INFORME NUMERO 02

CONVENIO DE ASOCIACIÓN 005 – 2018

PROGRAMA DE ATENCION INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR - CENTRO DÍA



OBJETO CONVENIO: Aunar esfuerzos entre el Municipio de Samaná Caldas y una entidad privada sin ánimo de lucro para continuidad a la estrategia de centro día (Atención Integral del adulto mayor) en el municipio de Samaná.

PRESENTADO POR: Corporación para el fortalecimiento y desarrollo socioeconómico y ambiental de las comunidades "**CORPORACIÓN MONTES AZULES**"

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

CONTENIDO

1. Introducción
2. Servicios del Centro Día
3. Especificación de los servicios.
4. Anexos:
    - Listados de asistencia
    - Fichas de Valoración Nutricional
    - Perfiles escala FUMAT
    - Asistencias de atención psicosocial y aplicación de escala FUMAT
    - Asistencias seguimientos a usuarios de alimentación diaria.
    - Acta de Socialización de resultados de tamizajes de salud mental.
    - Anexos atención fisioterapéutica.
    - Planilla visitas interinstitucionales.
    - Planilla venta de artículos- trabajo asociativo.
    - capacitaciones dictadas por un Técnico profesional en desarrollo social y salud comunitaria, al equipo de trabajo.

1.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

2. INTRODUCCIÓN

Centro Día, como programa de Atención Integral del Adulto mayor, se esfuerza cada vez más en proveer condiciones de bienestar, confort, tranquilidad y provecho para la población objeto de intervención quienes transitan su etapa de vejez. Esto ha sido posible gracias al convenio establecido entre la Gobernación de Caldas y el Municipio de Samaná, quienes en un interés por atender este importante segmento poblacional se han situado de cara a las necesidades de sus adultos mayores, brindando oportunidades para su bienestar y calidad de vida a través de la ejecución de dicho programa.

Durante el proceso de envejecimiento los adultos mayores experimentan una serie de cambios a nivel físico, psicológico y social que afecta de manera diversa sus condiciones de vida y convivencia en el entorno donde se encuentran. El programa Centro Día ha sido pensado para atender de manera integral a los adultos mayores vinculados al mismo, bajo valoraciones socioeconómicas y psicosociales que contemplan sus distintos grados de vulnerabilidad y responde de manera positiva a las necesidades y carencias de esta población, pero, también potencia sus capacidades aptitudes y habilidades, vinculándolos a distintos escenarios sociales como agentes activos.

De este modo, el programa Centro Día a través de su operador Corporación Montes Azules, atiende cada mes alrededor de 300 adultos mayores, cuya edad oscila entre los 60 y 98 años quienes se benefician de los distintos servicios ofrecidos de acuerdo al tipo de vinculación que existe por parte de cada beneficiario con el programa y la participación que ejerce dentro de las actividades desarrolladas.

Centro día en el municipio de Samaná, ofrece distintos beneficios para los adultos mayores, entre los cuales se encuentran: Valoración nutricional y alimentación, aseguramiento y atención básica en salud, atención psicosocial, apoyo fisioterapéutico, recreación y actividad física, actividades de entretenimiento - uso del tiempo libre y trabajo asociativo y productivo. Todas estas iniciativas están orientadas no solo atender necesidades básicas, en el caso de quienes se benefician de la asistencia alimentaria, sino también a promover y fomentar la autovalencia, autonomía, recuperación y/o sostenibilidad funcional tanto física como mental que le permite al adulto mayor insertarse en escenarios sanos de

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

socialización mejorando su bienestar y calidad de vida.

3. SERVICIOS DEL CENTRO DÍA.

Centro Día, trabaja varias líneas que de manera articulada buscan brindar una atención integral a la población objeto, la cual está constituida por adultos mayores del municipio de Samaná. Dichas líneas han sido pensadas desde las necesidades y potencialidades de este grupo poblacional, por lo tanto responden de manera armónica a los diagnósticos previos del municipio en torno al concepto de vejez, crecimiento demográfico del adulto mayor y sus condiciones de vida. De igual forma se ha considerado lo ordenado por el artículo 11 de la ley 1276 de 2009, modificatorio del artículo 6 de la ley 687 de 2001. Así los servicios prestados por el programa Centro Día son:

ALIMENTACION Y VALORACION NUTRICIONAL: Proveer el servicio de alimentación a 30 personas de la tercera edad, que se encuentran en mayores condiciones de vulnerabilidad y no cuentan con los recursos ni la asistencia familiar necesaria para asegurar su manutención. Del mismo modo se realiza asistencia nutricional la cual asegura la ingesta balanceada de nutrientes necesarios, prestando especial vigilancia a aquellos problemas de malnutrición y/o sobrepeso, realizando las sugerencias de cuidado pertinentes para cada caso.

Dentro de este servicio también se provee refrigerio una vez por semana a 300 adultos mayores que acuden periódicamente a las actividades desarrolladas en el centro, mientras comparten con sus pares y participan activamente,

ASEGURAMIENTO Y ATENCIÓN BÁSICA EN SALUD: A través de estos servicios se pretende en primer lugar garantizar el acceso a los servicios de salud, vigilando que todas las personas de la tercera edad se encuentren afiliadas a un régimen de atención o realizando las gestiones pertinentes desde la secretaría local para que así sea. En segundo lugar se busca brindar asistencia básica que permita identificar problemas de salud, realizar seguimiento a enfermedades crónicas, adelantar acciones de promoción y prevención, como también acciones paliativas en salud que mitiguen o atenúen las dificultades presentadas por el padecimiento de alguna

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

enfermedad y/o el desgaste físico; del mismo modo esta atención permite reconocer factores de riesgo, promoviendo el cuidado y autocuidado en el adulto mayor.

ATENCION PSICOSOCIAL: Orientada al abordaje psicosocial que permite acompañar el transito del adulto mayor dentro de su etapa senil, facilitando el afrontamiento cambios y procesos asociados a la edad, consiguiendo el fortalecimiento de su identidad, manejo de emociones, estado de ánimo, desarrollo de habilidades y reconocimiento de sus capacidades como personas útiles en sociedad.

ATENCION FISIOTERAPEUTICA: A través de este servicio se busca realizar desde un enfoque terapéutico, una correcta estimulación motriz, trabajo muscular y óseo moderado, orientado a la recuperación, rehabilitación y/o sostenibilidad de la movilidad física y funcional posible en el adulto mayor. Este trabajo fortalece la marcha y autovalencia en su cotidianidad mejorando a la vez su salud y calidad de vida.

RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA: Desde este componente se busca propiciar una mayor incorporación de adultos mayores a la sociedad a través de actividades físicas y recreativas que aporten al goce y disfrute de su tiempo libre en espacios de sano esparcimiento, contribuyendo además al mejoramiento del estado de salud, sostenibilidad de sus posibilidades funcionales y aumento de su bienestar físico, mental y social.

ACTIVIDADES PRODUCTIVAS- USO DEL TIEMPO LIBRE: Centro Día, brinda diversas posibilidades a los adultos mayores respecto a la sana utilización de su tiempo libre, de acuerdo a sus gustos, intereses, capacidades y habilidades. De esta manera se realiza capacitación, orientación y actividades dirigidas en donde esta población participa en procesos de aprendizaje y explota sus aptitudes en ejercicios como: manualidades en distintos materiales hechas en foami, macramé, lana, material reciclable, jardinería y otras posibilidades que nacen de propuestas colectivas; del mismo modo estas actividades contribuyen al fortalecimiento motriz, funcional y mental en el marco de un escenario de sano esparcimiento.

TRABAJO ASOCIATIVO PRODUCTIVO: Este es un espacio diseñado para aquellos adultos mayores que aún están en la capacidad de generar artículos para su comercialización a partir de habilidades y talentos en la elaboración de productos artesanales, de esta manera quienes quieren y desean incorporarse a distintos escenarios de trabajo asociativo pueden hacerlo a través de la asesoría y acompañamiento que presta el Centro Día. De este componente se trabaja también

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

la participación de los adultos mayores en distintos espacios de socialización que permiten visibilizar bajo un principio de inclusión social, el trabajo del adulto mayor otorgando valor a sus producciones y manteniendo un rol activo en sociedad.

SEGURO EXCEQUIAL: El programa Centro Día, a través de la Corporación Montes Azules actuando como operador del mismo, brinda protección excequial a 300 adultos mayores beneficiarios del programa, quienes cuentan con cobertura funeraria, garantizando tranquilidad económica en todas las diligencias y actividades ligadas al fallecimiento de estas personas en caso de presentarse.

Por otro lado, cabe anotar que se cuenta con otras actividades contempladas dentro del programa Centro Día como lo son:

ENCUENTROS INTERGENERACIONALES: Buscan incluir y/o vincular a los adultos mayores a diferentes espacios de socialización que les permita compartir con otros colectivos y comunidades, reconociendo su participación en estos escenarios, fortaleciendo su identidad y manteniendo activo su rol en sociedad

CONSTITUCION DE REDES DE APOYO: Orientada a la participación de los adultos mayores en espacios de información, capacitación, socialización y aprendizaje en temas de interés, fortaleciendo así sus conocimientos e inserción en las realidades sociales.

USO DE INTERNET Y TICS: Constituye un acercamiento de los adultos mayores a las diferentes herramientas tecnológicas, reconociendo su utilidad, a la hora de consultar cualquier tipo de información mediante distintos medios de comunicación.

La población beneficiada está constituida por 30 personas de la tercera edad que cuentan con el servicio diario de alimentación debido a dificultades presentes respecto a su manutención y 300 adultos mayores más, quienes circulan en el programa una vez por semana participando de las actividades planificadas en el centro y reciben refrigerio mientras comparten con otros pares y socializan acerca de diferentes temas de su interés.

Labor: Centro día se ha constituido como uno de los programas más importantes del municipio de Samaná, ya que busca atender una población importante que tras el paso de la edad sufren exclusión y aislamiento de los distintos escenarios sociales, este programa provee al adulto mayor un espacio de socialización, participación, productividad, aprendizaje y plenitud que se ve reflejado en el aumento de su bienestar y calidad de vida.

HORARIO

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

El horario de servicios de la metodología de centro día en el municipio de Samaná es lunes a viernes de 08:00 am a 6:00pm de lunes a viernes.

Mañana:

08:00 a 08:30 Llegada al Centro – Recibimiento-Desayuno

08:30 a 09:00 Bienvenida y socialización del cronograma de la mañana.

09:00 a 09:30 refrigerio

09:30 a 10:30 Terapia Funcional – Cognitiva – Atención en Salud

10:30 a 11:30 Juego de mesa /estimulación mental u otras actividades propuestas.

11:30 a 12:00 Almuerzo

Medio día

12:00 a 02:00 Espacio de esparcimiento para el descanso en casa, diligencias pendientes, permanencia en la sala de estar y otros.

Tarde

02:00 a 03:00 Gimnasia – Terapia Física – Recreación (De acuerdo al cronograma)

03.00 a 04:00 Manualidades – Trabajo Asociativo

04:00 a 04:15 Refrigerio

04:15 a 05:00 Juegos de mesa- Socialización- Conversación

05:00 a 05:30 Cena

05:30 a 06:00 Evaluación de la jornada y salida de los adultos del centro.

Nota: Todos los servicios propuestos por Centro Día son brindados de manera transversal durante la jornada de trabajo con los grupos de adultos mayores que permanecen a diario y quienes visitan el centro de manera semanal. Así las cosas se programan:

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- Actividades fisioterapéuticas y de rehabilitación física.
- Actividades recreativas y de sana diversión.
- Actividades de inversión de tiempo libre como: manualidades y trabajo artístico.
- Actividades de alfabetización mecánica y digital.
- Actividades de capacitación productiva y trabajo asociativo.
- Talleres sobre cuidado de la salud y prevención de la enfermedad.
- Atención primaria en salud: toma de presión, peso, talla, administración de medicamentos, curaciones y otras.
- Actividades para el desarrollo psicosocial y terapéuticas orientadas a la salud mental.
- Participación en distintos eventos o actividades de orden social y comunitario.

4. ESPECIFICACIÓN DE LOS SERVICIOS

SERVICIO: COORDINACIÓN

La coordinación de tareas, procesos y actividades que se desarrollan en el programa Centro Día es un ejercicio constante y transversal donde se realiza la gestión, supervisión, engranaje y seguimiento de las acciones y propuestas que nacen en la ejecución del proyecto.

De este modo se garantiza un trabajo articulado entre profesionales, atención integral y de calidad en los servicios prestados bajo dinámicas de respeto, responsabilidad y compromiso con la labor que realiza el equipo interdisciplinar a cargo de brindar todas las atenciones.

Por otro lado es un compromiso constante para la coordinación de Centro Día, generar mediante gestión y movilización institucional, espacios de inclusión y participación donde los adultos mayores puedan ejercer protagonismo y diferentes contribuciones a su contexto, y, del mismo modo puedan obtener mayor reconocimiento y aceptación por parte de la sociedad bajo unos principios de valor

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

y consideración de la vejez como una etapa más en el ciclo vital de cualquier ser humano. Bajo la coordinación de Centro Día se vela por el bienestar integral y calidad de vida de la población beneficiada, propiciando además espacios de fortalecimiento del equipo de trabajo con el fin de dirigir con mayor efectividad cada una de las actividades pensadas desde y para los adultos mayores.

METODOLOGIA DESARROLLADA:

Entendiendo que la realidad social es el producto de construcciones individuales y colectivas, en donde cada concepto es aprendido y apropiado del medio, se hace necesario visionar el trabajo con los adultos mayores bajo una mirada integral en donde se parte de una realidad tejida en medio de cambios y dificultades propiciados por la edad, que su vez son reconocidos y estigmatizados en el contexto como características condicionantes que terminan excluyendo al adulto mayor de diferentes escenarios sociales.

De esta manera se hace necesario comprender desde un enfoque de derechos y calidad de vida el tema de vejez y ancianidad, para lograr proponer alternativas viables y de respuesta a las necesidades del adulto mayor; por ello, la metodología de trabajo planteada durante el desarrollo de la coordinación Centro Día corresponde a una propuesta de comunidad, de orden construccionista que considera necesario el aporte interdisciplinar, puesto a prueba bajo la acción y reflexión de las intervenciones realizadas, siempre otorgando el papel protagónico a los adultos mayores quienes constituyen la población objeto.

Se trata entonces del aprovechamiento de un equipo de trabajo interdisciplinar que se encuentra en capacidad de brindar distintos aportes desde su especialidad a la calidad de vida de los adultos mayores. Así, mediante estrategias socioeducativas, lúdicas y participativas se busca fortalecer todas las acciones en pro del bienestar físico, psicológico y social de los adultos mayores al interior del programa Centro Día.

Por otro lado, dentro de esta propuesta construccionista se busca vincular también a las distintas instituciones, organizaciones y colectivos presentes en el municipio a las diferentes oportunidades de socialización con los adultos mayores, generando así un fortalecimiento de la identidad de las personas de la tercera edad en

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

escenarios de inclusión y respeto frente a sus saberes, capacidades y habilidades; manteniendo de esta forma canales de comunicación abiertos entre estos grupos poblacionales garantizando un rol activo en sociedad.

Es así como desde la coordinación del programa Centro Día se formula una metodología de trabajo que contempla al adulto mayor como protagonista de su proceso , al equipo de trabajo como guía de los procesos diseñados en pro de su bienestar y los actores externos como activos contribuyentes en la creación de espacios de reconocimiento y resignificación de la vejez.

Todo esto puesto en marcha de forma articulada logra gestar y co-construir nuevas oportunidades que posibilitan y aumenten la calidad de vida de los adultos mayores, lo cual finalmente es el propósito fundamental del programa Centro Día.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

- Se gestionaron recursos con la Unidad de Víctimas y la Secretaría de Planeación Municipal, con las cuales se logró realizar una gran Natillada, donde se invitaron los 300 adultos mayores pertenecientes al programa Centro Día y un presbítero de la parroquia, quien estuvo apoyando la actividad programada.

- Se coordinó la vinculación y participación del programa Centro Día al evento masivo de alumbrado navideño del 07 de diciembre, organizado por la Alcaldía Municipal de Samaná donde los adultos mayores pudieron integrarse a un espacio de celebración e integración con la comunidad en general, disfrutando de un ambiente sano de recogimiento.

- Se organizaron las novenas navideñas integrando a toda la población beneficiada del programa Centro Día y la participación de actores pertenecientes a la comunidad Samaneña.

- Se invitaron distintas Instituciones y colectivos a participar de actividades de integración programadas con los adultos mayores: Entres estas se destacaron la participación de la Biblioteca Municipal y el movimiento navideño infantil (MONAIN)

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- Se promovió una campaña de donación de regalos navideños para los adultos mayores pertenecientes al programa; priorizando el grupo beneficiario del programa de alimentación diaria, quienes presentan mayores condiciones de vulnerabilidad. En esta campaña se vincularon: la E.S.E hospital San José, Comité de Cafeteros, Empocaldas, Policía Nacional, y Secretarías locales.

- Se realizó supervisión y seguimiento de cada uno de los servicios prestados en Centro Día a través de la verificación de cronogramas de trabajo presentados por el personal vinculado al programa para la atención integral de los adultos mayores. Para esto se constató la pertinencia, variedad e innovación de las actividades propuestas, con el fin de brindar una atención completa y de calidad en cada uno de los componentes planteados.

- Se llevó a cabo Inspección y vigilancia del servicio de alimentación y nutrición brindado a 30 adultos mayores mediante el suministro de desayunos almuerzos, refrigerios y cenas, verificando el cumplimiento de las minutas establecidas, revisando calidad de los productos utilizados, preparación y dosificación en el momento de entregar los alimentos. Del mismo modo se hace supervisión en la entrega de refrigerios diarios a los grupos que participan de las diferentes actividades en las jornadas de las tardes, en donde se vinculan 60 adultos mayores diariamente.

- Se adelantó la formulación y ejecución de propuestas de mejora con relación al funcionamiento de los servicios presentes en el centro y los planes de trabajo, velando por la innovación de propuestas y acciones a ejecutar.

- Se realizaron acciones de promoción sobre buenas relaciones humanas fomentando interacciones en marcos de respeto y cordialidad entre el equipo de trabajo y con la población beneficiaria. Del mismo modo se hizo seguimiento a las condiciones de salud laboral y seguridad en el trabajo.

- Se ejecutó la coordinación y elaboración de mesas temáticas en donde se evalúan los procesos que se adelantan desde las distintas áreas con el equipo de trabajo en busca de identificar falencias y responder con alternativas de solución a las mismas.

- Se recibió visita de auditoría de la gobernación de Caldas, entidad cofinanciadora del proyecto Centro Día, quien realizó la supervisión de la ejecución del convenio, constatando el cumplimiento de los lineamientos del

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

programa y se solicitaron a los servicios correspondientes los planes de mejora de acuerdo a los hallazgos encontrados.

.

- Se elaboró y se solicitó el listado de materiales e insumos mensuales y semanales necesarios para el funcionamiento del centro en cada uno de los servicios. (alimentación, implementos de aseo, enfermería, manualidades y área productiva)

- Se realizó evaluación constante y transversal a los procesos realizados durante el centro buscando fortalecer desde acciones de mejora cada uno de los servicios.

MATERIALES UTILIZADOS PARA LAS ACTIVIDADES:

- Medios electrónicos de comunicación. TICS
- Agenda
- Listas de chequeo
- Computador
- Elementos de oficina

CONCLUSION:

- El proceso que se viene adelantando desde el programa de Centro Día con los adultos mayores del Municipio, adquiere cada vez más reconocimiento e impacto a nivel local, puesto que se han sumado de manera progresiva otras Entidades e Instituciones interesadas en adelantar acciones de bienestar en pro de este importante grupo poblacional; lo que les ofrece mayores posibilidades y oportunidades para aumentar su calidad de vida y mejorar sus condiciones físicas, mentales y emocionales.

FORTALEZAS DEL PROCESO:

- Cada vez se cuenta con mayor participación de otras Instituciones y Entidades interesadas en llevar a cabo procesos de socialización e integración con los adultos mayores pertenecientes al programa de atención integral del adulto mayor Centro Día. De esta manera el trabajo realizado con el programa ha obtenido mayor reconocimiento dentro del contexto local, lo que ha permitido un posicionamiento importante del trabajo que se realiza.
- Se obtuvo una buena recepción y apoyo de las Instituciones con relación a las actividades que se programaron durante la época decembrina.
- La Corporación montes azules ha ido tejiendo una experiencia importante en atención integral al adulto mayor lo que permite el fortalecimiento, eficacia y efectividad de los procesos que adelanta.
- Se dispone de infraestructura amplia y con las adecuaciones básicas necesarias para su funcionamiento.

DEBILIDADES:

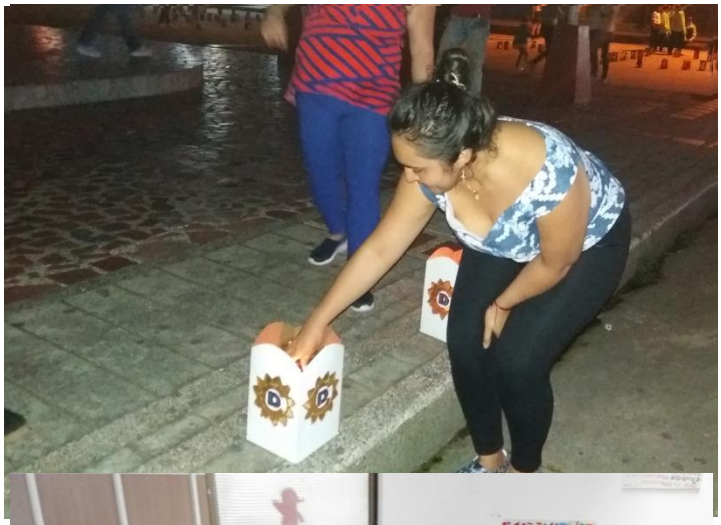
- Durante la época navideña se presenta un poco de asistencia interrumpida de algunos grupos de trabajo de adultos mayores programados para las tardes, debido a su participación en otros espacios de socialización que ofrece la temporada.

REGISTRO FOTOGRAFICO












Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com








Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SERVICIO*:* ALIMENTACIÓN

Se proporciona la alimentación diaria a 31 adultos mayores (desayuno, refrigerio, almuerzo, refrigerio, cena) de lunes a viernes.

La nutricionista del Centro Día elaboró una minuta de alimentación balanceada y de acuerdo a las necesidades alimenticias de los adultos mayores que se encuentran asistiendo al Centro Día, teniendo en cuenta factores fisiológicos que contemplan limitaciones físicas en: encías, dentadura y reducción de los sentidos del gusto y el olfato. Por lo tanto las comidas son elaboradas teniendo en cuenta una atractiva presentación, con la apropiada mezcla de texturas, colores y sabores.

Garantizar la alimentación que asegura la ingesta necesaria a nivel proteico-calórico y de micronutrientes que garanticen las buenas condiciones de salud para el adulto mayor de acuerdo con los menús que de manera especial y para los requerimientos de esta población.

Para el cumplimiento de este numeral de la ley referida, además del profesional en nutrición, se garantiza el personal auxiliar de cocina, con los exámenes de salud requerida, así como el aval y conocimientos en manipulación de alimentos. Este personal cuenta con los elementos necesarios que garantizan la asepsia en la preparación de los alimentos, además de la observancia de los protocolos y las minutas especiales definidas por la nutricionista.

En la evaluación realizada por la nutricionista se determinó que hay una abuela con peso bajo durante este mes en la alimentación se reforzó con Ensure y bienestarina, en la espera de su evolución y recuperación.

A continuación se presentan las minutas establecidas:

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SEMANA 1										
DESAYUNO										
GRUPOS DE ALIMENTOS MINUTA PATRON	LUNES- MENU 1		MARTES- MENU 2		MIERCOLES- MENU 3		JUEVES- MENU 4		VIERNES- MENU 5	
	PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION	
LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE		COLADA DE MAICENA		CAFÉ CON LECHE		COLADA DE AVENA		CAFÉ CON LECHE	
	Leche	**120cc**	**Leche**	**120cc**	**Leche**	**120cc**	**Leche**	**120cc**	**Leche**	**120cc**
	azucar	**16g**	**Panela**	**17g**	**azucar**	**16g**	**Panela**	**17g**	**Panela**	**17g**
	Chocolate	**14g**	**maicena**	**14g**	**café**	**14g**	**Avena**	**14g**	**café**	**14g**
CEREAL	AREPA CON MANTEQUILLA		PAN CON MANTEQUILLA		AREPA CON MANTEQUILLA		PAN ALIÑADO		PAN CON MANTEQUILLA	
	Arepa	70g	Pan	70g	Arepa	70g	Pan	70g	**Pan**	70g
	Mantequilla	6cc			Mantequilla	6cc			**Mantequilla**	**6cc**
PROTEINAS	QUESO		HUEVO PERICO		QUESO		HUEVO REVUELTO		QUESO	
	Queso	60g	Huevo	55 g	Queso	60g	Huevo	55 g	**Queso**	**60g**
			Tomate	5g			Mantequilla	6cc		
			cebolla	5g						
			aceite	6cc						
FRUTA	FRUTA ENTERA		FRUTA PICADA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA	
	Banano	126g	Mango	126g	Granadilla	126g	Manzana	126g	Guayaba	126g
REFRIGERIO DE LA MAÑANA										
FRUTA ENTERA	JUGO DE MANDARINA		JUGO DE BANANO EN LECHE		JUGO DE MANGO EN LECHE		JUGO DE MORA EN LECHE		MAZAMORRA	
	Mandarina	105g	Banano	47g	Mango	47g	Mango	47g	maiz	14g
			azucar	16g	azucar	16g	azucar	16g	leche	120 cc
			leche	120cc	leche	120g	leche	120g	banano	105g
CEREAL	TORTA		GALLETA DE LECHE		GALLETA WAFFER		GALLETA DULCE		BOCADILLO	
	Torta	50g	Galleta leche	21g	Waffers	21g	Galleta	21g	Bocadillo	20g
ALMUERZO										
SOPA	LENTEJAS		CREMA DE CEBOLLA		SOPA DE VERDURAS		CREMA DE AHUYAMA		FRIJOLES	
	lentejas	30g	cebolla	25g	Avena	6 g	Ahuyama	31 g	frijol	30g
	Maiz	6 g	Maiz	6 g	Papa	17g	Avena	6 g	Maiz	6 g
	Papa	17g	Papa	17G	**Zanahoria**	**25g**	Papa	17g	Platano Verde	17g
	Zanahoria	14g	Sal	1 g	Habichuela	31 g	Zanahoria	14G	Zanahoria	14G
	Sal	1 g	**Leche**	**20cc**	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
	Tomate	3 g					**Leche**	**20cc**	**cebolla**	**5g**
	Cebolla	3 g							**tomate**	**5g**
PROTEINA	CROQUETAS DE POLLO		ALBONDIGA		PECHUGA DE POLLO DORADA		CARNE ASADA PICADA		HUEVO REVUELTO	
	Pechuga de Pollo	150g	Carne Molida	110g	Pechuga de Pollo	150g	Carne Asada	110g	Huevo	55 g
	Sal	1 g	Cebolla	5g	Sal	1 g				
	Harina	5 g	Tomate	5g						
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO		MACARRONES		ARROZ BLANCO	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g	Macarrones	40g	Arroz	29g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
	Zanahoria	5 g					**cebolla**	**10g**		
							tomate	**10g**		
TUBERCULOS/ PLATANOS	TAJADA DE PLATANO		PAPA CRIOLLA		PAPA COCIDA		PAPAS A LA FRANCESA		TAJADAS DE MADURO	
	Platano	70g	Papa Criolla	70g	Papa	70g	Papa	70g	Platano Maduro	70g
HORTALIZAS Y VERDURAS	ENSALADA DE CEBOLLA, PIMENTON Y CILANTRO		ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA		ENSALADA DE PIÑA CEBOLLA Y PEPINO		ENSALADA DE ARVEJA PEREJIL, HABICHUELA Y CEBOLLA		REBANADAS DE TOMATE	
	cebolla	**20g**	**lechuga**	**20g**	**piña**	**60g**	**arveja**	**10g**	**Tomate**	**43g**
	pimenton	**20g**	**zanahoria**	**20g**	**cebolla**	**25g**	**habichuela**	**20g**		
	cilantro	**20g**	mayonesa	2 cc	**pepino**	**25g**	**cebolla**	**20g**		
	vinagreta	**5cc**	**vinagreta**	**5cc**	**vinagreta**	**10cc**	**perejil**	**5g**		
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**
FRUTAS	JUGO DE FRUTA BANANO		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	banano	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g
REFRIGERIO DE LA TARDE										
LACTEOS	KUMIS		YOGURTH		KUMIS		QUESO		YOGURTH	
	kumis	**150cc**	**Yogurth**	**150cc**	**kumis**	**150cc**	Queso	50g	**Yogurth**	**150cc**
DULCE	BOCADILLO						BOCADILLO		PANDEQUESO	
	Bocadillo	20g					Bocadillo	20g	pandequeso	50g
CEREAL			GALLETAS WAFFER		GALLETA DULCE		GELATINA PREPARADA			
			Galletas Waffer	21g	Galleta	21g	gelatina	21g		
COMIDA										
PROTEINA	HUEVO		HIGADO ENCEBOLLADO		SANDUCHE DE POLLO		POLLO A LA PLANCHA		CARNE ASADA	
	huevo	55g	higado	110g	Pechuga de Pollo	150g	pollo	150g	carne	110g
	Sal	1 g	Cebolla	15g	Sal	1 g				
CEREAL	ARROZ CON VERDURAS		ARROZ BLANCO		PAN TAJADO		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Pan	29g	Arroz	29g	Arroz	29g
	Sal	1 g	Sal	1 g			Sal	1 g	Sal	1 g
	Zanahoria	10g								
	habichuela	15g								
TUBERCULOS/ PLATANOS	PLATANO CALADO		PAPA CRIOLLA				PLATANO ASADO		PAPA COCIDA	
	Platano	70g	Papa Criolla	70g			Platano	70g	papa	70g
	panela	10g								
HORTALIZAS Y VERDURAS					VERDURAS		RODAJA DE TOMATE		RODAJAS DE ZANAHORIA	
					piña	**60g**	**tomate**	**46g**	**Zanahoria**	**43g**
					cebolla	**25g**				
					lehuga	**25g**				
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**	**ACEITE**	**18cc**
FRUTAS	JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	Guayaba	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SEMANA 2										
DESAYUNO										
	LUNES- MENU 6		MARTES- MENU 7		MIERCOLES- MENU 8		JUEVES- MENU 9		VIERNES- MENU 10	
GRUPOS DE ALIMENTOS MINUTA PATRON	PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION		PREPARACION	
LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE		COLADA DE MAICENA		CAFÉ CON LECHE		COLADA DE AVENA		CHOCOLATE CON LECHE	
	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc
	azucar	16g	Panela	17g	azucar	16g	Panela	17g	Panela	17g
	Chocolate	14g	maicena	14g	café	14g	Avena	14g	Chocolate	14g
CEREAL	PAN CON MANTEQUILLA		GALLETAS CON MANTEQUILLA		AREPA CON MANTEQUILLA		PAN		AREPA	
	Pan	70g	Galleta	20g	Arepa	70g	Pan	70g	Arepa	20g
	Mantequilla	6g	Mantequilla	2 g	Mantequilla	6g				
PROTEINAS	QUESO		HUEVO DURO		QUESO		HUEVO PERICO		HUEVO REVUELTO	
	Queso	60g	Huevo	55 g	Queso	60g	Huevo	55 g	Huevo	55 g
							Tomate	5g	Mantequilla	6g
							cebolla	5g		
							aceite	6cc		
FRUTA	FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA	
	Pera	126g	banano	126g	mandarina	126g	mango	126g	naranja	126g
REFRIGERIO DE A MAÑANA										
FRUTA ENTERA	ARROZ CON LECHE		JUGO DE MANGO EN LECHE		JUGO DE TOMATE DE ARBOL EN LECHE		ENSALADA DE FRUTAS		JUGO DE NARANJA	
	Leche	120cc	Mango	47g	tomate de arbol	47g	Mango	47g	naranja	126g
	Arroz	10g	azucar	16g	azucar	16g	Banano	47g		
	Azucar	16g	leche	120cc	leche	120cc	queso rayado	30g		
CEREAL	GALLETAS SALTIN		GALLETA CHOCOLATE		TORTA		MIEL		TORTA	
	Galleta	21g	Galleta Chocolate	21g	Torta	50g	miel	14g	ponque	50g
FRUTA	FRUTA ENTERA									
	Granadilla	126g								
ALMUERZO										
SOPA	SOPA DE PLATANO CON PAPA		SOPA DE PASTAS		FRIJOLES		CREMA DE ESPINACA		BLANQUILLOS	
	Avena	6 g	Pasta	6 g	frijol	30g	Avena	6 g	blanquillos	30g
	Papa	17g	Papa	17g	Maiz	6 g	Papa	17g	Maiz	6 g
	Zanahoria	14g	Zanahoria	14g	Platano Verde	17g	Espinaca	31 g	Papa	17g
	Platano	15g	Sal	1 g	Zanahoria	14G	Zanahoria	14g	Zanahoria	14g
	Sal	1 g			Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
					cebolla	5g	Leche	20cc	Tomate	3 g
					tomate	5g			Cebolla	3 g
PROTEINAS	CARNE ASADA		SUDADO DE POLLO CON PAPA		HUEVO PERICO		POLLO EN CUADRITOS		CARNE ENTERA EN TROZOS	
	carne	110g	Pollo	150g	Huevo	55 g	Pollo	150g	carne	110g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Tomate	5g	Cebolla	5 g	Sal	1 g
			Papa	70g	Cebolla	5g	Tomate	5 g		
CEREAL	ARROZ BLANCO		ARROZ CON ZANAHAHORIA		ARROZ BLANCO		PASTA- ESPAGUETTIS		ARROZ VERDE	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g	Pasta-Espaguettis	40g	Arroz	29g
	Sal	1 g	Zanahoria	15g	Sal	1 g	Sal	1 g	Espinaca	10g
			Sal	1 g			cebolla	5g	Sal	1 g
							tomate	5g		
TUBERCULOS/ PLATANOS	PLATANO MADURO				TAJADAS DE PLATANO		PAPA CRIOLLA		PAPA SALADA	
	Platano	70g			Platano	70g	Papa	70g	Papa	70g
HORTALIZAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REPOLLO, MANZANA VERDE Y MAYONESA		ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA		ENSALADA DE AGUACATE, ZANAHORIA, PEPINO, VINAGRE		ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, TOMATE Y LIMON		ENSALADA DE BROCOLI, COLIFLOR, HABICHUELA, SALSA NEGRA	
	manzana	20g	Remolacha	20g	aguacate	40g	lechuga	20g	Brocoli	25g
	Repollo	20g	Zanahoria	20g	zanahoria	20g	maiz	5g	coliflor	25g
	mayonesa	2 cc	mayonesa	2 cc	pepino	20g	tomate	20g	habichuela	25g
					vinagre	5cc	limon	15 cc	salsa negra	22g
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA TOMATE		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA GUANABANA	
	Guayaba	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Guanabana	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g
REFRIGERIO DE LA TARDE										
LACTEOS	YOGURTH		KUMIS		YOGURTH		AVENA		YOGURTH	
	Yogurth	150cc	kumis	150cc	Yogurth	150cc	Avena	150cc	Yogurth	150cc
CEREAL	GALLETA DULCE		PONQUE/TORTA		GALLETA DULCE		CUCA		PANELITA	
	Galleta dulce	21g	Ponque	50g	Galleta dulce	21g	cuca	21g	panelita	20g
COMIDA										
PROTEINA	SANDUCHE DE JAMON QUESO		PECHUGA DE POLLO DORADA		ALBONDIGA		CARNE MOLIDA		POLLO FRITO	
	jamon	40g	pollo	150g	carne molida	110g	CARNE MOLIDA	110g	pollo	150g
	queso	60g	Cebolla	5g	Sal	1 g				
			Tomate	5g						
CEREAL	PAN		ARROZ BLANCO		ESPAGUETTI		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
	pan	29g	Arroz	29g	SPAGUETTI	40g	Arroz	29g	Arroz	29g
			Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
TUBERCULOS/ PLATANOS			PAPA COCIDA		PURE DE PAPA		AREPA		PAPAS A LA FRANCESA	
			papa	70g	Papa	70g	Arepa	70g	papa	70g
HORTALIZAS Y VERDURAS	VERDURAS		HABICHUELA		VERDURAS CALIENTES		REBANADAS DE TOMATE		ENSALADA DE BROCOLI	
	lechuga	20g	habichuela	43g	habichuela	60g	Tomate	43g	brocoli	43g
	tomate	25g			cebolla	25g				
					zanahoria	25g				
					vinagreta	10cc				
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE GUAYABA		JUGO DE FRUTA TOMATE		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	Guayaba	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

CORPORACIÓN Montes Azules
Corporación para el Fortalecimiento y Desarrollo Socioeconómico y Ambiental de las Comunidades

Centro Día
Atención Integral del Adulto Mayor

SEMANA 3										
DESAYUNO										
GRUPOS DE ALIMENTOS	LUNES- MENU 11 PREPARACION		MARTES- MENU 12 PREPARACION		MIERCOLES- MENU 13 PREPARACION		JUEVES- MENU 14 PREPARACION		VIERNES- MENU 15 PREPARACION	
LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE		COLADA DE MAICENA		CAFÉ CON LECHE		COLADA DE AVENA		CHOCOLATE CON LECHE	
	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc
	azucar	16g	Panela	17g	azucar	16g	Panela	17g	Panela	17g
	Chocolate	14g	maicena	14g	café	14g	Avena	14g	Chocolate	14g
CEREAL	PAN CON MANTEQUILLA		AREPA CON MANTEQUILLA		TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA		AREPA		GALLETAS DE SAL	
	Pan	70g	Arepa	70g	Tostada	70g	Arepa	70g	Galletas	20g
	Mantequilla	6g	Mantequilla	6g	Mermelada	5 g				
					Mantequilla	6g				
PROTEINAS	QUESO		HUEVO		QUESO		HUEVO REVUELTO		HUEVO PERICO	
	Queso	60g	Huevo	55 g	Queso	60g	Huevo	55 g	Mantequilla	6g
							Mantequilla	6g	Huevo	55 g
									Tomate	5g
									Cebolla	5g
FRUTA	FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA	
	banano	126g	mango	126g	Granadilla	126g	manzana	126g	guayaba	126g
REFRIGERIO DE LA MAÑANA										
FRUTA ENTERA	CAFÉ CON LECHE		JUGO DE GUAYABA EN LECHE		JUGO DE PIÑA		MAZAMORRA		LECHE	
	Leche	120cc	Leche	120cc	piña	126g	maiz	14g	leche	120cc
	azucar	16g	Guayaba	47g	azucar	16g	leche	120 cc		
	café	14g	azucar	16g			banano	105g	BANANO	126g
CEREAL	GALLETA SALTIN		PAN DULCE		TORTA/PONQUE		BOCADILLO		GALLETA DULCE	
	galleta saltin	21g	pan	50g	Ponque	50g	Bocadillo	20g	Galleta	21g
FRUTA	FRUTA ENTERA						FRUTA ENTERA			
	Granadilla	126g					mandarina	126g		
ALMUERZO										
SOPA	SOPA DE AJIACO		FRIJOLES		SOPA DE AVENA		SOPA DE CUCHUCO		CREMA DE APIO CON PAPA CRIOLLA	
	Maiz	6 g	frijol	30g	Avena	6 g	Maiz	6 g	Maiz	6 g
	Papa	35g	Maiz	6 g	Papa	17g	Papa	17g	Papa Criolla	17g
	Zanahoria	9 g	Platano Verde	17g	Zanahoria	14g	Zanahoria	14g	Zanahoria	14g
	Papa criolla	35g	Zanahoria	14G	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
	Sal	1 g	Sal	1 g					Apio	7 g
			cebolla	5g					Leche	20cc
			tomate	5g						
PROTEINA	POLLO DORADO EN TROZOS		HUEVO FRITO		HAMBURGUESA DE CARNE		CARNE EN POLVO CON HUEVO		POLLO EN SALSA CRIOLLA PICADO	
	Pechuga de Pollo	150g	Huevo	55 g	Carne Entera	110g	Carne Molida	110g	Pollo	150g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Cebolla	5 g	Cebolla	5 g
							Tomate	5 g	Tomate	5 g
							Huevo	10 g	Sal	1 g
CEREAL	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO		ARROZ CON VERDURAS		PASTA- ESPAGUETTIS		ARROZ CON TOMATE	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g	Pasta-Espaguettis	40g	Arroz	29g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
					Habichuela	15 g	cebolla	5g	Tomate	5 g
					Zanahoria	16 g	tomate	5g		
TUBERCULOS/ PLATANOS			TAJADAS DE MADURO		PLATANO MADURO		PURE DE PAPA		PLATANOS ASADOS CON MANTEQUILLA	
			Platano Maduro	70g	Platano	70g	Papa	70g	Platano	70g
									Mantequilla	2 cc
HORTALIZAS Y VERDURAS	ENSALADA AGUACATE		ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA		ENSALADA DE ESPINACA, PEPINO, CEBOLLA ROJA Y VINAGRE		ENSALADA DE MANGO LECHUGA Y TOMATE		ENSALADA DE MAIZ, CEBOLLA, HABICHUELA	
	Aguacate	46g	lechuga	20g	espinaca	20g	mango	20g	maiz	5g
			zanahoria	20g	pepino	20g	lechuga	20g	habichuela	20g
			mayonesa	5 cc	cebolla roja	20g	tomate	20g	cebolla	20g
			vinagreta	5cc	vinagre	5cc	limon	5cc		
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE FRUTA MANGO		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	Mango	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g
REFRIGERIO DE LA TARDE										
LACTEOS	YOGURTH		KUMIS		AVENA		YOGURTH		KUMIS	
	Yogurth	150cc	kumis	150cc	avena	150cc	Yogurth	150cc	kumis	150cc
CEREAL			PAN DULCE		TORTA		PASTEL DULCE		CUCA	
			Pan	50g	Torta	50g	pastel	50g	cuca	21g
DULCE	GELATINA									
	Gelatina	20g								
COMIDA										
PROTEINA	SARDINA		CARNE ASADA		POLLO PICADO		TORTA DE CARNE		MUSLOS DE POLLO	
	sardina	80g	carne	110g	Pechuga de Pollo	150g	carne molida	110g	pollo	120g
	Sal	1 g			Sal	1 g				
CEREAL	ARROZ CON VERDURAS		ARROZ BLANCO		ESPAGUETTIS		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
	Arroz	29g	Arroz	29g	espaguettis	40g	Arroz	29g	Arroz	29g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
	Zanahoria	5 g								
	arveja	6g								
TUBERCULOS/ PLATANOS	PAPAS A LA FRANCESA		PAPA CRIOLLA		PURE DE PAPA		PATACON		TAJADAS DE MADURO	
	papa	70g	Papa Criolla	70g	Papa	70g	platano	70g	Platano Maduro	70g
HORTALIZAS Y VERDURAS			ENSALADA DE LECHUGA		REBANADAS DE TOMATE		PEPINO DULCE		REBANADAS DE TOMATE	
			lechuga	20g	Tomate	43g	pepino	10 g	Tomate	43g
			zanahoria	20g			azucar	10g		
			mayonesa	5 cc						
			vinagreta	5cc						
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE MANGO		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	mango	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SEMANA 4

DESAYUNO

GRUPOS DE ALIMENTOS MINUTA PATRON	LUNES- MENU 16		MARTES- MENU 17		MIERCOLES- MENU 18		JUEVES- MENU 19		VIERNES- MENU 20	
LACTEOS	CHOCOLATE CON LECHE		CHOCOLATE CON LECHE		CAFÉ CON LECHE		COLADA DE AVENA		COLADA DE MAICENA	
	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc
	azucar	16g	azucar	16g	azucar	16g	Panela	17g	Panela	17g
	Chocolate	14g	Chocolate	14g	café	14g	Avena	14g	maicena	14g
CEREAL	PAN TAJADO		GALLETAS CON MERMELADA Y MANTEQUILLA		AREPA		TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA		PAN ALIÑADO	
	Pan	70g	Galleta	70g	Arepa	70g	tostada	70g	Pan	70g
			Mantequilla	6g			Mermelada	5 g		
			Mermelada	2g			Mantequilla	6g		
PROTEINAS	HUEVO EN CACEROLA		QUESO		HUEVO EN TORTILLA		QUESO		HUEVO REVUELTO	
	Huevo	55 g	Queso	60g	Huevo	55 g	Queso	60g	Huevo	55 g
	Mantequilla	6g			Mantequilla	6g			Mantequilla	6g
FRUTA	FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA	
	pera	126g	banano	126g	mandarina	126g	manzana	126g	naranja	126g

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

FRUTA ENTERA	ARROZ CON LECHE		LECHE		CAFÉ CON LECHE		JUGO DE GUAYABA EN LECHE			
	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc	Leche	120cc		
	Arroz	10g			azucar	16g	Guayaba	47g		
	Azucar	16g			café	14g	azucar	16g		
	GALLETAS SALTIN		GALLETA CHOCOLATE		GALLETAS DUCALES		PAN DULCE		PONQUE/TORTA	
	Galleta	21g	Galleta Chocolate	21g	Galleta ducales	21g	pan	50g	Ponque	10 g
CEREAL	FRUTA ENTERA		FRUTA ENTERA		FRUTA PICADA				FRUTA PICADA	
	Mandarina	126g	banano	126g	Mango	126g			Piña	126g

ALMUERZO

SOPA	SOPA DE GUINEO		BLANQUILLOS		SANCOCHO		SOPA DE VERDURAS CO BIENESTARINA		FRIJOLES	
	Maiz	6 g	blanquillos	30g	papa criolla	17g	Avena	6 g	frijol	30g
	Sal	1 g	Maiz	6 g	Papa	35g	Papa	17g	Maiz	6 g
	Zanahoria	14g	Papa	17g	Zanahoria	14g	Habichuela	31 g	Platano Verde	17g
	guineo	17g	Zanahoria	14g	Sal	1 g	Zanahoria	14g	Zanahoria	14G
			Sal	1 g	Maiz	6 g	Sal	1 g	Sal	1 g
			Tomate	3 g	platano verde	35g			cebolla	5g
			Cebolla	3 g					tomate	5g
PROTEINA	ESTOFADO DE POLLO		HUEVO EN CACEROLA		CARNE DE MORRILLO		POLLO DORADO		CARNE MOLIDA	
	Pollo	150g	Huevo	55 g	Carne	110g	Pollo	150g	carne	110g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Tomate	3 g
	Habichuela	25g							Cebolla	3 g
	Zanahoria	25g								
	Papa	17g								
CEREAL	ARROZ VERDE		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO		MACARRONES	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g	Macarrones	40g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g
	espinaca	5g								
TUBERCULOS/ PLATANOS	PURE DE PAPA		TAJADAS DE PLATANO				PAPAS A LA FRANCESA		TAJADA DE PLATANO	
	Papas	70g	Platano	70g			papas	70g	platano	70g
HORTALIZAS Y VERDURAS	ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA		ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE		ENSALADA DE REPOLLO, MANZANA VERDE Y MAYONESA		ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, PIMENTON Y LIMON	
	Remolacha	20g	pepino	31 g	tomate	27g	manzana	20g	lechuga	20g
	Zanahoria	20g	zanahoria	20g	lechuga	27g	Repollo	20g	maiz	5g
	mayonesa	2 cc					mayonesa	5 cc	pimenton	20g
									limon	10 cc
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE FRUTA MANGO		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	Mango	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g

REFRIGERIO DE LA TARDE

LACTEOS	KUMIS		YOGURTH		AVENA		KUMIS		YOGURTH	
	kumis	150cc	Yogurth	150cc	Avena	150cc	kumis	150cc	Yogurth	150cc
CEREAL	PAN DULCE		PONQUE/torta		PAN DULCE		CUCA		PANELITA	
	Pan	50g	Ponque	50g	Pan	50g	Cuca	21g	Panelita	20g

COMIDA

PROTEINA	ALBONDIGA		CARNE PICADA		ATUN		SANDUCHE DE POLLO		CARNE ASADA	
	Carne Molida	110g	carne	110g	Atun	50g	Pechuga de Pollo	150g	Carne Molida	110g
	Cebolla	5g	Cebolla	5g	Sal	1 g	Sal	1 g		
	Tomate	5g	Tomate	5g	Cebolla	5g	PAN TAJADO			
					Tomate	5g	Pan	29g		
CEREAL	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO				ARROZ BLANCO	
	Arroz	29g	Arroz	29g	Arroz	29g			Arroz	29g
	Sal	1 g	Sal	1 g	Sal	1 g			Sal	1 g
TUBERCULOS/ PLATANOS	PLATANO ASADO		PAPA CRIOLLA		PURE DE PAPA				PLATANO CALADO	
	Platano	70g	Papa Criolla	70g	Papa	70g	VERDURAS		Platano Maduro	70g
									panela	20g
HORTALIZAS Y VERDURAS	REBANADAS DE TOMATE		ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA		ENSALADA DE ZANAHORIA Y PEPINO		piña	60g	HABICHUELA	
	Tomate	43g	lechuga	20g	zanahoria	20g	cebolla	25g	habichuela	43g
			zanahoria	20g	pepino	25g	lechuga	25g		
			mayonesa	5 cc						
			vinagreta	5cc						
GRASA PARA PREPARAR EL ALMUERZO	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc	ACEITE	18cc
FRUTAS	JUGO DE FRUTA MANGO		JUGO DE FRUTA TOMATE DE ARBOL		JUGO DE FRUTA MORA		JUGO DE FRUTA GUAYABA		JUGO DE FRUTA PIÑA	
	mango	47g	Tomate de Arbol	47g	Mora	47g	Guayaba	47g	Piña	47g
	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g	Azucar	16g

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

REGISTRO FOTOGRÁFICO








Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com









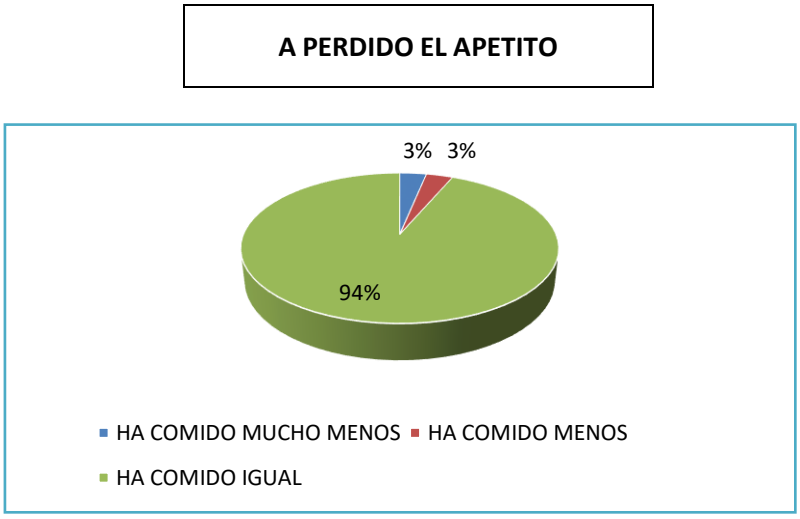
Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SERVICIO: ASESORÍA NUTRICIONAL

La nutrición juega un papel muy importante en el proceso de envejecimiento, a través de la modulación de cambios en diferentes órganos y funciones del organismo. De allí, la importancia de evaluar el estado nutricional en este grupo. El estado nutricional de los adultos mayores está determinado por múltiples factores: dietéticos, socio-económicos, funcionales, mentales, psicológicos y fisiológicos. Por lo tanto, la evaluación completa del estado nutricional, debe incluir información sobre estas dimensiones. Esto implica que debe ser realizada en forma interdisciplinaria, con el objetivo de ayudar a entender la etiología de posibles deficiencias, diseñar las intervenciones correctivas y evaluar su efectividad.

POBLACIÓN OBJETIVO Se realizó Tamizaje del Estado Nutricional a todos los adultos mayores, enfermos o saludables, del Centro día.

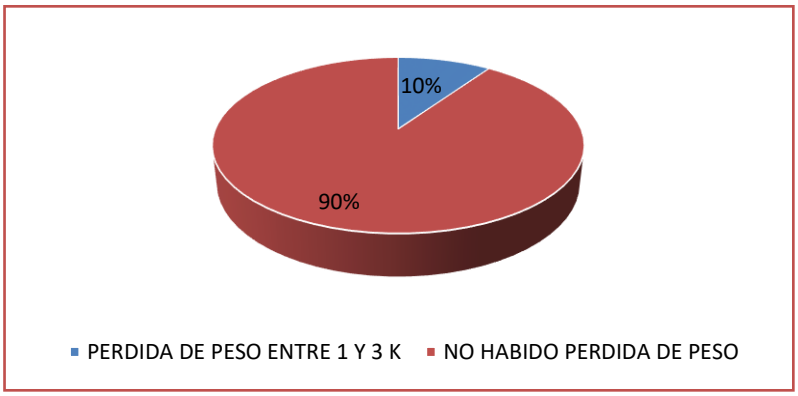
VALORACION DEL ESTADO NUTRICIONAL



El 94% de los adultos valorados ha comido igual durante los últimos tres meses, el 3% ha comido menos algunos han bajado de peso, y otro 3% ha comido mucho menos hasta perder mucho peso. Por eso la importancia de la valoración ya que se detectan los adultos que están en bajo peso.

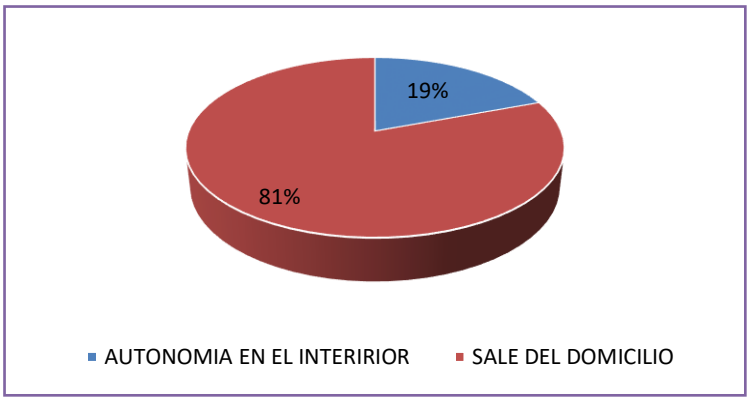
Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

PERDIDA RECIENTE DE PESO



El 90% de los adultos valorados no ha perdido peso en los últimos 3 meses, el 10% se ha perdido de 1 a 3 kilos, a causa de una enfermedad o inapetencia.

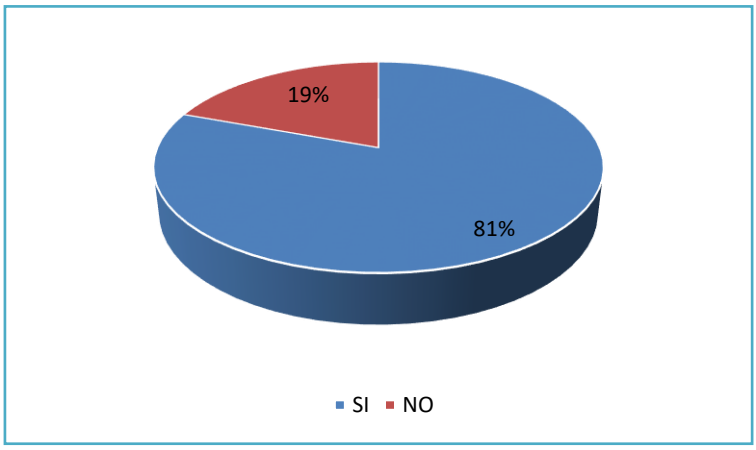
MOVILIDAD



El 81% de los adultos mayores salen de su domicilio tienen buena movilidad, el 19% presenta autonomía en el interior.

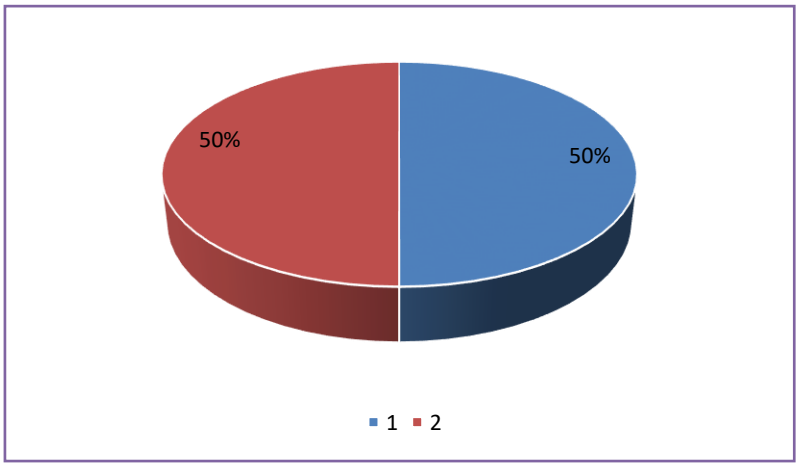
Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

HA TENIDO ALGUNA ENFERMEDAD AGUDA O SITUACION DE ESTRÉS PSICOLOGICO EN LOS ULTIMOS 3 MESES



El 81% de los adultos mayores no ha tenido enfermedad agudo o situación de estrés psicológico en los últimos tres meses, el 19% si lo ha tenido lo que puede llegar a causar problemas nutricionales ansiedad, inapetencia, trastornos alimentarios.

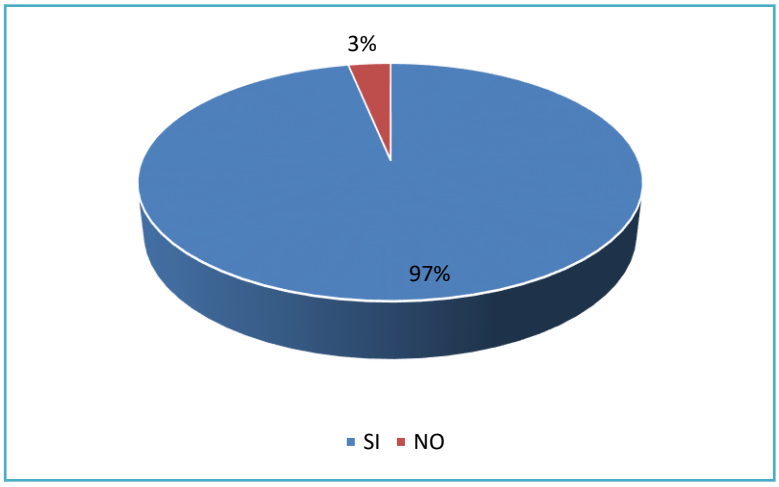
CUANTAS COMIDAS COMPLETAS COME AL DIAS



El 505 consume sus comidas completas tres veces al día, el otro 50% de los adultos solo consume dos comidas en el día, muchos por escases de alimentos, otros viven solos, muchos de los adultos mejoraron su calidad de vida con el Programa de Centro día ya que es un gran apoyo para estos adultos y han mejorado su estado nutricional.

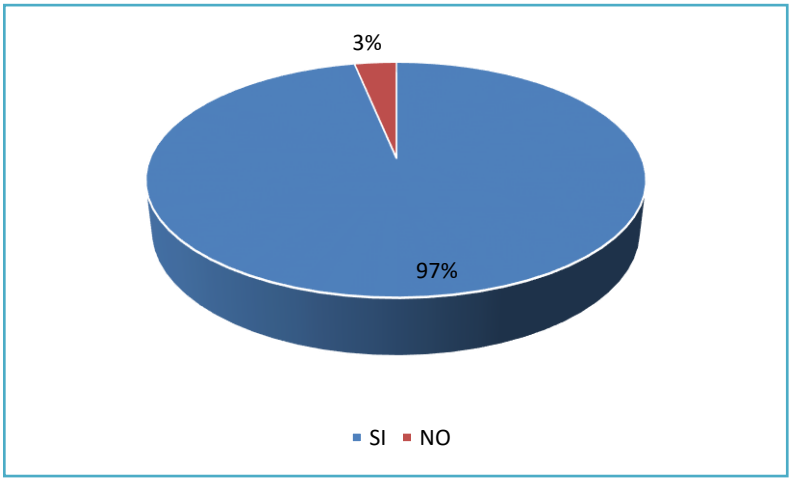
Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

CONSUME EL PACIENTE PRODUCTOS LACTEOS AL MENOS UNA VEZ AL DIA?



El 97% consume lácteos por lo menos una vez al día, el 3% no ya que muchos son intolerantes a la lactosa, o refieren que la leche les cae muy pesada.

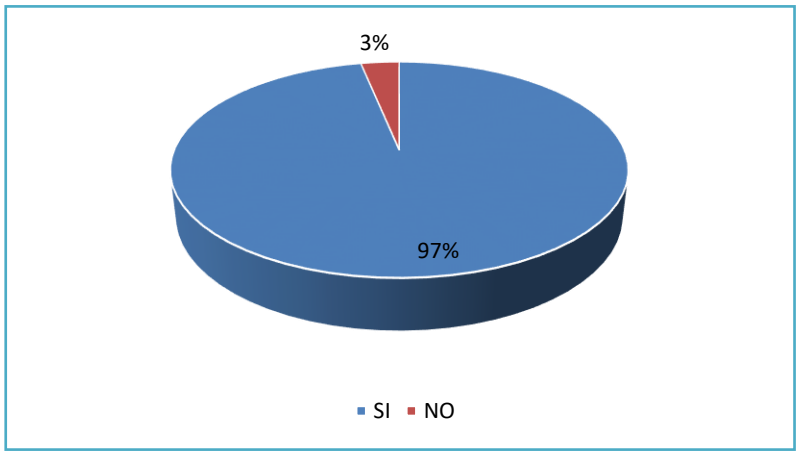
HUEVOS O LEGUMBRES 1 O 2 VECES A LA SEMANA



El 97% de los adultos mayores si consumen huevos o legumbres 1 o dos veces a la semana, el 3% no los consume.

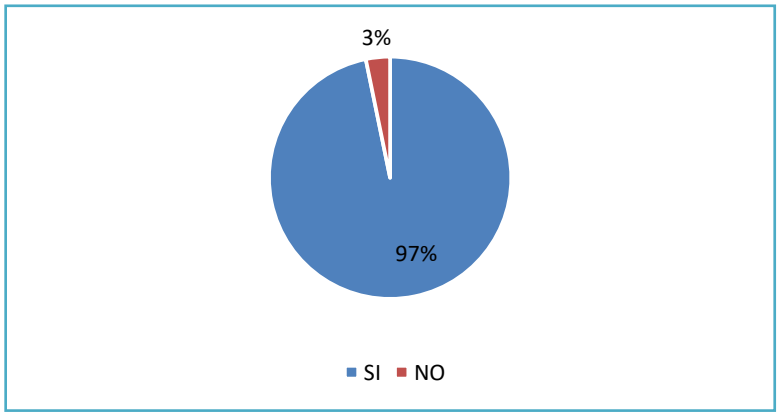
CARNE, PESCADO O AVES DIARIAMENTE

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com



El 97% de los adultos mayores consumen carnes, aves o pescados diariamente el 3% no ya que muchos no tienen los recursos para comprar este grupo de alimentos que es muy costoso. Estos alimentos los consumen en la semana muchos en el centro día.

CONSUME FRUTAS O VERDURAS AL MENOS 2 VECES AL DIA



El 97% de las frutas o verduras al menos 2 veces al día, el 3% no los consume.

FORMA DE ALIMENTARSE



El 100% se alimenta solo sin dificultad.

SERVICIO: ORIENTACIÓN PSICOSOCIAL

La participación activa de los adultos mayores mejora el funcionamiento físico, la adecuada capacidad cognitiva y alto compromiso con la vida, lo sitúan en un nivel aceptable de participación psicoterapéutica. Los factores psicológicos que permiten una adecuada adaptación a los cambios vinculados al proceso de envejecimiento son el estado físico, mental y aquellos asociados al ambiente social. Ejemplos de estos últimos serían los derivados de la jubilación o la pérdida de seres queridos.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento necesarias para encarar el deterioro físico y cognitivo, el interés consiste en que la persona fije sus objetivos, valore sus capacidades y busque, de alguna forma, cómo llegar a las metas propuestas, a pesar de las limitaciones. Hay que considerar que, durante las primeras etapas de la vida, los recursos de la persona se centran en el crecimiento, en la adultez, en los recursos de mantenimiento y, finalmente, en la vejez, éstos se centran en la regulación de las pérdidas. La persona mayor tiene que ir renunciando cada vez a un mayor número de cosas.

De igual forma en consulta, el interés radica en desarrollar en la persona habilidades de afrontamiento. El afrontamiento es un factor estabilizador que facilita la adaptación psicológica a periodos de estrés. Se sabe que, a medida que

envejecemos, se muestra una mayor preferencia por desarrollar estrategias internas de afrontamiento frente a los problemas, debido, principalmente, a la pérdida de los recursos físicos, sociales y psicológicos.

METODOLOGIA DESARROLLADA:

Se continúa realizando seguimiento a las personas que actualmente reciben su alimentación diaria (desayuno, almuerzo y comida) a través de un proceso de entrevista y actividades lúdico-practicas, en donde los beneficiarios, reflejan física, cognitiva y emocionalmente su gratitud, interés, compromiso y cambios en su estilo de vida, los cuales se observan en su actuar diario.

Se realiza procesos de atención psicosocial, psicopedagógica, de orientación y atención en crisis a aquellos adultos mayores que lo requieren teniendo en cuenta su situación actual y a aquellos que solicitan dicha atención para fortalecer sus procesos mentales para el desarrollo de habilidades, capacidades y destrezas que se van perdiendo de forma progresiva. Además de brindar un espacio donde los adultos logren desahogarse y soltar aquellas cargas que traen consigo de sus ambientes familiares y sociales; de igual forma se fortalecen las estrategias de afrontamiento ante situaciones problemáticas que agobian al adulto en su entorno familiar, social y personal.

Se ejecutó socialización al equipo de trabajo – talento humano - las conclusiones obtenidas por el desarrollo de tamizajes en salud mental a aquellos adultos mayores que se benefician del programa y la alimentación de este.

Se continua la aplicación de la escala FUMAT a los adultos mayores que asisten al programa Centro Día en horas de la tarde, la cual evalúa de forma objetiva la calidad de vida de ellos, logrando identificar las escalas de la vida diaria de estas personas, como lo son su bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social, derechos, este proceso evaluativo se sigue realizando a través de las entrevistas semi estructuradas y la lectura dirigida, facilitando al adulto la comprensión de lo que se le pregunta, para así obtener de forma inmediata la respuesta a la cuestión.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

Por consiguiente durante este tiempo se ha desarrollado lo siguiente:

- Proceso de acompañamiento psicosocial y de orientación **(3)**
- Aplicación de escala FUMAT **(30)**
- Realización de perfiles psicológicos según los resultados obtenidos en la escala FUMAT **(30)**.
- Realización de informes individuales de cada adulto al que se le ha aplicado la escala FUMAT **(30)**.
- Seguimiento a los adultos que reciben la alimentación diaria **(31)**
- Charla educativa a los adultos mayores sobre el respeto hacia el otro **(1)**
- Socialización al equipo de trabajo las conclusiones obtenidas durante el desarrollo de tamizajes **(1)**
- Se participa y apoya en el desarrollo de las actividades y manualidades propuestas por el personal de centro día.
- Se realiza apoyo y acompañamiento a las actividades que se desarrollan en pro del adulto mayor con las diferentes entidades que e instituciones que cuenta el municipio, como lo son la biblioteca municipal, psicólogo de reparación colectiva de víctimas, desarrollo de novenas y actividades alusivas a la navidad.

MATERIALES UTILIZADOS PARA LAS ACTIVIDADES:

Se utilizó lo siguiente:

- Escala FUMAT (escala evaluativa objetiva de calidad de vida).
- Perfil individual de la escala evaluativa FUMAT.
- Informe psicológico.
- Manual y guía de calificación de la escala FUMAT.
- Hojas de block, lápiz.
- Juegos de mesa.
- Ejercicios mentales.
- Ejercicios de relajación.
- Pañuelos y pañitos húmedos.
- Computador.

CONCLUSIONES DE LAS ACTIVIDADES:

- Se ha logrado incrementar la motivación en los adultos mayores frente a la participación y desarrollo de actividades prácticas, ya que se ha estado estimulando sus capacidades y habilidades de forma constante, siendo estos ejercicios siempre motivados a la consecución de logros.
- De igual forma a través de los tamizajes desarrollados en meses anteriores se logró identificar el cambio que los adultos han tenido durante su estadía en centro día, observándose una mejora a nivel físico, mental y emocional,

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

ya que los vínculos creados entre los usuarios y el equipo de trabajo ha llevado a mejorar de forma constante la dinámica con que se trabaja.

- Se continúa fortaleciendo el respeto por el otro, a través de las diferentes charlas educativas que se tienen con los usuarios, ya que se resalta a los demás que es esencial, pues representa valorar y tolerar las diferencias y comprender que ellas nos hacen crecer a diario.
- Se generan procesos de aprendizaje constantes, en donde las experiencias de los adultos mayores se convierten enseñanzas y relatos para nuevas generaciones, evidenciando mayor integración entre los jóvenes y los adultos a través de la participación de diferentes entidades e instituciones del municipio.
- En cuanto a la escala FUMAT, se evidencia que algunos adultos presentan dificultades a nivel emocional, ya que han manifestado sentirse tristes por la situación económica que se encuentran, puesto que la tercera edad en ocasiones no les alcanza para solventar los gastos del hogar. Aunque algunos cuentan con el apoyo de algún familiar, esto no es constante y se ven a merced de lo que vecinos o amigos hagan por ellos. Por otra parte el bienestar material sigue puntuando bajo, debido a las condiciones de vivienda, ya que muchas no cuentas con unos espacios adecuados y seguros, en donde las barreras arquitectónicas son notorias y la situación económica no ayuda para poder realizar mejoras.
- La percepción de las personas y la comunidad Samaneña frente a la atención integral que se realiza con los adultos mayores en centro día a mejorado de forma constante, ya que resaltan la labor, el compromiso y los cuidados que se tienen con este tipo de población, ya que han logrado tener un espacio en la sociedad, pues su participación se ha hecho más grande y son un punto de referencia para futuras generaciones.

FORTALEZAS DEL PROCESO:

- Los ejercicios y actividades manuales han logrado en los adultos adquirir mayores habilidades y han potencializado aquellas que tenían con anterioridad, lo cual se evidencia en el trabajo diario.
- El compromiso por parte de los adultos cada vez es mayor, el cual se evidencia en su participación y constancia en las diferentes actividades desarrolladas.
- El trabajo integral brinda muchas estrategias y herramientas de trabajo para los usuarios, ya que se ofrecen alternativas para mejorar la calidad de vida de cada uno.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

REGISTRO FOTOGRAFICO:

CULMINACIÓN PROCESO DE TAMIZAJES Y CONCLUSIONES – SOCIALIZACIÓN A EQUIPO DE TRABAJO:






CHARLAS EDUCATIVAS



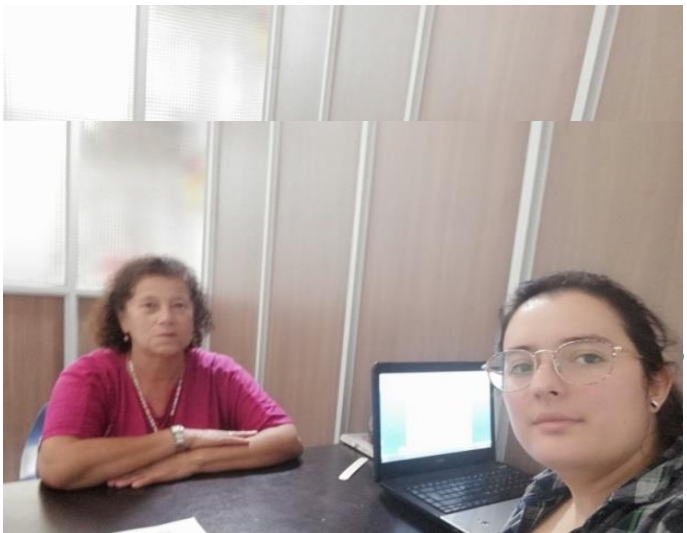


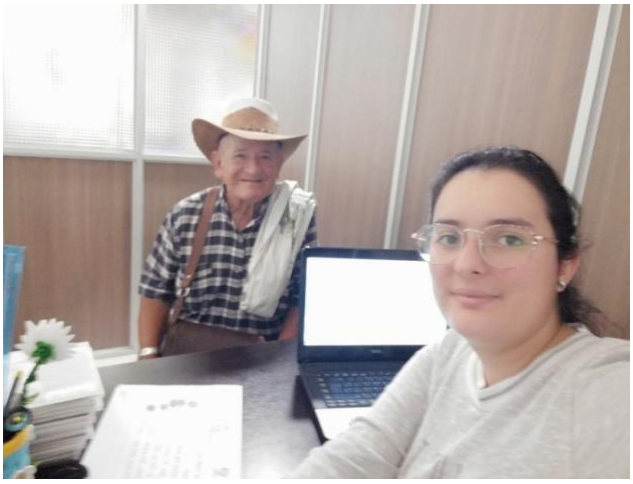
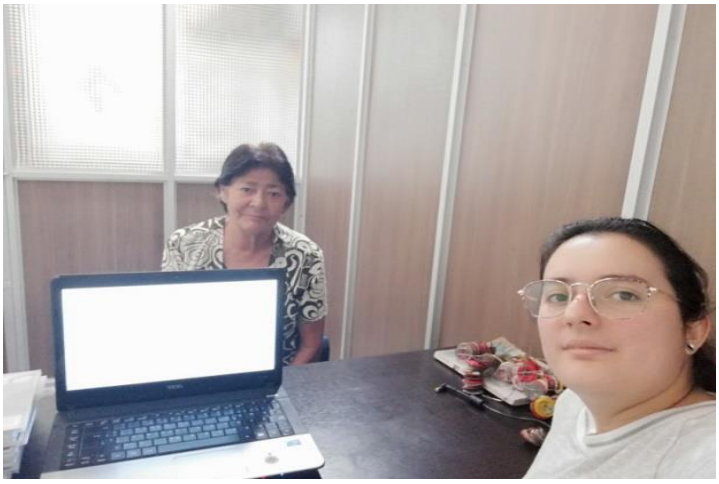
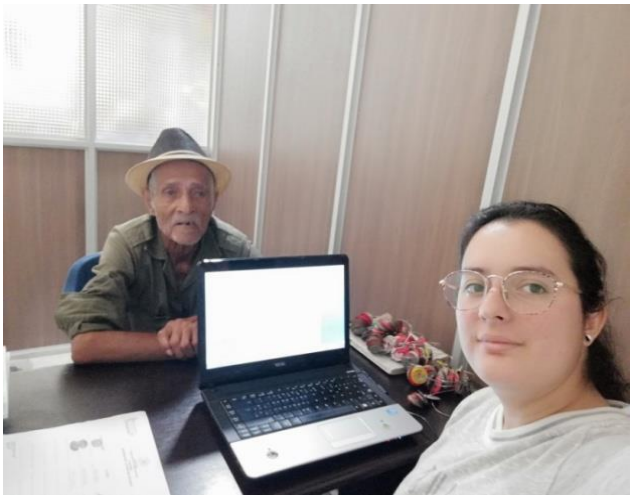

859395-6
mail.com






ATENCIÓN PSICOSOCIAL – ESCALA FUMAT

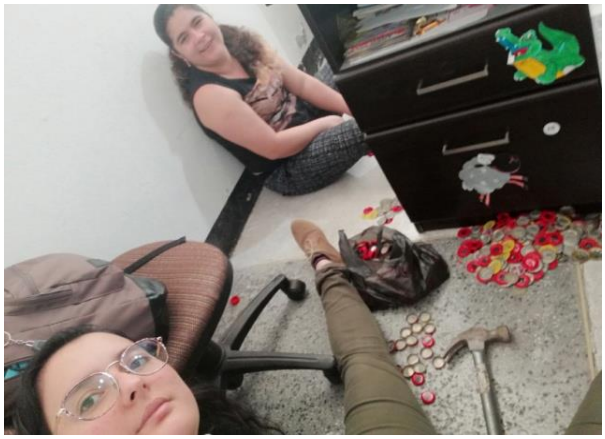




APOYO Y ACOMPAÑAMIENTO A LAS DIVERSAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS POR EL PERSONAL DE CENTRO DÍA









SERVICIO: <u>ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD</u>

Las personas mayores muchas veces las olvidamos, olvidamos que ellos también sienten y que necesitan mucho amor como todo ser humano, ellos requieren mayor atención y escucha por parte de nosotros, tienen mil historias, vivencias y consejos por contar, pero muchas veces olvidamos esto por vivir en este mundo afanado, es por eso que nacen este tipo de programas enfocados en su bienestar, no solo físico sino también emocional y mental, un programa donde se les escucha, se les comprende, donde se ría, se llora y se vela por la salud.

Si algo tenemos presente en nuestro centro día es la importancia que tienen nuestros adultos mayores, esos que lo dieron todo por nosotros y por los que ahora tenemos un sentimiento y una necesidad de retribuir todo lo que ellos han hecho, retribuirles esta sociedad que han creado, el mundo que nos dejan y las enseñanzas que día a día nos brindan.

Tenemos que ser conscientes que nosotros, si tenemos el honor, también llegaremos a esa edad y quisiéramos tener un buen trato, de esta manera debemos dar en este momento lo que más adelante esperamos recibir.

Como auxiliar de enfermería, llevo un control de las enfermedades más comunes (hipertensión arterial, diabetes, ulceras varicosas, entre otras) y con la toma de signos vitales se garantiza una atención al usuario de forma integral y adecuada. Por último se desarrolla actividades que generen la toma de conciencia en los usuarios frente a la administración de medicamentos, resaltando la importancia de tomarlos en la cantidad y tiempo recetado por su médico; esto ayuda al mejoramiento constante de su calidad de vida.

METODOLOGÍA DESARROLLADA:

Se continua desarrollando de forma personal y grupal la toma de signos vitales peso y talla a los usuarios que asisten a diario al Centro Día, ya que es necesario conocer el estado en que los adultos ingresan al establecimiento, para garantizar una buena atención, además de identificar la evolución que están teniendo a raíz de los cambios en su alimentación y la actividad física que están realizando.

A través de esta toma de datos antropométricos se logra observar quienes están teniendo un deterioro físico y mental a causa de la edad o una enfermedad,

Permitiendo llevar un control más riguroso del adulto, y en los casos que lo requiera se realiza el seguimiento al mismo.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

Se realiza la gestión en el hospital San José para la consecución de citas médicas para aquellos adultos mayores que lo necesitan, además se desarrollan visitas domiciliarias en donde se hacen suministro de medicamentos, inyecto logia, entre otros.

Se hace el corte de uñas a usuarios que así lo requieran, fortaleciendo constantemente los hábitos de vida saludable y la higiene corporal, se dan charlas y capacitaciones sobre temas de interés, también se apoya en centro día a todas las actividades que aparte se realizan como caminatas, se desarrolla un acompañamiento de manera continua para que los procesos desarrollados en centro día se realicen de forma óptima y adecuada, teniendo en cuenta que el cuidado y la atención de nuestros adultos mayores es lo más importante para nosotros como equipo de trabajo y funcionarios de centro día, es necesario que ellos se sientan acogidos, cómodos y con la total confianza para hacernos saber sus problemas e inquietudes y necesidades y que contamos con un equipo de trabajo que tienen toda la capacidad para ayudar a resolverlas.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

- Toma y control de la presión arterial y de signos vitales **(400)**
- Curaciones **(30)**
- Peso y talla**(400)**
- Corte de uñas**(50 adultos)**
- Citas médicas **(7 adulto)**
- Visitas domiciliarias**(6)**
- Se participa y apoya en el desarrollo de las actividades lúdicas y recreativas propuestas por el personal de centro día, como también en la distribución y entrega de los alimentos.
- Se hizo acompañamiento y apoyo en varios eventos realizados este mes en centro día y en otras instalaciones como:
  Visitas del grupo de oración

  Visita de un funcionario de la gobernación a centro día

  Acompañamiento del psicólogo de la unidad de victimas

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

Se hizo visita al centro cultural agua y miel, en compañía del psicólogo de unidad de víctimas, y de la policía nacional, con el fin de realizar una actividad conmemorativa frente al tema del conflicto armado y reparación de victimas colectiva.

Se hace acompañamiento a la biblioteca municipal con los adultos mayores con el fin de promocionar la lectura.

Se realiza actividad con los adultos mayores el día 7 de diciembre en conmemoración del día de la virgen desarrollando actos religiosos y culturales, y asistimos al parque principal para realizar el alumbrado.

Visita de la bibliotecaria al centro día.

Se realizaron novenas de navidad

- Se hizo acompañamiento en las caminatas realizadas en este mes apoyando a la licenciada en educación física **(4).**
- Se realizaron charlas educativas con los adultos mayores sobre hábitos de vida saludables y sobre hábitos higiénicos.
- Se hizo implementación del lavado de manos antes y después de ir al baño y antes y después de cada comida con los adultos mayores de centro día.
- Se hizo capacitación al adulto mayor en temas de interés.
- Se trabajó con los adultos sobre higiene personal, se realizan actividades de aseo y auto cuidado.
- Se les entrego desodorantes a cada uno de los adultos mayores de centro día.**(30)**
- Se les realizaron lecturas sobre temas de interés.
- Estuve pendiente de la toma de medicamentos en los adultos mayores y tratamientos formulados a los que asistieron a consulta médica este mes.

MATERIALES UTILIZADOS PARA LAS ACTIVIDADES:

- **Tensión arterial:** Tensiómetro
- **Peso y Talla:** Pesa, Metro, listado de asistencia y control.
- **Curaciones:** vaselina, gelatina sin sabor, metronidazol óvulos y tabletas, fenitoina en tabletas gasa, guantes y tapabocas, vendajes elásticos, bolsa roja, micropore, curas, solución salina, crema, baja lengua, listado de asistencia y control.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- **Higiene personal del adulto mayor:** Alcohol, gel antibacterial, coca plástica, bolsas rojas, cortaúñas, toalla, crema de manos, pañitos húmedos.
- **Capacitaciones:** televisor, computador.
- **Desodorantes**
- **Botiquín:** utilizado en eventos realizados con los adultos fuera de centro día.
- **Camilla**

CONCLUSIONES DE LAS ACTIVIDADES:

- El trabajar con los adultos mayores sobre la higiene personal y hablarles sobre la importancia que tiene el aseo ha hecho que tomen más conciencia y que día a día practiquen los hábitos saludables que se les ensena.
- Los adultos mayores disfrutan mucho el poder saber acerca de su salud cuando van al Centro Día, en las charlas educativas son muy atentos y prestos para las actividades.
- Se nota mejoría para interactuar unos con otros, con el paso de las actividades va siendo más fácil para ellos expresarse.
- la realización de curaciones ha generado un gran cambio en los adultos que requieren de esta atención, pues es notorio la mejoría en sus heridas.
- La alimentación que se está suministrando en el Centro Día, ha generado en los adultos un cambio a nivel de su peso e imagen corporal, lo que permite mejorar su calidad de vida, se ve reflejado en ellos con su actitud y agradecimiento.
- Los cuidados que se tienen con los adultos, genera en ellos un sentimiento de aprecio, satisfacción y agradecimiento de contar con un espacio dedicado a ellos y sus necesidades, cada día se nota más que acogen el centro como su segundo hogar.
- La toma de signos vitales, peso y talla, se hace muy importante en los adultos, para identificar su estado de salud actual y para evitar posibles complicaciones en ellos.
- Las lecturas que se realizan han permitido que los adultos también participen y cuenten sus experiencias y se sientan importantes al escucharlos.
- Las charlas educativas han servido para que los adultos tomen consciencia de muchas cosas interesantes para su vida diaria así como también la evolución es notoria pues se observan más limpios y juiciosos con su aseo personal.
- Las salidas con los adultos mayores a los diferentes eventos realizados generan en ellos un estado de ánimo más alto por lo que se ven más alegres y activos, debido a esto participan con más entrega y empeño.

FORTALEZAS DEL PROCESO:

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- Se puede ver la atención de los adultos mayores satisfactoriamente, y se puede observar un mayor número de asistencias debido al compromiso de cada uno ya que se observan más alegres y activos.

- Se ayuda y contribuye a una mejor calidad de vida brindándoles un apoyo diario al adulto mayor, con sus enfermedades y motivándolos para seguir adelante, haciendo énfasis en la importancia que tienen ellos en la sociedad.

- Se observan adultos más sanos y activos debido a la buena y saludable alimentación que se les da y debido también al ejercicio que realizan a diario, las caminatas y cada una de las actividades realizadas en centro día ya que todo lo que se realiza allí es pensando siempre en su bienestar.

- Se nota mucho interés en los adultos mayores sobre la toma de peso y talla debido a que ya lo tienen como un hábito en su vida, y que se ha creado mucha conciencia sobre su importancia.

- Se observa una buena evolución en la realización de las curaciones diarias en los adultos de centro día que lo requieren, debido a la constancia e interés que ellos han desarrollado pues es notorio el cambio que han tenido.

- Los adultos muestran cada día más interés para participar en los diferentes eventos que se realizan dentro y fuera de centro día, debido a la gran importancia y al lugar que se les da a diario.

DEBILIDADES DEL PROCESO:

- Centro día solo cuenta con un tensiómetro y es necesario contar con otro para abarcar la población que atendemos, tampoco cuenta con glucómetro, y un saturador estos implementos serian de gran apoyo para nuestras labores diarias y una mejor atención para nuestros adultos mayores.
- a pesar de que se realizan charlas educativas sobre higiene y aseo personal se siguen observando algunos adultos que no han generado el hábito y conciencia y con los que se hace mucho énfasis en la importancia de este.
- el proceso de curación se realiza a diario a aquellas personas que lo necesitan, pero se evidencia que algunos adultos no toman en serio los cuidados y las recomendaciones dadas para una mejora.
- Las costumbres conservadoras y arcaicas que tienen algunos adultos no permiten que la toma de medicación sea constante pues la percepción que

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

tienen actualmente es que no están enfermos y que no necesitan tomar nada debido a esto se observan tensiones arteriales en cifras muy altas.

PLAN DE ACCIÓN PARA CONTRARRESTAR DEBILIDADES:

Solicitar en el Hospital San José el préstamo de un tensiómetro para así completar los implementos necesarios para la atención de los adultos mayores.

Seguir implementando charlas educativas, con el fin de que los adultos tomen conciencia y aprendan a implementar hábitos de vida saludable e higiénica para su vida y que dejen a un lado pensamientos y acciones antiguas, que son lo que en ocasiones entorpece los procesos, y también saberles tener calma y paciencia en cada una de sus actitudes y acciones.

Buscar ayuda con otras instituciones cuando sea necesario y cuando se requiera, o cuando una situación se nos salga de las manos.

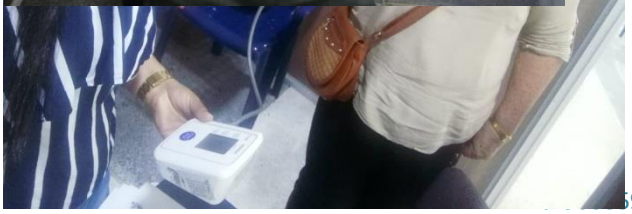
Seguir haciendo énfasis en que la salud de cada uno de ellos es lo más importante y una de las tantas acciones a realizar con ellos es ayudarlos a mejorar su calidad de vida.

REGISTRO FOTOGRAFICO









9395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com






Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com











Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





SERVICIO: CAPACITACIÓN EN ACTIVIDADES PRODUCTIVAS

Culminar un año donde se ha visto cumplidas las metas propuestas con el trabajo realizado, con los adultos mayores, es una de las cosas más satisfactorias y reconfortantes, que la vida me ha permitido vivir, la experiencia y sabiduría de los adultos mayores, su cariño y gratitud por todas estas actividades y vivencias que realizamos en conjunto, ser esa voz de aliento y esperanza que tanto necesitan en esta etapa de su vida y más en un mes tan especial, como lo es diciembre, donde los recuerdos los abruman, la nostalgia los invade y la soledad se hace más latente, y para muchos su familia somos nosotras porque la verdadera de sangre se olvidó de ellos, que son seres humanos, que necesitan de cariño, compañía, compresión y cuidados. Que no nos olvidemos que fueron ellos quien nos enseñaron a dar nuestros primeros pasos y siempre estuvieron ahí para levantarnos cuando nos caíamos, quizás sus métodos no fueron los mejores pero en su pensamiento y actuar creían estar haciendo lo correcto, que no somos nadie para juzgarlos y cuestionarlos, solo son seres humanos como nosotros que cometemos errores y tenemos el derecho de levantarnos y seguir adelante, desde centro día les estamos brindando un espacio donde se les está ayudando a recobrar ese valor que tienen frente a la sociedad, a los niños, jóvenes, adultos, a su familia, y a las entidades y generando estrategias para que también en lo económico muchos de ellos se vean beneficiados y ante todo que puedan decir que centro día es su segundo hogar como estoy segura que lo piensan la mayoría de los adultos mayores.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

METODOLOGÍA DESARROLLADA:

- Elaboración de manillas en hilo para la venta y así obtengan un beneficio económico.
- Manualidades en foami como: arbolitos de navidad, mariposas para decoración de sus hogares en esta navidad ya que muchos no cuentan con los recursos económico para comprar estos adornos.
- Realización de faroles con los adultos mayores, para participar con ellos en el alumbrado del día de las velitas inaugurando oficialmente una fecha tan importante como es la navidad, realizando también una natillada y se rezó un rosario conmemorando a nuestra santísima virgen.

- Visita a la biblioteca municipal con los adultos mayores recordándoles la importancia de leer y les proyectaron unos cortometrajes de reflexión.
- Se les brinda diferentes opciones para su entretenimiento como lo es el bingo, los juegos de mesa y colorear diferentes figuras para que hagan las cosas que más les agrade y pasen contentos en centro día, reforzando su memoria, lazos de amistad y su motricidad.
- Se participó activamente con los adultos mayores en todo el proceso con el psicólogo de la unidad de víctimas, teniendo como finalización una actividad de reparación emocional, y simbólica, a las víctimas del conflicto armado en la casa de la cultura culminándolo con la bendición de un sacerdote, y la siembra de un árbol.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

- Manualidades: árbol navideño en foami.
  - ✓ Mariposa decorativa en foami.
  - ✓ Terminación de árbol de navidad en tubos de higiénico y estrella en cartulina.
  - ✓ Terminación de faroles en cartulina para el día del alumbrado.
- apoyo al psicólogo de la unidad de victimas en el trabajo con los adultos mayores y en el acto de cierre de reparación psicológica y simbólica a las víctimas del conflicto armado.
- Apoyo en actividades físicas y caminatas.
- Organización y lavado de manos de los adultos mayores para la entrega de alimentos.
- Toma y diligenciamiento de asistencias.
- Organización de papelería para archivar en las carpetas.
- Apoyo en charlas educativas a los adultos mayores.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- Visita a la biblioteca municipal con los adultos mayores.
- Realización y acompañamiento en los juegos de mesa, bingos, y dibujos para colorear.
- Natillada y se rezó el rosario en homenaje a la virgen santísima y participación en el alumbrado del siete de diciembre dándole inicio a la navidad con los adultos mayores de centro día.
- Organización y decoración de centro día.
- Elaboración de manillas en hilo.
- Venta de artículos realizados por los adultos mayores de centro día.
- Organización del espacio y apoyo a la bibliotecaria que les realizo lecturas y proyección de videos a los adultos mayores en centro día.
- Lecturas de reflexión.

MATERIALES UTILIZADOS PARA LAS ACTIVIDADES: Juegos de mesas, dibujos para colorear, sillas, mesas, cartón paja, foami, silicona, tijeras, tubos de higiénico, pegante, papel de regalo, cartulina, papel celofán, lapiceros, marcadores, lápices, sacapuntas, colores, hilo, televisor, libros, pegante, loterías, rompecabezas, carpetas, asistencias.

CONCLUSIONES DE LAS ACTIVIDADES:

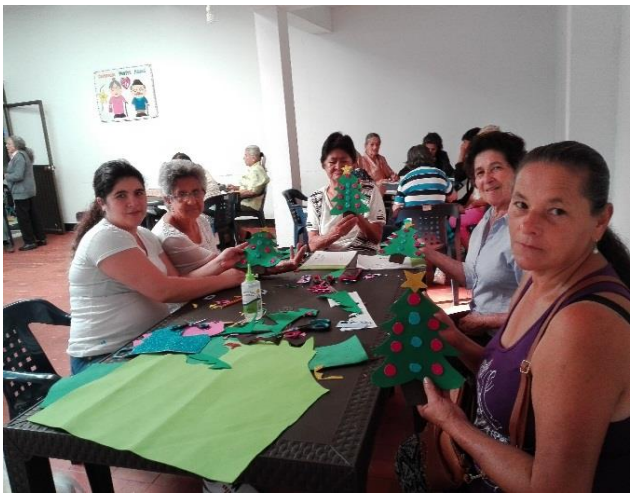
- se notó el cambio físico y mental que han tenido los adultos mayores en el transcurso de este año.
- Se fortalecieron sus destrezas y motricidad, notando su alegría y compromiso, trabajando con empeño y dedicación en la realización de los artículos elaborados en foami y materiales reciclables.
- Se genera un interés por parte de los usuarios, en la decoración de sus hogares y en centro día, donde participan diariamente, con sus pares, viendo el centro como su segundo hogar.
- Se realiza una atención de forma integral, donde las actividades propuestas en este año generaron gran impacto, en los adultos mayores y se generó un cambio total.
- Se logró tener una participación masiva en las actividades realizadas por fuera de centro día.
- Llevar una asistencia y un diligensamiento de las mismas es muy importante para tener un centro día más organizado y con un control de los adultos.
- Organizar las carpetas con la papelería que se requiere nos ayuda a tener una base de datos en físico y una información a la mano cuando se requiere.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

FORTALEZAS DEL PROCESO:

- Culminar un año el cual nos dejó grandes enseñanzas y un gran aprendizaje.
- mejoro su motricidad, concentración, y memoria.
- Fortalecer los vínculos amistosos y respecto entre los adultos mayores.
- Generar espacios donde los adultos mayores comparten con personas de distintas generaciones.
- Poder mostrar las habilidades y destrezas de los adultos mayores mediante los artículos elaborados.
- Generar un espacio de higiene y acto para que los adultos mayores permanezcan.
- Mediante las actividades físicas recreativas se pude garantizar una vejez más activa.
- Las actividades realizadas contribuyen a que tengan una vejez activa, digna y se garantiza el cumplimiento de los derechos de los adultos mayores.

REGISTRO FOTOGRAFICO





Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com



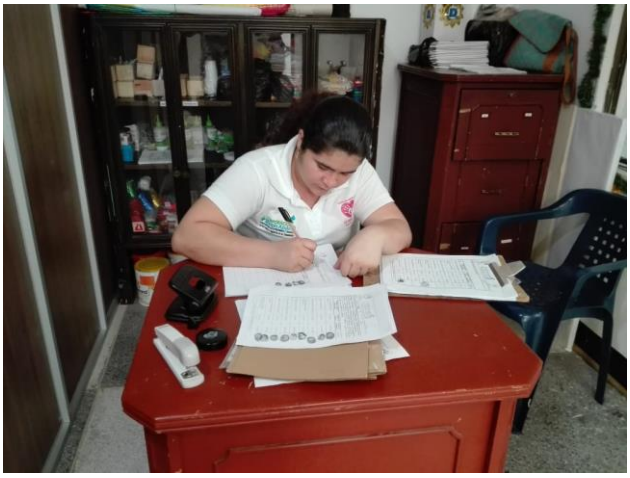





Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com



SERVICIO: TRABAJO ASOCIATIVO

Como uno de los componentes esenciales del programa de Atención Integral del Adulto Mayor – Centro Día, el trabajo asociativo que se viene realizando con los adultos mayores se encuentra articulado con el proceso productivo, en donde esta población recibe capacitación en fabricación de manualidades, tejidos en lana, macramé, croché y otras actividades en donde explotan su creatividad y habilidades, y, reciben un ingreso por la venta de los artículos elaborados.

Durante el mes de diciembre, se trabajó la fabricación de manillas en hilo y pedrería, en donde los grupos de adultos mayores que participan en el programa durante las tardes, se capacitaron en tejidos de pulseras artesanales y realizaron varias ventas, recibiendo ingresos por las mismas.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

Así, este componente representa también una oportunidad para que los adultos mayores se sientan activos, estimulen su motricidad, concentración y memoria. Del mismo modo representa un escenario donde se fortalecen vínculos amistosos y de apoyo mientras se comparten experiencias de aprendizaje y colaboración.

REGISTRO FOTOGRAFICO







Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

SERVICIO: DEPORTE, CULTURA Y RECREACIÒN

SERVICIO: RECREACION Y DEPORTE

En el estilo de vida actual existe poco espacio para el cuidado y mantenimiento de la salud, se le dedica atención, en algunos casos, cuando aparece algún malestar o enfermedad y es ahí cuando asistir al médico se convierte en la única opción para tratarse. La realidad se brinda poca atención al cuerpo y mente para mantenerlos en estados óptimos. Se justifica el actuar de este modo, por el ritmo de vida al que se está acostumbrado en estos días de una vida ajetreada, con prisas; entre jornadas laborales extensas, actividades escolares y compromisos resulta casi imposible encontrar espacios y condiciones para mantener buena salud y en consecuencia, calidad de vida. Además de los malos hábitos en alimentación, poco descanso y actividad física colocan a las enfermedades crónico-degenerativas como la causa importante en la mortalidad en países como Colombia.
De este modo una de las motivaciones para la realización de ejercicio físico es la búsqueda de estado de bienestar que se acerque al concepto individual de salud como componente básico de la calidad de vida.

METODOLOGIA DESARROLLADA

La metodología con la cual se atiende a los adultos mayores, en cada sesión, es un trabajo grupal, en donde se realizan actividades y ejercicios adecuados a las necesidades que presentan estas personas, en cuanto a su movilidad, si es poca o logran ejecutar con gran amplitud dichos ejercicios.
Algunos de ellos requieren ayuda por parte de la instructora, su poca flexibilidad no permite que realicen de manera adecuada cada ejercicio, de esta forma, logran cada día que sus músculos, ligamentos y articulaciones se vuelvan más dóciles y puedan ejecutar con un poco más de facilidad los mismos.
Se cuenta además con una metodología tradicional a la hora de trabajar con los adultos mayores el proceso de alfabetización, momento importante para su crecimiento personal.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

- Los adultos mayores tuvieron práctica de actividad física moderada aeróbica, cada día de la semana, durante 50 minutos en cada sesión.
- Los adultos con movilidad reducida realizaron actividades físicas para mejorar su equilibrio e impedir las caídas, durante cada sesión, teniendo como prioridad su estabilidad dentro y fuera del Centro.
- Realizar actividades que fortalezcan los principales grupos de músculos, dicho fortalecimiento se ejecuta a diario, entendiendo que con el pasar de los años se pierde la fuerza muscular.
- Realizar actividades de resistencia: como caminar que desarrollan resistencia y mejoran la salud del corazón y el sistema circulatorio.
- Ejercicios para estirar los músculos: para mantener el cuerpo ágil y flexible, dichas actividades son realizadas cada día, ayudando a mejorar en cada uno de ellos su flexibilidad y movilidad.
- Caminatas con compañía de la auxiliar de enfermería y demás profesional de Centro Día.
- Lecturas de reflexión adaptadas a los adultos mayores.
- Apoyo a las sesiones y actividades realizadas por parte del profesional en fisioterapia.
- Apoyo en las actividades ejecutadas por parte de los adultos mayores, correspondientes a las manualidades.
- Proceso de alfabetización con los adultos que no poseen conocimientos de lecto escritura y/o recuerdan poco de lo estudiado en sus años de juventud.
- Visita a la Biblioteca Pública Municipal, para reconocimiento y enseñanza sobre dicho lugar.
- Siembra de árboles Centro Cultural Agua y Miel, como finalización del proceso de reparación colectiva por parte del Psicólogo de la Unidad de Víctimas.
- Visita de funcionaria de la Gobernación de Caldas, revisando el trabajo del programa Centro Día.
- Participación en el día de la Virgen, encendiendo faroles, elaborados por los integrantes y funcionarios de Centro Día, además de la realización de Natilla y buñuelos como compartir con los adultos mayores.

- **MATERIALES UTILIZADOS PARA LAS ACTIVIDADES:** balones, bastones de madera, botellas con arena, aros, bolos, reproductor de música, hojas de papel, colores, marcadores, tablero.

CONCLUSIONES DE LAS ACTIVIDADES:

- El trabajo realizado con los adultos mayores es de gran satisfacción, logrando que en cada uno de ellos se vea reflejado el esfuerzo y dedicación que ponen cada día en su participación activa de cada encuentro de actividad física.
- El ejercicio físico continuo hace que su capacidad física mejore, obteniendo mayor resistencia, que su estado físico se mantenga estable en cuanto a dolores por su avanzada edad o por lesiones anteriormente adquiridas.
- El estado anímico de cada uno de los adultos mayores es alegre debido a la energía que liberan al hacer la actividad física, además por el continuo compartir con personas de su misma edad.

FORTALEZAS DEL PROCESO:

- Disminución de dosis de medicamentos, debido a la actividad física constante.
- Compromiso de los adultos mayores por asistir a los encuentros esperando su sesión de ejercicio físico.
- Reconocimiento de sus debilidades, dolores, lesiones y demás que presentan en estas edades.
- Socialización de manera adecuada, aprendiendo normas de convivencia al pertenecer a Centro Día.
- Adquisición o reforzamiento de conocimientos correspondiente a la lecto – escritura y/o reforzamiento de estos.
- Desarrollo y mejoramiento de la psicomotrocidad fina y gruesa.
- Mayor movilidad de articulaciones, mejor desplazamiento a la hora de realizar la marcha.

DEBILIDADES DEL PROCESO:

- Desmotivación por parte de algunos adultos mayores a la hora de realizar la ejecución de las actividades por su falta de elasticidad y pérdida de funciones músculo esqueléticas.
- Pérdida de habilidades motoras, por falta de movimientos, falta de integración por sentidos que se han ido perdiendo con los años.
- Frustración en momentos de práctica de tareas en su escritura, al no recordar con facilidad lo que se está trabajando.

PLAN DE ACCION PARA CONTRARESTAR DEBILIDADES:

- Realizar las actividades por grupos pequeños para lograr atender toda la población asistente.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

- Reforzar con las personas con poca movilidad actividades para su buen desempeño en su diario vivir.
- Persistir en cada actividad para que logren desempeñarse de manera muy adecuada y superen sus miedos y puedan aprender con más facilidad.

REGISTRO FOTOGRAFICO







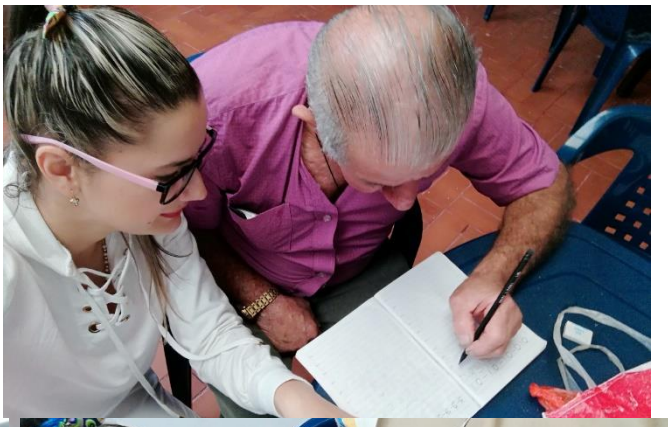






PROCESO DE ALFABETIZACIÓN




















SERVICIO: FISIOTERAPIA

METODOLOGIA DESARROLLADA:

Se finaliza la evaluación de riesgo a fracturas por medio del FRAX a partir de una serie de factores de riesgo clínicos (edad, sexo, peso, altura, fractura previa, fumadores actuales, artritis reumatoide).

Se realiza intervención con todos los adultos mayores para mejorar sus capacidades cardiopulmonares y musculoesqueleticas, se realiza ejercicios respiratorios enfocados a enseñar patrón respiratorio abdominal conllevando a mejorar la capacidad pulmonar, disminuyendo dolencias y disminuyendo la posibilidad de presentar complicaciones

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

pulmonares. Se realizan ejercicios para mùsculos tónicos: que son los encargados de la postura y patrón de marcha, al igual que con la propiocepción y el equilibrio conlleva a mejorar la marcha, se realizan ejercicios de codman que son enfocados al hombro para evitar complicaciones ya que esta articulación es muy propensa a presentar complicaciones por falta de movilidad.

Se entrega planes caseros donde se encuentran ejercicios sobre movilidad articular para mantener y mejorar la movilidad de todos los adultos mayores según las necesidades de cada adulto mayor.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

- Se realiza ejercicios respiratorios.
- Ejercicios de musculos tónicos y fásicos.
- Ejercicios propioceptivos.
- Ejercicios de equilibrio.
- Ejercicios de codman.
- Se realiza el FRAX para calcular el riesgo de fracturas.
- Entrega de planes caseros según las necesidades de cada uno de los adultos mayores.

CONCLUSIONES DE LAS ACTIVIDADES:

Se evidencio que las capacidades musculoesqueleticas y cardiopulmonares se pudieron mejorar por medio de la actividad física diaria, logrando evidenciar que con un plan de ejercicios físico diario se logra mantener condiciones de los adultos mayores y evitar la aparición de patología o el deterioro mas rápidamente.

FORTALEZAS DEL PROCESO:

Se deja planes caseros para cada uno de los adultos mayores con el fin de que se siga realizando las actividades planeadas para evitar que se pierda el trabajo realizado.

Se deja el FRAX de cada adulto mayor para tener en cuenta los adultos que mayor posibilidad presentan de presentar fracturas y tener unas medidas diferenciadoras con ellos.

DEBILIDADES DEL PROCESO:

Que algunos adultos mayores siempre se presentan reacios frente a la realización del ejercicio y no presentaron cambios significativos.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

REGISTRO FOTOGRÁFICO











Nit: 900859395-6
racionmontesazules@gmail.com

ENCUENTROS INTERGENERACIONALES:

La comunicación intergeneracional es un mecanismo importante para superar los prejuicios generacionales, propiciando la desaparición de tópicos y estereotipos conduciendo así a una visión global de la persona, alejada de las consideraciones que hacemos sobre la edad.

En el mes de diciembre se invitó a los integrantes del MONAIN (Movimiento Navideño Infantil), con el fin de llevar a cabo una integración, donde los adultos mayores disfrutaron de un espacio lúdico recreativo.

Estas actividades están encaminadas a interrelacionar a los jóvenes con los adultos mayores, intercambiando ideas, saberes y experiencias, de esta manera se ha logrado fortalecer el tejido social entre niños y adultos mayores.

REGISTRO FOTOGRAFICO

















SERVICIO: PROMOCIÒN DE LA CONSTITUCIÒN DE REDES DE APOYO

Dentro de este componente se ha trabajado constantemente la articulación y vinculación a los distintos comités de apoyo institucional en los diferentes temas de interés para la población objeto. El mes de diciembre se contó con la participación de diferentes Entidades, quienes participaron de actividades de integración y socialización anteriormente mencionadas en los servicios e ítems desarrollados. Este mes se contó con la participación de: Movimiento Navideño Infantil, (MONAIN), Unidad para la Atención Integral de Víctimas, E.S.E Hospital San José, Comité de Cafeteros, Policía Nacional, Biblioteca Municipal y otros actores.

REGISTRO FOTOGRAFICO









SERVICIO AUXILIO EXEQUIAL*:*

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

Se adquirió según adición del convenio un seguro funerario permanente con

0	NOMBRE COMPLETO PARTICIPANTE	NUEMRO DE CEDULA	FEHCA DE NACIMIENTO
1	MARIA NILVIA LOPEZ DE MESA	25 .125 .327	14/04/1948
2	JOSE ALCIDES GARCIA VALENCIA	4 .566 .790	16/03/1952
3	JUAN DE LA CRUZ MARIN HERNANDES	4 .565 .933	25/05/1941
4	JOSE ALADIER MUÑOZ GIRALDO	4 .566 .498	22/04/1949
5	ANA BERTILDA COLORADO	29. 339. 061	20/04/1938
6	MARIA AURORA RAMOS DE MONTOYA	25. 125 .557	27/05/1942
7	ALICIA RIUZ	25 .126 .991	14/05/1960
8	ROSALBINA MUÑOZ DE JARAMILLO	24.865.468	13/05/1948
9	FABIOLA LOPEZ DE GALLEGO	24 724 .283	31/12/1935
10	PEDRO NEL PULGARIN GARCIA	1 .394. 158	25/05/1957
11	ANA BERENICE HINCAPIE HINCAPIE	24 719 .575	25/03/1956
12	CORNELIO CARDONA QUICENO	4 .565 .816	16/09/1939
13	ELICENIA CIFUENTES MOLINA	24. 719 .188	24/08/1949
14	MARIA JOVITA GARCIA VALENCIA	25 .126. 428	21/07/1949
15	MARIA CARMEN ROSA PINEDA PINEDA	41 .886 .048	18/06/1952
16	MARIA MERCEDES GIRALDO DE RIVERA	25 .220 .284	19/09/1953
17	MARGOTH MARIA QUINTERO BUITRAGO	20 .915 .163	15/04/1958
18	ROSA ELBA MARIN DE QUICENO	24 .124 .604	21/02/1938
19	MARIA DOLORES OBANDO	24 .718 .924	25/12/1937
20	JOSE CELINO CARDONA	4 .488. 374	31/12/1937
21	NIDIA ASCENETH QUICENO OCAMPO	25 .219 .703	17/10/1957
22	CENOVIA GARCIA DE VELEZ	25 .124. 130	31/12/1936
23	ESTELA ARIAS DE ARISTIZABAL	25 .125. 394	29/10/1942
24	MARIA DIONELBY GARCIA DE BEDOYA	25 .126 847	28/05/1961
25	ISABEL RESTREPO GUTIERREZ	24. 273 .005	21/06/1937
26	MARIA NOHELIA ORTIZ DE RAMIREZ	24 .864 .933	20/07/1950
27	CARLOS ALBERTO JARAMILLO PRECIADO	3 .504 434	28/02/1941
28	JOSE DUVAN RAMIREZ	4 .482. 938	1/11/1950
29	MARIA DOLMA MORALES QUINTERO	30.350.229	17/10/1944
30	ARNOLDO LOAIZA OCAMPO	1 .394 .485	29/04/1937
31	NORA OSPINA DE BEDOYA	25.125.225	13/11/1941
32	JAIME GIL GIRALDO	4.566.559	16/04/1951
33	MARIA ROSELIA GONZALES DE OSORIO	25.124.062	26/04/1935
34	MARIA OLIVA MONTES	25.127.345	3/09/1960
35	LUIS BERNARDO ECHEVERRY HERNANDEZ	1.395.731	26/08/1936
36	EDITH GIRALDO FLOREZ	24.718.923	22/10/1963
37	MARTHA LIBIA CARDONA DE CORTES	24.864.628	31/07/1942
38	MARIA LUCIA CARDONA MOLANO	25.127.594	19/05/1963
39	MARTHA ELENA CARDONA	25.125.526	29/07/1947
40	PASTORA HURTADO DE ORTIZ	24 .883 .516	6/04/1936
41	MELVA MUÑOS DE LOPEZ	25. 125 .392	8/10/1948
42	MARIA LOPEZ DE TORRES	25. 125 658	27/11/1937
43	BLANCA ROSA HINCAPIE DE CIFUENTES	25 .125. 695	25/09/1949
44	NOHEMY RUIZ QUINCHIA	24. 718 023	18/01/1962
45	MARIA NORA MUÑOZ DE RAIGOZA	25 .126. 859	19/09/1958
46	ANTONIO JOSE PARRA ARROYAVE	4.566.839	10/07/1953
47	ARISTIDES BEDOYA GONZALES	1. 395. 721	18/12/1939
48	MARIA DEL SOCORRO MOLANO DE MONTOYA	25 .126. 244	11/11/1956
49	JULIO ERNESTO MURCIA LONDOÑO	1.398.178	30/09/1937
50	ALFREDO ARBELAEZ CARDONA	1.396.138	21/04/1938
51	LUIZ EVELIO RODRIGUEZ CALDERON	4.569.163	19/08/1933
52	MARIA AMILVIA QUINTERO OSORIO	25.126.190	26/01/1957
53	MARIA DORA OSPINA DE RUEDA	25.125.234	22/05/1945
54	MARIA FABIOLA OSPINA DE ARIAS	25.124.327	11/02/1936
55	ANA ROSA RAMIREZ DE ESCOBAR	25.125.205	27/05/1942
56	DIOSELINA BUITRAGO DE BEDOYA	25.125.891	23/08/1948
57	RUBIELA BETANCUR HENAO	25 127 529	6/08/1956
58	MARIA CLEMENTINA HENAO DE VAZQUEZ	21. 663. 788	2/08/1940
59	VIRGELINA SANCHEZ TORO	33 .745. 004	14/09/1937
60	MARIELA MURILLO MONTOYA	29. 153 .575	4/01/1944
61	JAVIER DE JESUS ARIAS PAVAS	1. 396. 100	14/02/1941
62	MARIA OLGA MUÑOZ DE GARCIA	25 .125 .287	13/08/1947
63	RUBIELA MUÑOZ DE CIFUENTES	25. 125 .135	15/10/1941
64	JULIO ERNESTO PALACIO CIFUENTES	4 .434 428	27/02/2029
65	MARIA CENOVIA HERRERA DE OSORIO	25 .124. 670	25/09/1940
66	ADELA RESTREPO DE ARBELAEZ	24.863.032	31/12/1939
67	LUIS EVELIO ORTIZ GIRALDO	1. 394. 701	14/03/1930
68	GILBERTO FRANCO ARISTIZABAL	4. 570. 211	19/04/1938
69	EMIGDIO VAZQUEZ GIRALDO	627.847	4/02/1937
70	MARIA ANGELICA ARENAS DE GALLEGO	22 .108 .042	10/01/1937
71	MARIA GRACIELA BOHORQUEZ MUÑOZ	25 .135. 214	19/10/1951
72	ALEJANDRINA QUINTERO DE GARCIA	25. 126. 889	18/01/1941
73	GLORIA AMPARO QUINTERO BUITRAGO	25 .127 .797	25/03/1962
74	MARIA MARGARITA GIRALDO	30.343.734	1/02/1952
75	MARIA RUBIELA RESTREPO CORREA	51.822.300	4/09/1953

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

MAPFRE, para dignificar la sepultura de los adultos mayores, para los 75 beneficiarios del programa.

ACTIVIDADES ADICIONALES

RECONSTRUYENDO MEMORIA Y PAZ UNIDAD DE REPARACION INTEGRAL DE VICTIMAS

PLANTACIÓN DE JARDÍN ORNAMENTAL

La Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas, realizó actividad en el Ecoparque Agua y Miel, con los adultos mayores, donde se plantó un jardín ornamental; aprovechando este como un espacio de paz y tranquilidad dentro del proceso que se viene adelantando de reparación emocional y rehabilitación psicosocial.

Este trabajo permite desarrollar habilidades personales que contribuyen a la relación con el exterior, generando en los adultos mayores un vínculo importante con la naturaleza, en la cual encuentran un espacio de relajación, reflexión y conocimiento de sí mismo que permite el mejoramiento de un lazo social.

REGISTRO FOTOGRAFICO













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





NOVENAS NAVIDEÑAS

Se realizó la novena navideña en el Centro Día, donde los adultos mayores gozaron de un espacio de paz y tranquilidad fortaleciendo su fe y disfrutando de la navidad, época en la que se respira generosidad, humildad, gratitud, solidaridad, reconciliación y amor.

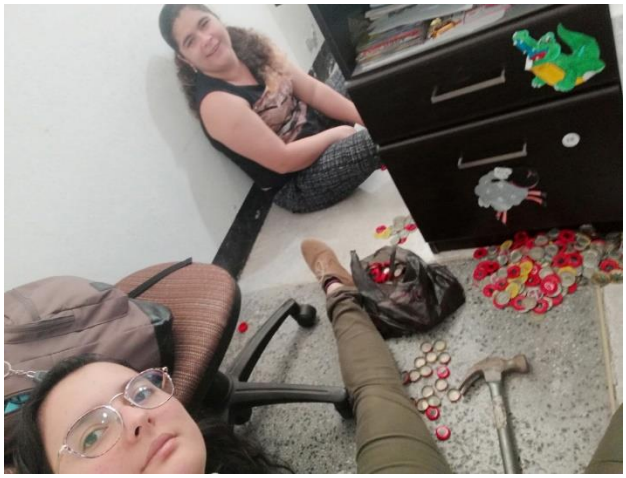








Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





PARTICIPACION EVENTO MASIVO- DÍA DE LAS VELITAS

El día 07 de diciembre de 2018, día de las velitas, se realizó el alumbrado navideño como inicio de las fiestas navideñas, donde los adultos mayores tuvieron la oportunidad de encender las luces y dar gracias a Dios por todas las bendiciones recibidas durante todo el año, tomando este como un espacio de regocijo, paz y tranquilidad.

























Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

EVENTO NATILLADA CENTRO DÍA

Gracias a la gestión realizada desde la coordinación de Centro Día, se tuvo la vinculación de la Secretaría de Planeación, Infraestructura y Obras Públicas del municipio y la Unidad para la Reparación Integral a las Víctimas, con el aporte de los ingredientes para la elaboración de una natillada, con el fin de integrar a todos los adultos mayores generando un clima de confianza y compañerismo en el inicio de la época navideña.






Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com








E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com




VISITA BIBLIOTECARIA MUNICIPAL

En el Centro Día se contó con la visita de la bibliotecaria municipal, donde se realizaron actividades de lectura y aprendizaje, se compartieron historias y enseñanzas de los adultos mayores; espacio en el que se fomentó el desarrollo de las competencias comunicativas mejorando la comprensión lectora y estimulación de la concentración.













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





SEGUIMIENTOS TAMIZAJES

La psicóloga de la ESE Hospital San José, desde el área de salud mental estuvo realizando seguimientos de las valoraciones de tamizaje a los adultos mayores de Centro Día, con el fin de identificar alteraciones en los cuadros emocionales de los adultos mayores valorados.

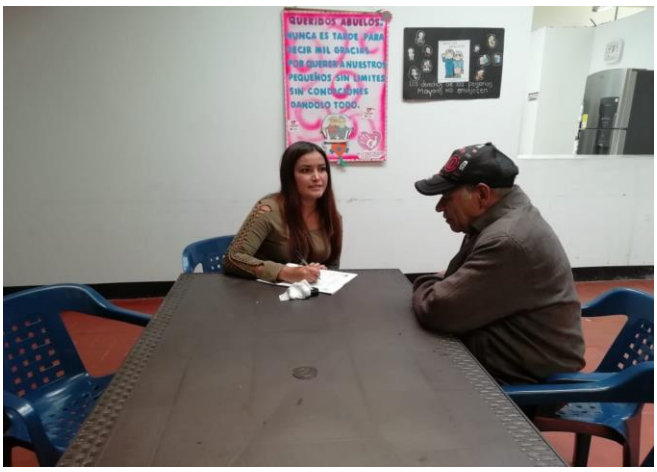




Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com













Nit. 900839393-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com




JORNADA DE PELUQUERÍA

Se llevó a cabo jornada de corte de cabello a los adultos mayores, esto con el objetivo de establecer vínculos de higiene y salud personal de los beneficiarios contribuyendo a su autoestima y la importancia del auto cuidado.










USO DE INTERNET Y TICS

Durante la ejecución de las actividades los adultos mayores han experimentado un acercamiento importante a diferentes herramientas tecnológicas que amplían su visión sobre medios de información y comunicación existentes, haciendo cada vez más asequible las posibilidades del medio moderno.









E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com





ALMUERZO NAVIDEÑO Y ENTREGA DE REGALOS

La Corporación Montes Azules llevó a cabo el cierre de año y la celebración de la navidad con los adultos mayores pertenecientes al programa de alimentación diaria quienes disfrutaron de un espacio de recogimiento especial propiciado mediante un gran almuerzo navideño al cual cada participante pudo invitar un integrante de su familia, vecino o amigo. De esta manera se realizó la despedida y cierre del año 2018 en un ambiente de alegría y hermandad en el hogar Centro Día.

Por otro lado gracias a la gestión de la coordinación y el apoyo de distintas instituciones y/o Entidades del Municipio se contó con la donación de 40 almohadas, las cuales fueron entregadas al finalizar las novenas decembrinas, priorizando a los adultos mayores con mayor grado de vulnerabilidad de acuerdo las valoraciones realizadas previamente.

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com








Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

CORPORACIÓN Montes Azules
Corporación para el Fortalecimiento y Desarrollo Socioeconómico y Ambiental de las Comunidades

Centro Día
Atención Integral del Adulto Mayor













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com













Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com

De esta manera se concluye con el informe mensual de funcionamiento del programa Centro Día correspondiente al mes de diciembre, a través del convenio Interadministrativo entre la gobernación de Caldas y el municipio de Samaná, donde actúa la corporación Montes Azules como operador de dicho programa.

RUBEN DARIO SANTA SALAZAR
Representante Legal s
Corporación Montes Azules

*Se anexan soportes relacionados en el contenido

Nit: 900859395-6
E-mail: corporacionmontesazules@gmail.com