Wilmer Ferney Pérez Giraldo
Promotor INDERSAC

INFORME DE ACTIVIDADES

Informe de actividades del 01 al 30 de marzo de 2022 por contrato nro. CSA-072-2022 24 de enero de 2022 entre la administración municipal de San Carlos nit. 890983740-9 y WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO identificado con cedula de ciudadanía nro. 70167.449 De San Carlos cuyo objeto es PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO PROMOTOR DEL PROGRAMA POR SU SALUD, MUÉVASE PUES EN ACTIVIDADES LIDERADAS DESDE EL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN INDERSAC PARA EL FORTALECIMIENTO DE LOS DIFERENTES GRUPOS POBLACIONALES EN EL ÁREA URBANA Y RURAL DEL MUNICIPIO DE SAN CARLOS Por un valor de $ 23.100.000 y una vigencia de 330 días a partir del 24 de enero de 2022 hasta el 23 de diciembre del 2022.

1. **Aspectos Positivos:** la comunidad sancarlitana ha participado masivamente en las diferentes actividades físicas.
2. **Aspectos Por Mejorar:** se requiere una mini tarima de madera para tener más visibilidad a los usuarios del grupo de rumba aeróbica.
3. **Valoración del cumplimiento de las actividades, objetivos y resultados.**

1. **OBJETO ESPECÍFICO 1:** Dirigir las sesiones de actividad física en el programa SAN CARLOS SANO Y ACTIVO "POR SU SALUD MUEVASE PUES" con los grupos: • Adulto mayor sano y activo "PROPA". • Grupo rumba aeróbica comunidad en general. • Grupo de caminantes; funcional, Maratón aeróbico XSSMP. • Colegios sano y activo. Escuela saludable, pausas activas, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 1,3,4,8,10,11,15,17,18,22,24,25,29 y 30 de marzo del 2022 polideportivo Julián Conrado David. - adulto mayor
- 2,9,16,23 y 30 de marzo 2022 Corregimiento el Jordán adulto mayor
- 1,3,7,8,10,14,15,17,22,24,28,29 y 30 marzo de 2022 polideportivo - Grupo rumba aeróbica comunidad en general
- 17 de marzo - Caminata
- 1,3,8,10,15,17,22,24,29 y 31 de marzo polideportivo - inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.
- 2,9,16,23 y 30 de marzo - Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza
- 2,9,16,23 y 30 de marzo - Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento el Jordán
- 14 y 28 de marzo - piscina la cascada - Gestantes sanas y activas
- 7 y 28 de marzo piscina la cascada - Hidroaeróbicos
- 30 de marzo - Vejez sana y activa CBA corregimiento el Jordán
- 25 de marzo - Barrio sano y activo la Natalia

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
1.1		

	Adulto mayor sano y activo "PROPA	• Generalidades: nuestros adultos mayores participando masivamente en las diferentes actividades, compartiendo con sus amistades. • Especificaciones del grupo: con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, charrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza • Individualidades: con charlas pedagógicas hacia nuestros adultos mayores sobre el auto cuidado de tener mucho cuidado en cruzar las calles de nuestro municipio ya que ha habido asientes en el trascurso del desplazamiento de sus casas hacia las unidades deportivas para las actividades físicas.
1.2	Adulto mayor sano y activo alegría corregimiento el Jordán	• Generalidades:los adultos mayores de corregimiento del Jordán vienen trabajando en las actividades físicas, donde participan muy animada mente. • Especificaciones del grupo: con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, charrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza • Individualidades: con nuestros adultos mayores del corregimiento el Jordán se sensibilizo que para las actividades físicas hay que traer hidratación ya que es muy importante para nuestra salud.
1.3	Grupo rumba aeróbica comunidad en general	• Generalidades: la comunidad sancarlitana cuenta con un espacio de nano esparcimiento donde participan en familia en las clases musicalizadas, las comunidades están participando masivamente en esta actividad de estos espacios niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores • Especificaciones del grupo: con el grupo de rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. también se realizó una rumba de colores • Individualidades: Los usuarios manifiestan que estas actividades son muy importantes para nuestra salud por tal motivo participan la familia para tener una mejor calidad de vida.
1.4	Caminata	• Generalidades: los adultos y adultos mayores gozaron de una muy buena caminata mejorando su calidad de vida e integrándose con sus amigos y conocidos. • Especificaciones del grupo: en la caminata urbana nos dirigimos desde el polideportivo hacia el sector hospital donde iniciamos trabajos de fuerza y resistencia • Individualidades: se disfrutó de la caminata donde manifestaba un adulto mayor que hacíamos de 30 años que iba hacia esos barrios.

1.5	, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	• Generalidades: con gran motivación se viene trabajando con personas con discapacidad donde vienen participando activamente. • Especificaciones del grupo: hemos venido trabajado fuerza, resistencia, trabajos de coordinación y concentración y trabajos recreativos. • Individualidades: se ha trabajado exitosamente donde ellos manifiestan que estas actividades han mejorado su calidad de vida.
1.6	Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza	• Generalidades: la comunidad del corregimiento puerto garza vienen participando de unas excelentes clases musicalizadas y trabajos de fuerza donde la comunidad responde excelente mente. • Especificaciones del grupo: con el grupo de rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. • Individualidades: a los usuarios se les da una charla de la importancia de la hidratación ya que muchos no se hidratan a la hora de hacer ejercicio
1.7	Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento el Jordán	• Generalidades: con motivación la comunidad del corregimiento del Jordán participa animadamente de las actividades físicas • Especificaciones del grupo: el corregimiento del Jordán la comunidad participa de la rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. • Individualidades: a los usuarios se les da una charla de la importancia de la hidratación ya que muchos no se hidratan a la hora de hacer ejercicio
1.8	Gestantes sanas y activas	• Generalidades: el instituto de deporte y recreación INDERSAC a través del programa san Carlos sano y activo "por su salud muévase pues" ofrece un espacio para las gestantes donde hay muy buena participación • Especificaciones del grupo: la primer actividades realizaron actividades acuáticas desde movimientos sencillos como puede ser levantar las rodillas en series de 10 y con una velocidad no muy rápida, nado a crol, mariposa o de espalda. Las gestantes participaron muy animadamente de la actividad. • Individualidades: las gestantes muy animadas participando de estas actividades y manifestaban que más cuando hay buena implementación para los trabajos.
1.9	Hidroaeróbicos	• Generalidades: la comunidad participa de las actividades de hidroaeróbicos manifestando alegría y motivación de continuar en la actividad. • Especificaciones del grupo: se realizaron actividades como saltos en el agua, abdominales superiores, abdominales inferiores, burpees, bicicleta. Desplazamientos trabajos de fuerza con las tablas y trabajo con las barras. Los participantes esperan mejoras la capacidad respiratoria, fortalecer el sistema cardiovascular y bajar de peso.

		• Individualidades: a los usuarios se les recomienda traer hidratación ya que algunos no traen y es muy importante hidratarnos antes, durante y después la actividad.
1.10	Vejez sana y activa CBA corregimiento el Jordán	• Generalidades: nuestros adultos mayores del CBA corregimiento el Jordán cuentan con unas actividades físicas, mejorando su calidad de vida. • Especificaciones del grupo: se hacen movimientos articulares, trabajos de fuerza y trabajos de relajación muscular (masajes). donde también nos acompañó la terapeuta • Individualidades: los adultos mayores manifiestan que se sienten muy contentos al saber que hay personas que se preocupan por ellos y más por su calidad de vida.
1.11	Barrio sano y activo el hospital	• Generalidades: el instituto de deporte y recreación INDERSAC a través del programa san Carlos sano y activo "por su salud muévase pues" tiene una muy buena estrategia que es llegar a nuestros barrios del municipio promoviendo hábitos y estilos de vida saludable. • Especificaciones del grupo: en el barrio el hospital realizamos una rumba aeróbica, baile de salón salsa, merengue y paso doble), folclor, clase funcional y recreación. • Individualidades: Donde la comunidad participo en familia y compartió con sus vecinos de una muy buena actividad.

2. **OBJETO ESPECÍFICO 2:** Proyectar, inscribir, y realizar apoyo logístico en los eventos municipales, enmarcados en el programa "por su salud, muévase pues"; así como también Promover y coordinar la participación de la comunidad en el centro de acondicionamiento física "Gimnasio".

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 8,15,29 de marzo polideportivo gimnasio

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
2.1	Gimnasio municipal	• Generalidades: mejorando las actividades del gimnasio municipal quisimos hacer una actividad de toma de IMC (índice de masa corporal) y recomendaciones nutricionales. • Especificaciones del grupo: se apoyó en una actividad de toma de IMC (índice de masa corporal) y recomendaciones nutricionales. Individualidades: los usuarios manifestaron que este tipo de actividades deberían de ser más frecuente.

3. **OBJETO ESPECÍFICO 3:** Diligenciar y presentar cuando le sea requerido al supervisor designado el planeador de actividades, inventarios, informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, oferta de servicio y demás formatos establecidos por la Administración Municipal, la Secretaria de Bienestar Social y el INDERSAC.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 23,24 y 25 de marzo polideportivo – realización de informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia,

Wilmer Ferney Pérez Giraldo
Promotor INDERSAC

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
3.1	, realización de informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia,	• Generalidades: realización de informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, • Especificaciones: se realizó la elaboración de informe de mes con sus diferentes actividades, se hiso control de asistencia con el grupo de rumba aeróbica

4. **OBJETO ESPECÍFICO 4:** Participar activamente en encuentros informativos, programados y concertados convocadas por el supervisor designado, donde se desarrollan temas relacionados con la prestación del servicio contratado.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 22 de marzo polideportivo – capacitación

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
4.1	1 encuentro subregional virtual de coordinadores "por su salud, muévase pues"	• Generalidades: capacitación promotores INDERSAC • Especificaciones: capacitación sobre formatos requeridos INDERSAC Individualidades: la capacitación fue dirigida por el coordinador del INDERSAC

5. **OBJETO ESPECÍFICO 5:** Demás actividades asignadas por el supervisor y que tengan relación directa con el objeto contractual.

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:
14 ,15,18 de marzo 2022 polideportivo – Reunión sobre día mundial de la actividad física

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
5.1	Reunión sobre día mundial de la actividad física	• En estas reuniones se organiza la semana de actividad física en la celebración del día mundial de la actividad física, con diferentes actividades lúdicas recreativas y formativas

Wilmer Ferney Pérez Giraldo
Promotor INDERSAC

RESUMEN DE ACTIVIDADES

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
Dirigir las sesiones de actividad física en el programa SAN CARLOS SANO Y ACTIVO "POR SU SALUD MUEVASE PUES" con los grupos: • Adulto mayor sano y activo "PROPA". • Grupo rumba aeróbica comunidad en general. • Grupo de caminantes; funcional, Maratón aeróbico XSSMP. • Colegios sano y activo. Escuela saludable, pausas activas, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	59
Proyectar, inscribir, y realizar apoyo logístico en los eventos municipales, enmarcados en el programa "por su salud, muévase pues"; así como también Promover y coordinar la participación de la comunidad en el centro de acondicionamiento física "Gimnasio".	3
Diligenciar y presentar cuando le sea requerido al supervisor designado el planeador de actividades, inventarios, informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, oferta de servicio y demás formatos establecidos por la Administración Municipal, la Secretaria de Bienestar Social y el INDERSAC.	3
Participar activamente en encuentros informativos, programados y concertados convocadas por el supervisor designado, donde se desarrollan temas relacionados con la prestación del servicio contratado.	1
Demás actividades asignadas por el supervisor y que tengan relación directa con el objeto contractual	3
TOTAL	69

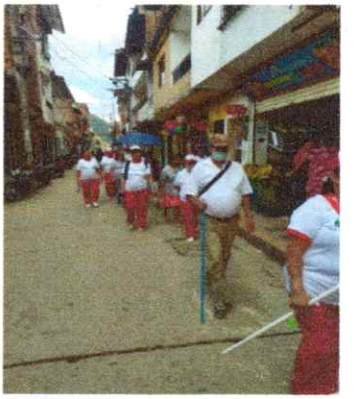
Wilmer Ferney Pérez Giraldo
Promotor INDERSAC

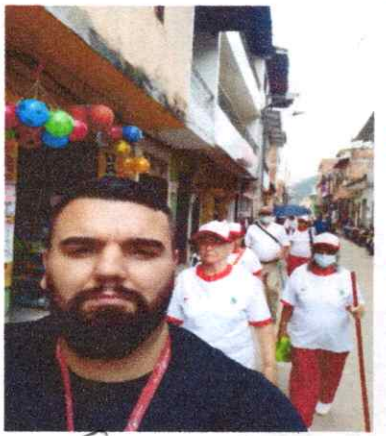
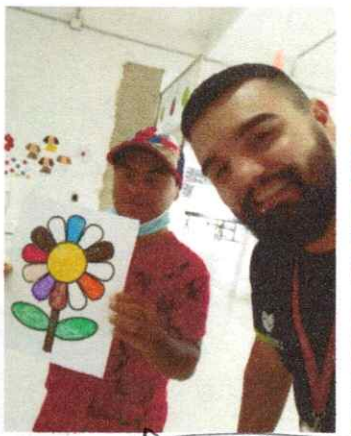
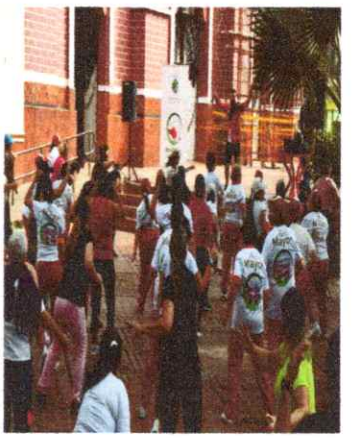
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA







WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC: 70.167.449

HARRISON ALEXANDER RAMIREZ LOAIZA
Director INDERSAC

ROBINSON DE JESÚS RAMIREZ RAMIREZ
Secretario de bienestar social
Supervisor

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 70167449		PEREZ GIRALDO WILMER FERNEY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE 20 # 17-21	SAN CARLOS-ANTIOQUIA	5555555	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2022-03	2022-03	21452772	9432283887	I	2022/04/12	2022/03/16	BANCO DE OCCIDENTE	0	$309,400

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO			NOVEDADES	PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES				
No.	Identificación	Nombre	ing ret tde tae tdp tap vsp cor vst sln ige lma vac avp vct irl vip	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte	Exonerado SENA e ICBF	Total Aportes
SUCURSAL: PRINCIPAL (1 Afiliados)						$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0		$309,400
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)						$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0		$309,400
Ciudad: SAN CARLOS Depto: ANTIOQUIA (1 Afiliados)						$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0		$309,400
1	CC	70167449	PEREZ WILMER	230301	30	$1,000,000	$160,000	EPS044	30	$1,000,000	$125,000		0	$0	$0	14-11	30	$1,000,000	$24,400	0	$0	$0	No	$309,400
Total		**Afiliados(1)**				$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0		$309,400

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 70167449		PEREZ GIRALDO WILMER FERNEY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE 20 # 17-21	SAN CARLOS-ANTIOQUIA	5555555	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2022-03	2022-03	21452772	9432283887	I	2022/04/12	2022/03/16	BANCO DE OCCIDENTE	0	$309,400

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$160,000	$0	$0	$160,000
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$160,000	$0	$0	$160,000
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$24,400	$0	$0	$24,400
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	$24,400	$0	$0	$24,400
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$125,000	$0	$0	$125,000
MEDIMAS EPS	EPS044	901,097,473	5	1	$125,000	$0	$0	$125,000
TOTAL				1	$309,400	$0	$0	$309,400

Cuenta de cobro N° 3

EL MUNICIPIO DE SAN CARLOS ANT.

DEBE A:

WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC.70167449

LA SUMA DE $ 2.099.790

(DOS MILLONES NOVENTA Y NUEVE MIL SETECIENTOS NOVENTA PESOS M.L.)

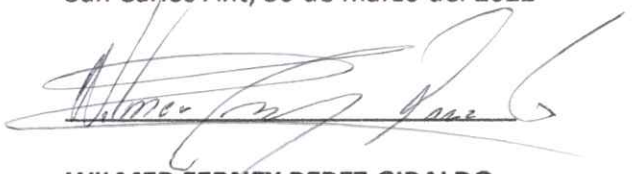
POR CONCEPTO DE:

El objeto de la presente contratación es Prestación de servicios de apoyo a la gestión como promotor del programa "por su salud, muévase pues" en actividades lideradas desde el instituto de deportes y recreación INDERSAC para el fortalecimiento de los diferentes grupos poblacionales en el área urbana y rural del municipio de San Carlos – Antioquia.

En el periodo comprendido del 1 al 30 de marzo 2022

Declaro bajo la gravedad de juramento que no recibo ingresos superiores a lo que estipula la ley, que no estoy obligado a cobrar IVA por pertenecer al régimen simplificado, hago los aportes a la seguridad social como lo estipula la ley; cumplo con lo dispuesto en los artículos 329, 383, y 384 del Estatuto Tributario y de acuerdo con la Ley 2202 del 30 de diciembre del 2016 y el Decretos Reglamentarios y demás normas complementarias a las cuales me acojo, así mismo que no he contratado personal para prestar el servicio por lo menos durante 90 días continuos o discontinuos y por lo tanto la retención que me corresponde es de la cedula de rentas de trabajo según el artículo 383 del estatuto tributario, dando cumplimiento a la Ley 1819 de 2016, así mismo Declaro bajo la gravedad de juramento, que toda la información contenida aquí es cierta. Además, manifiesto que las relaciones contractuales no exceden los topes mensuales establecidos en la ley por lo cual solicito que NO SE ME EFECTÚE RETENCIÓN EN LA FUENTE.

San Carlos Ant, 30 de marzo del 2022



WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC.70.167.449
CEL: 3146630114