminantes U.	Cra 14 # 21b-46 Int 2	Arboleda		
2	Maria Magdalena Rojas	41660062	Adulto Mayor	65	3148739177	"	Cra 5 # 2-35	Centro		
3	Adela Velandia.	35505756	Adulto Mayor	64.	3123092667	Años Dorados	Clle 17B #11-52E-	V. Jorge II		
4	Alicia Gonzalez	20753786	Adulto Mayor	62	3114496986	Años Dorados	Clle 16B # 7 1165E	Malpaso		
5	Agueda Galindo	41359791	Adulto Mayor	79	3133191648	Años Dorados	Clle 3 # 3. 70	Lucero		
6	Silvia Monroy	20312313	Adulto Mayor	79	3117243344	Siempre joven	Cra 3B # 27-09	Arboleda		
7	Maria Transito Suarez	41381437	Adulto Mayor	74	3202577985	Siempre joven	Cra 3 E # 17A-71	Porvenir		
8	Maria de los Angeles	41372776.	Adulto Mayor	75	3118174263	Nuevo Amanecer	Clle 14 # 13-09	Villa Sajona		
9	Cecilia Cespedes	41611510	Adulto Mayor	68	3057441001	Caminante de U.	Cra 20 # 20-02.	Tinguas		
10	Luz Marina Gonzáles	41421931	Adulto Mayor	73	3113182437	Caminante de V.	.	Centro		
11	Haydeé Nieves Barrera	20705328	Adulto Mayor	73	3133655265.	Co M. Mejores Años	Clle 3 # 11-30	Sabanas.		
12	Rosalba Rodriguez	41314706	Adulto Mayor	77	3213510073	Nuevo Amanecer	Cra 20 # 15A-03	Perrotero		
13	Odilia Achury.	20449464	Adulto Mayor	58	3176176110	Siempre joven	Mz 3 Int 8 Cas	Tebal		
14	Francisco Malaver	3023148	Adulto Mayor	68	3203605404	Mis Mejores Años	Cra 4 N. 9-11	Lucero		
15	Emma Cortes Forero	41394231	Adulto Mayor	73.	3132340445	Años Dorados	Clle 21 N.12A-28	Arboleda		
16	Luis Gualteros	19137459	Adulto Mayor	69.	3133010845	Caminantes	Valla Nueva	Villa Nueva.		
17	Ana Elvia Salas	41695021	Adulto Mayor	66	3117302441	Años Dorados.	Cra 10 # 10-20 73.	V. Maria IV		

ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: C.A.D Mosquera | BARRIO: Centro | HORA DE TERMINACIÓN: 3:00 pm.

FECHA: 24 - Junio - 2021 | HORA DE INICIO: 2:00 pm

ACTIVIDAD: Gimnasia Dirigida

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):

Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K		

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Maria de los Angeles	51778681	Adulto Mayor	64	3215857619	Apdo Dorados	Cra 16 # 12-32	Pradera		
2	Sixta Benedicta	21231076	Adulto Mayor	61.	3112540469	Suenos Maravillos	Cra 19 # 14A - 17	Remanso		
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										