ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

ASOCIACIÓN COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

INFORME DE ACTIVIDADES

DESDE EL 26 AL 28 DE DICIEMBREDEL 2022



SOCORRO – SANTANDER

EL CENTRO VIDA FE Y SERVICIO ONG, no solo es un lugar tranquilo, rodeado de naturaleza, cuyos paisajes le permiten al adulto Mayor un ambiente, relajado, lleno de aire puro, fue creado bajo un enfoque social de derecho. Esta es una modalidad integral de Atención diurna para los Adultos Mayores que se encuentran en condiciones de riesgo social. Es un lugar donde se realiza un trabajo integral que abarca todo el ser.

OBJETIVOS

Prestar el servicio de atención integral diurna a personas mayores con vulnerabilidad social y aislamiento familiar.

- Ofrecer un ambiente familiar, que sepa prevenir y cubrir las necesidades de atención básica psico-social para mantener y preservar la mejor calidad de vida posible
- Ofrecer apoyo social y emocional, formación e información a la familia
- Prevención: controlando precozmente situaciones que provocan el empeoramiento a nivel cognitivo o facilitan la aparición de trastornos conductuales.
- Promoción de las actividades básicas e instrumentales de la cotidianidad.
- Supervisión y seguimiento del adulto Mayor (enfermedades concomitantes, tratamientos farmacológicos, alimentación) y apoyo social familiar.

¿QUÉ HACEMOS?

La plataforma de servicios que ofrece el programa está basada en la ley 1276, donde cada integrante del equipo interdisciplinario registra la atención generando un archivo institucional con historias sociales que contiene la evolución que realiza el equipo interdisciplinario con los beneficiarios del programa. Allí se ponen en práctica actividades de promoción, prevención, participación y auto cuidado, dirigidas a conservar su independencia y autonomía que promueven la auto-organización; generando soporte socio familiar y afectivo, convirtiéndose en ambientes estimulantes a nivel físico y mental Cuenta con un grupo de profesionales, vinculados a la FUNDACIÓN FE Y SERVICIO ONG con el cual nos permitimos ofertar servicios a la demanda de los Adultos Mayores del Centro vida.

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

LISTADO DE ADULTOS MAYORES



MUNICIPIO DE EL SOCORRO-SANTANDER

NOMBRE DEL CENTRO: ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO (F - M)	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
1	ELVIRA VILLAREAL CARDENAS	28.422.052	1/01/1948	4/07/1972	74	F	VEREDA BARIRI	317-858-1538	COOSALUD	X		A4
2	ELSA MARIA URIBE DE AYALA	37.838.358	31/07/1953	24/05/1977	69	F	COLINAS PEAJE 2 Nº 10-12	318-363-2427	COOSALUD	X		B6
3	GABRIEL GARNICA ACOSTA	91.101.078	3/06/1959	19/09/1977	63	M	CONJUNTO HEROES APTO 501 TORRE D	313-210-9715	COOSALUD	X		B6
4	BARBARA CUADROS CORREDOR	28.413.652	6/06/1953	3/09/1977	69	M	CAMINO CULEBRERO CASA 7-2	310-230-8852	NUEVA EPS	X		C1
5	RAMON RUIZ VASQUEZ	5.764.178	20/07/1951	21/01/1974	71	M	CALLE 11 # 19-13 COMUNEROS	317-479-6182	NUEVA EPS	X		TRAMITE
6	ARGEMIRA AMAYA DE BELTRAN	41.510.152	17/12/1942	26/12/1972	79	F	CALLE 3 SUR # 8-234 SAN RAFAEL	317-572-1223	NUEVA EPS	X		C1
7	ROSALBA RUEDA	63.462.470	3/09/1959	27/08/1991	73	F	CONJUNTO HEROES APTO 104 TORRE C	320-296-6112	COOSALUD	X		TRAMITE
8	JOSE ARTURO SILVA SILVA	5.697.067	14/03/1961	30/06/1980	61	M	CAMINO CULEBRERO CASA -2	321-366-7564	COOSALUD	X		C13
9	RENELIA PARRA MORENO	28.184.830	31/10/1939	22/11/1962	83	F	CALLE 23 Nº 8-03 PRIMERO DE MAYO	316-709-5990	COOSALUD	X		A5
10	BARBARA HERNANDEZ RIOS	37.809.251	7/08/1951	22/02/1973	71	F	CARRERA 9 2B SUR- 22 SAN RAFAEL	315-788-3543	COOSALUD	X		B3
11	RAMIRO VILLAREAL CARDENAS	5.764.835	23/07/1954	17/01/1976	68	M	VEREDA BARIRI	311-509-7186	COOSALUD	X		B2
12	FLOR MARIA AYALA DE JIMENEZ	28.423.852	22/01/1957	30/05/1977	65	F	CARRERA 9 # 3-50 SAN RAFAEL	318-536-1811	NUEVA EPS	X		C7
13	ANA VICTORIA SUAREZ DE MARTINEZ	37.240.145	23/10/1953	9/05/1975	68	F	CALLE 5A # 6-13 BOSQUE	322-228-1676	COOSALUD	X		B6
14	MARIA CECILIA BARRERA	28.271.100	21/12/1945	13/05/1971	77	F	CALLE 3SUR # 9-12 COLINAS	316-358-5947	COOSALUD	X		C7
15	ANA JESUS BAUTISTA SANCHEZ	28.420.525	29/04/1944	19/06/1965	78	F	CARRERA 8 SUR # 7-38 SANTA CECEILIA	322-768-5619	NUEVA EPS	X		B6
16	ANA MARIA POCHES CORZO	28.267.522	25/06/1955	30/05/1977	67	F	CALLE 10 SUR N° 8A-87	320-202-5528	SANITAS	X		B1
17	ALVARO MORENO	91.102.333	29/12/1953	9/12/1979	69	M	CALLE 11 Nº 8-48 FATIMA	317-3172-205	COOSALUD	X		TRAMITE
18	FRANCISCO ALIRIO RIOS CARREÑO	5.559.725	25/07/1944	11/06/1966	78	M	CARRERA 9 2B SUR- 22 SAN RAFAEL	315-788-3543	COOSALUD	X		B3
19	ANA BERTA GONZALEZ MELO	28.420.019	20/03/1930	6/02/1963	92	F	CALLE 10 SUR 8A-24	317-856-3782	COOSALUD	X		B5
20	BERTHA MARIA ARGUELLO DE DURAN	28.251.956	24/02/1951	2/10/1973	71	F	CARRERA 10 3 SUR 42 COLINAS	310-699-3235	NUEVA EPS	X		C11
21	ALFONSO JIMENEZ PEREZ	5.763.274	29/11/1950	17/12/1971	71	M	CARRERA 9 # 3-50 SAN RAFAEL	318-536-1811	NUEVA EPS	X		C7
22	PABLO ANTONIO MORENO ORASICA	5.762.992	22/06/1945	3/03/1971	76	M	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	313-874-6104	COOSALUD	X		C17

23	CARLINA IZAQUITA	28.184.690	23/11/1945	18/01/1974	72	F	PASAJE 1 # 9-32 COLINAS	318-801-8919	NUEVA EPS	X		C10
24	CARMEN SOFIA MORENO	37.940.892	4/01/1961	9/12/1979	61	F	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	317-317-2205	COOSALUD	X		B6
25	MARIA ADELINA CARDENAS BETANCOURT	40.377.180	4/04/1936	18/06/1984	76	F	CALLE 10 SUR 8A-114 VILLA DEL PRADO	321-305-9356	COOSALUD	X		B4
26	ANA DOLORES CALDERON DE ARGUELLO	28.422.057	5/01/1947	4/07/1972	75	F	CALLE 1# 4-19 SAN RAFAEL	320-340-9897	NUEVA EPS	X		B1
27	JORGE IGUAVITA ALFONSO	5.766.779	2/06/1939	30/11/1973	83	M	CARRERA 9 # 2SUR -62 SAN RAFEL	315-385-7870	COOSALUD	X		C3
28	MARINA PICO DE PINZON	37.941.497	2/03/1944	8/09/1981	77	F	CAMINO CULEBRERO CASA 5	315-425-2333	NUEVA EPS	X		C12
29	MARIA ELISA TASCO	28.133.942	10/06/1948	17/01/1976	74	F	CALLE 10 # 9-23 FATIMA	317-262-0436	NUEVA EPS	X		C13
30	CATALINA MORENO ORASICA	28.417.782	29/08/1933	23/09/1960	89	F	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	317-317-2205	COOSALUD	X		B6
31	FLOR MARIA BRAVO CASTRO	63.293.410	23/04/1958	24/06/1980	64	F	CARRERA 8 16-35 SANTA BARBARA	316-742-2432	NUEVA EPS	X		B4
32	DORISANA SUAREZ	28.426.774	3/11/1943	24/07/1966	78	F	CALLE 3 SUR # 11 80 COLINAS	315-635-8267	COOSALUD	X		C3
33	ALVARO PADILLA LANDINEZ	13.894.725	2/10/1961	19/05/1980	61	M	CALLE 23 Nº 8-14 PRIMERO DE MAYO	313-405-5467	NUEVA EPS	X		C14
34	HILDA VILLAREAL CARDENAS	37.940.440	30/09/1940	20/03/1979	73	F	VEREDA VARIRI FINCA EL PUENTE	311-509-7186	COOSALUD	X		B6
35	PEDRO PABLO ARGUELLO	2.188.238	29/06/1938	19/02/1960	84	M	CALLE 1 Nº 4-19 SAN RAFEL	320-340-9897	NUEVA EPS	X		B1
36	CECILIA VILLAREAL CARDENAS	37.941.094	2/06/1962	22/09/1960	60	F	CARRERA 9B Nº 7SUR 54 VILLA DEL SOCORRO	311-658-0062	NUEVA EPS	X		B2
37	MARIA ELENA GALEANO GALEANO	28.413.195	25/04/1936	15/10/1959	85	F	CALLE 24 Nº 8-27 PRIMERO DE MAYO	320-906-5360	NUEVA EPS	X		B3
38	MARIA DE LOS ANGELES RODRIGUEZ MELENDEZ	28.421.310	26/09/1936	11/07/1969	86	F	CARRERA 8 Nª 24-15 PRIMERO DE MAYO	314-347-1895	NUEVA EPS	X		C3
39	EVELIA BADILLO DE ORTEGA	28.418.846	19/11/1927	18/12/1961	95	F	CALLE 3 SUR PASAJE 1 Nº 9-41 COLINAS	305-389-6358	COOSALUD	X		A5
40	ETELVINA GARCIA DE DAVILA	28.429.532	25/04/1935	18/03/1963	85	F	CARRERA 9 Nº 24-20 PRIMERO DE MAYO	310-230-8084	COOSALUD	X		B6

SERVICIO 1
ALIMENTACIÓN QUE ASEGURE LA INGESTA NECESARIA, A NIVEL PROTEICO-CALÓRICO Y DE MICRONUTRIENTES QUE GARANTICEN BUENAS CONDICIONES DE SALUD PARA EL ADULTO MAYOR



¿Qué cosas pueden dificultar que coma saludable a medida que envejecemos?

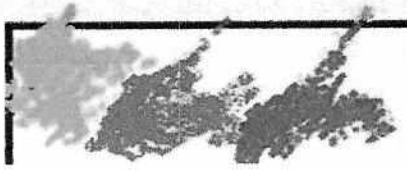
Algunos cambios que ocurren a medida que envejece pueden hacer más difícil que usted coma saludable. Estos incluyen cambios en su:

- Hogar: Si es que de repente se queda viviendo solo o tiene problemas para moverse Salud: Puede tener problemas para cocinar o para alimentarse
- Medicamentos: Pueden cambiar cómo percibe el sabor de la comida, causar boca seca o reducir sus ganas de comer
- Ingresos: Puede que usted no tenga los recursos suficientes para los alimentos
- Su sentido del olfato y del gusto
- Problemas para mascar o tragar los alimento

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



MINUTA

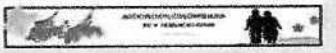


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

NIT.900.358.450-3



APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN ADULTOS MAYORES

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido	
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Lácteos						
Leche en polvo o	4 veces/ semana	15.6 g	15.6 g	120 cc	4 onzas de este	
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc			
Derivados de cereal						
Pan o tortas o	Todos los días	90 g	60 g	50 g	1 ½ unidad mediana. 1 porción mediana	
Galletas de dulce o sal o wafer		21 g	21 g	21 g	3 unidades	
Cereales para cocinar (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1 cucharada soperas para elaboración de colada (½ agua + ½ leche)	
Fruta						
Entera o	2 veces por semana	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana	
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	3 onzas de jugo	
Azúcares						
Azúcar o	Todos los días	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada	3 onzas de café o 240 cc
Panela o		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada	

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	550	11,1	12,5	94,3	353,0	4,6	3,6
ADECUACION	29,2%	17,3%	16,0%	28,4%	44,1%	32,7%	8,9%

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido	
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Sopa o crema						
	Todos los días	14 - 20 g	12 g	200 cc	6 onzas	
Cereal		9 g	9 g			
Papa, Tubérculos, Plátanos		87 - 25 g	15 g			
Leguminosa		2 g	2 g			
Seco						
Carnes, huevo, leguminosas						
Carne roja	3 veces semana (Y dejamos una vez cada 15 días)	100 g	100 g	100 g	1 porción mediana	
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Pollo entero: 100 g (hueso)	100 g	80 g (sin hueso) Adicionar 50 g	1 porción mediana	
Huevo	1 vez/ semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad	
Leguminosa	2 veces / semana	30 g	20 g	90 g	4 cucharadas medianamente colmadas	
Cereal						
Arroz o	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	3 cucharadas soperas	
Pasta	1 vez/ semana	40 g	40 g	91 g	3 cucharadas soperas	
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal						
Papa, plátano, Yuca, etc o	5 veces/semana	83 - 119 g	70 g	89 g	1 unidad mediana	
Arepa o envuelto, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1 unidad mediana	
Hortalizas - verduras						
Verdura	Todos los días	57 - 15 gr	50 g	50 g	4 cucharadas soperas	
Frutas						
Entera o	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana	
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	3 onzas de jugo	
Azúcares						
Azúcar o	Todos los días	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada	3 onzas de café o 240 cc
Panela		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada	
Aceite	Todos los días	15 cc	15 cc	15 cc	1 ½ cucharada	

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	707	28,7	24,1	92,9	83,4	6,0	0,7
ADECUACION	29,8%	34,5%	30,5%	28,3%	16,4%	42,7%	9,9%

OBSERVACIONES

1. Se establece 3 veces a la semana lácteo en el refrigerio de la mañana dando oportunidad a variación del mismo y teniendo en cuenta la guía del día completo.
2. Para la realización de los jugos de fruta se puede utilizar cualquiera de cosecha
3. Para efectos de la salud de la población objetivo se tiene en cuenta el uso de azúcar en porcionables y para personas con diabetes se evita su uso
4. Para la semana 2 y semana 4 se dará indicación a los adultos mayores de incluir leguminosa en el fin de semana, para cumplir con el requerimiento nutricional

Nutricionista

Firma

ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

NIT.900.358.450-3

CICLO DE MENÚS

SEMANA 1

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	120 - 240CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	YOGUR	CHOCOLATE EN AGUA	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	GALLETAS INTEGRALES	PONQUE	PAN INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	QUESO	*	*
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA O CREMA	200 CC	SOPA DE PASTAS	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	CREMA DE AHUYAMA	CREMA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	ARROZ CON POLLO	PESCADO A LA PLANCHA (55 GR)	CARNE EN GOULASH	HUEVO COCIDO	PASTAS CON CARNE MOLIDA
CEREAL	90 GR		ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	
RAIZ, TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	ROLLO DE PAPA	MADURO COCIDO	YUCA CON HOGAO	TAJADAS	PAPA CRIOLLA
LEGUMINOSA	60 GR	*	LENTEJA	*	FRIJOL ROJO	*
VERDURA	50 GR	ENSALADA CAMPESINA O DULCE	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA	VERDURA EN GOULASH	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA DE REMOLACHA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Firma Nutricionista

ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

NIT.900.358.450-3

CICLO DE MENÚS

SEMANA 2

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	GELATINA
CEREAL	50 GR	GALLETA INTEGRAL	TAJADA DE PAN INTEGRAL	MANTECADA	FRITAS DE ZANAHORIA	GALLETA SODA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	*	*	CUAJADA
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	SOPA DE MENUDENCIAS	CREMA DE PLATANO	CREMA DE HARINA TOSTADA	SOPA DE APIO	CREMA DE AVENA
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR		CROQUETAS DE POLLO (55 GR)	ATUN	ALBONDIGAS SUDADAS	FRICASSE DE POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ AL PIMENTON
RAIZ, TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	YUCA AL VAPOR	PAPA CON HOGAO	TAJADAS	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS AL PEREJIL
LEGUMINOSA	60 GR	*	ARVEJA SECA	*	*	*
VERDURA	50 GR	TOMATE A LA VINAGRETA	ENSALADA FRESCA (CEBOLLA, TOMATE)	ENSALADA DE TORNILLOS DE PASTA	ENSALADA DEL HUERTO (CEBOLLA, TOMATE, LECHUGA)	EN EL POLLO
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Firma Nutricionista

ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

NIT.900.358.450-3

CICLO DE MENÚS

SEMANA 3

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	AGUA DE PANELA EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CHOCOLATE EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CAFÉ CON LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA	EMPAREDADO DE JAMON	PAN INTEGRAL
PROTEÍNA	30 - 50 GR				EN EL EMPAREDADO	
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	CREMA CARMELITA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE GARBANZOS CON CALLO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	PEZCADO SUDADO	HUEVO COCIDO	POLLO SUDADO CON PAPA	PASTAS CON CARNE MOLIDA	
CEREAL	90 GR	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ CON FIDEOS
RAIZ, TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA EN PURÉ	YUCA CON HOGAO	PAPA COCIDA CON PEREJIL	TAJADAS DE PLATANO	PAPA SALADA
LEGUMINOSA	60 GR	*	FRIJOL ROJO	*	*	GARBANZOS EN LA SOPA
VERDURA	50 GR	VERDURA CALIENTE (HABICHUELA ZANAHORIA ARVEJA)	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Diana Sanabria
Dra. Diana Sanabria A.
NUTRICIONISTA DIETISTA
No. MND 071196

Firma Nutricionista

ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG

NIT.900.358.450-3

CICLO DE MENÚS

SEMANA 4

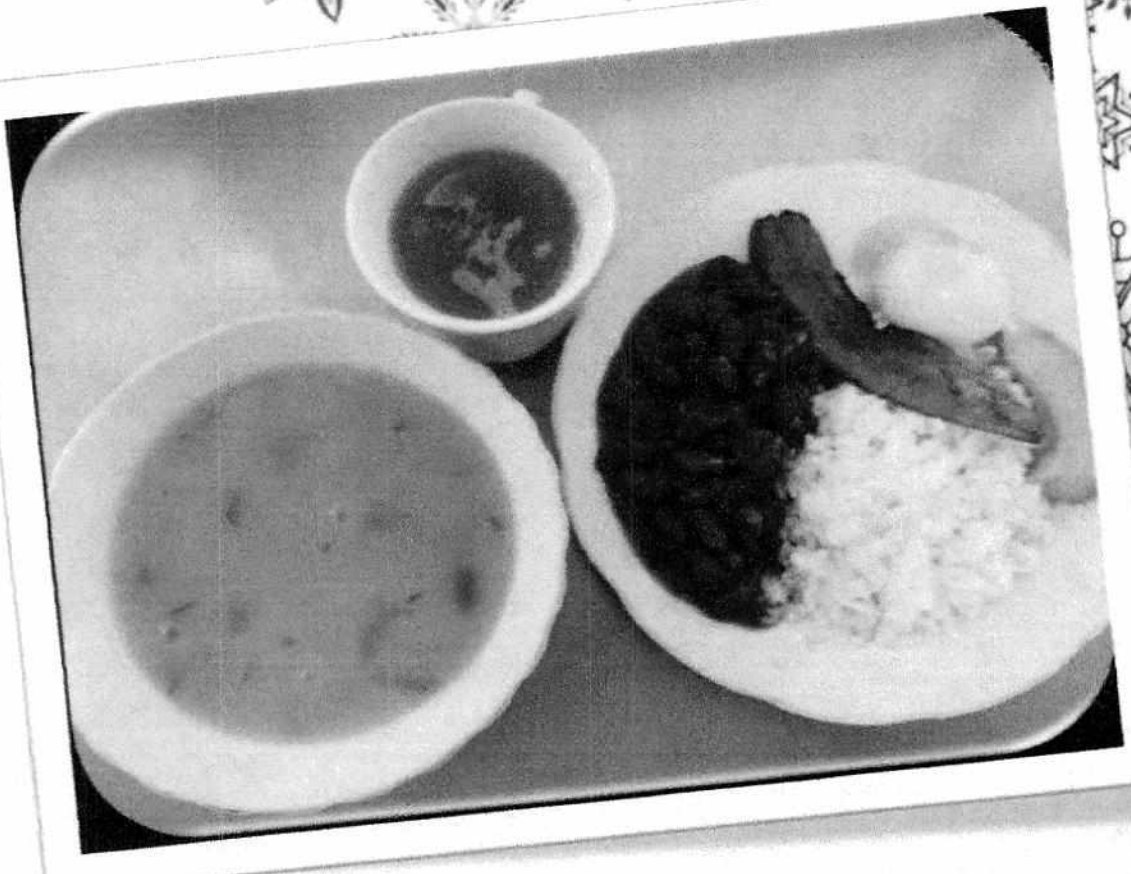
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	GELATINA	CHOCOLATE EN AGUA	YOGUR	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETA DE SAL	PAN	GALLETAS DE LECHE	TOSTADAS
PROTEÍNA	30 - 50 GR		QUESO EN PORCION			
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	CREMA DE AVENA	MUTE	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE APIO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CROQUETAS DE POLLO		HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO	POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA CON HOGAO	YUCA AL VAPOR	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS	MONEDAS DE PLATANO
LEGUMINOSA	60 GR	*	*	*	FRIJOL BLANCO	*
VERDURA	50 GR	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	GUACAMOLE	ENSALADA CAMPESINA	PICO DE GALLO	ENSALADA RUSA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Ilmary Sanabria
Dra. Ilmary Sanabria A.
NUTRICIONISTA DIETISTA
No. MN.D 01196
P.U.J

Firma Nutricionista

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

ALMUERZOS



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

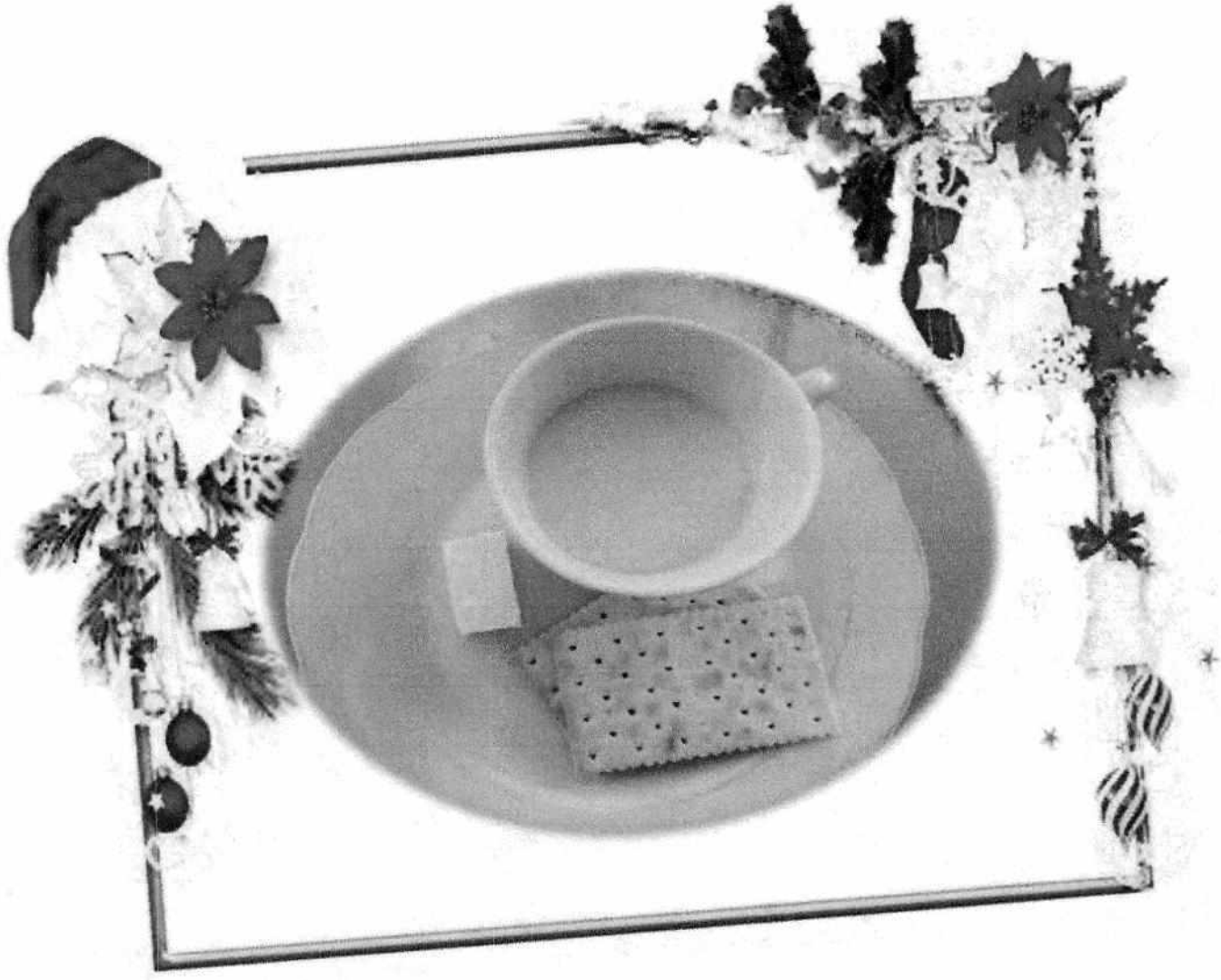


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

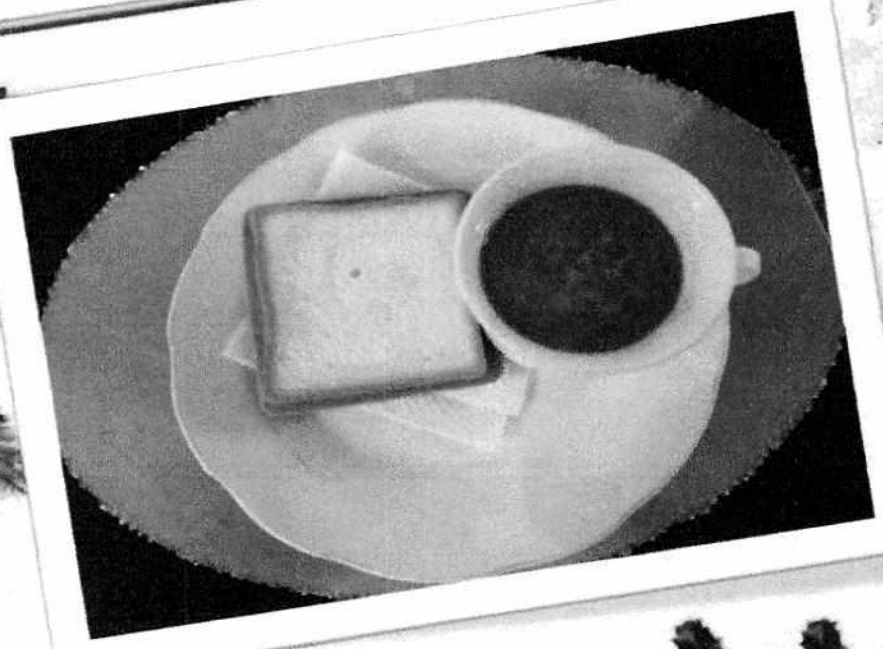


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

MERIENDAS



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





SERVICIO 2

PSICOLOGÍA

Psicología de la vejez

Muy pocas de las actitudes de los ancianos son universales, y aun las que si son generalizadas, no dependen exclusivamente del envejecimiento cronológico y biológico, sino que por el contrario, son respuestas a expectativas del medio, inducidas por éste como pautas culturales. Las realidades que han vivido las actuales generaciones de ancianos no han sido propicias para una buena adaptación a esta etapa de la vida. Teniendo presente lo expresado, podemos describir algunas observaciones realizadas en personas que envejecen.

CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN LAS PERSONAS MAYORES



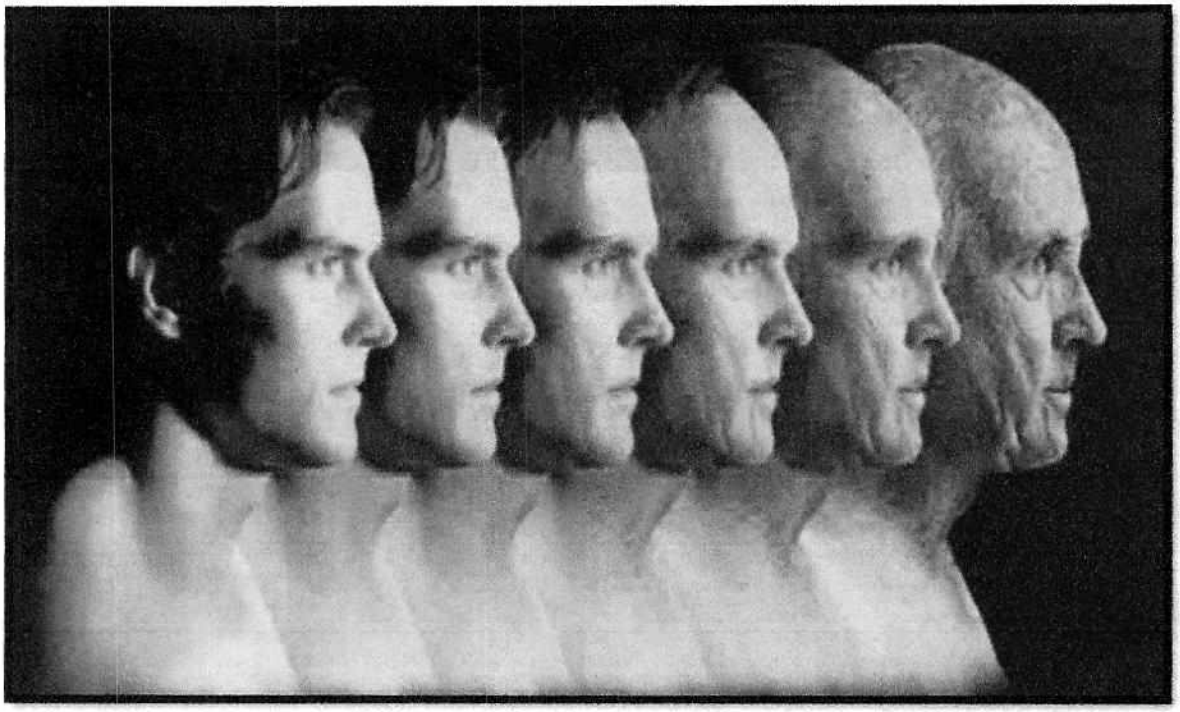
Memoria: la memoria a corto plazo no se ve fuertemente afectada, pero la memoria a largo plazo puede sufrir deterioros mayores.

Atención: la atención sostenida y dividida no sufren cambios significativos, pero la selectiva es la más complicada para los adultos mayores.

Inteligencia: la inteligencia cristalizada continúa normal, mientras que la fluida experimenta deterioro progresivo.

Creatividad: esta capacidad se mantiene, siempre y cuando se ejercite con distintas actividades.

Lenguaje: en general, no se ve afectado con el paso del tiempo (salvo circunstancias excepcionales).



MODIFICACIONES DE LA PERSONALIDAD

- Nítido aumento del grado de cautela, precaución y prudencia.
- Aumento de la perseverancia, la rigidez y el miedo a los cambios.
- Preocupación creciente por las funciones corporales.

MEMORIA - APRENDIZAJE - CREACIÓN

Si se mantiene una buena salud física, en términos relativos, sin que se haya deteriorado desmedidamente el equipo biológico necesario, entonces:

Las funciones intelectuales elevadas, tales como la imaginación, la habilidad de juzgar, la de generalizar, etc. son relativamente independientes de la edad de la persona y su declinación depende mucho de cada individuo

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

FORMATO DE ACTIVIDADES

NOMBRE DE LA SESIÓN	ESTIMULACIÓN MEMORIA DE TRABAJO
RESPONSABLE	PS. BETSY ZULAY RUGELES PICO
PROFESION	PSICOLOGIA
FECHA	26 de diciembre 2022
OBJETIVOS	Estimular la memoria de trabajo de los adultos mayores, motivando a mejorar su capacidad de retener y evocar la información adquirida de su entorno.
JUSTIFICACION	La memoria humana es una función del cerebro que permite al ser humano adquirir, almacenar y recuperar información sobre distintos tipos de conocimientos, habilidades y experiencias pasadas. Es una de las funciones humanas más estudiadas en la Psicología. Según el astrónomo Carl Sagan, la mente humana es capaz de almacenar una cantidad de información equivalente a diez billones de páginas de una enciclopedia. Pero la memoria no es un sistema de almacenaje perfecto. Aunque en muchas ocasiones se compare la memoria humana con la capacidad de almacenaje de un ordenador, las diferencias se encuentran en su forma de recuperar los recuerdos o archivos guardados, es por ello que se ve necesario implementar estrategias que promuevan la estimulación de la memoria a corto y largo plazo, y de esta manera mejorar la calidad de vida de los diferentes adultos mayores intervenidos.
METODOLOGIA	se dará inicio a la sesión del día con un saludo de bienvenida, seguidamente se realizara una pequeña retroalimentación acerca del tema visto en la sesión anterior y de esta manera dar continuidad con el tema del día, posteriormente se expondrá que durante la sesión se presentaran diferentes actividades y ejercicios encaminados a estimular la memoria visual, auditiva y de trabajo a corto y largo plazo, por medio de material didáctico preparado para ello.
DIFICULTADES	Atención disminuida

ANALISIS GENERAL D E LAS ACTIVIDADES	Es importante lograr raport con el grupo a trabajar y así obtener la atención e interés necesarios durante los meses a ejecutar la labor con el mismo, mantener siempre activos a los partícipes, creando un espacio de ocio productivo por medio de actividades lúdico – productivas, fomentando aprendizaje y esparcimiento para ellos.
LOGROS	Elevar la capacidad en la retención de información adquirida de su entorno.
RECURSOS:	Material lúdico, hojas, colores, cartas, lápices o lapiceros.
TIEMPO:	Una hora
ACTIVIDADES:	Tres. 1 memoria visual, 2 memoria auditiva, 3 memoria de trabajo
Evidencias fotográficas	

BETSY ZULAY RUGELES PICO
Psicóloga
Especialista Violencia Intrafamiliar
Tp: 164912

SERVICIO 3

ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ENFERMERIA

Es muy importante contar con la toma de tensión en el centro vida, ya que esta es una de la enfermedades crónicas más comunes y propias de la vejez, la cual se considera como un amigo silencioso y la vigilancia en la toma de tensión es importante pues ayuda a prevenir y a mantener en alerta cualquier situación en donde se eleve la tensión, y que pueda causar algún problema de salud en los adultos mayores.



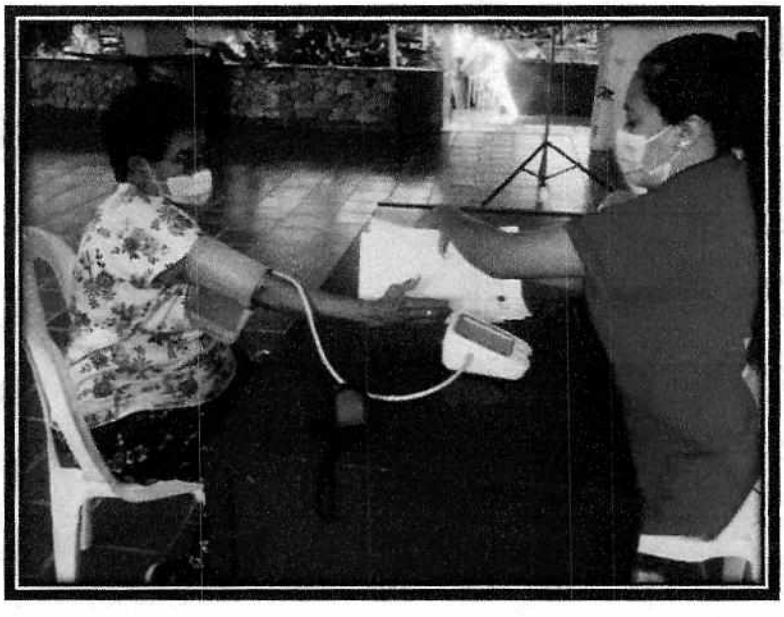
¿Es perjudicial la hipertensión en las personas mayores de 65 años?

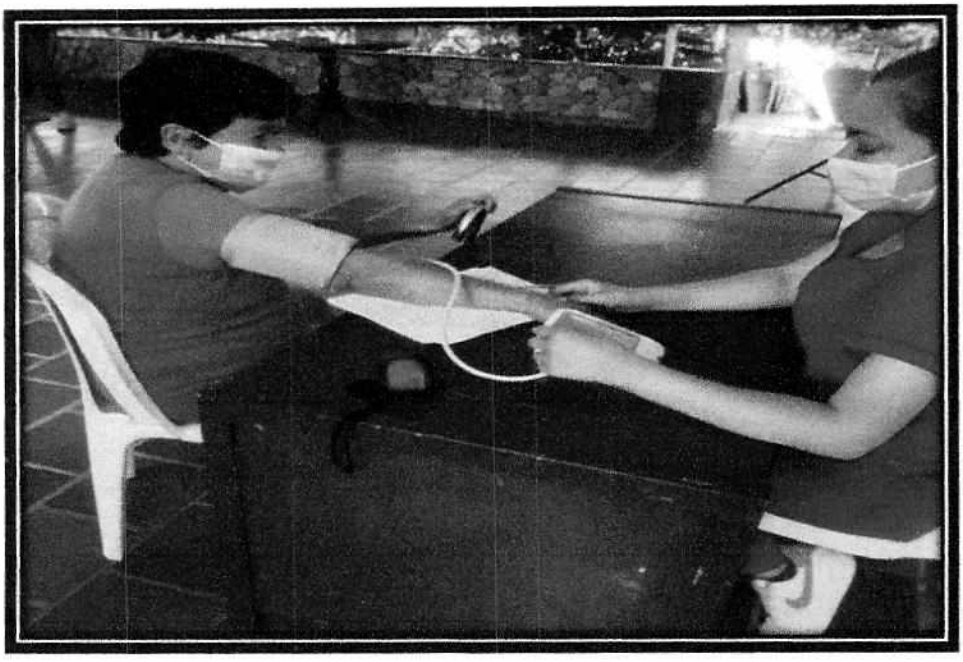
Debido a la edad las arterias pierden elasticidad, se hacen más rígidas y tienen menos capacidad para adaptarse a presiones elevadas, lo que hace que puedan romperse u obstruirse con mayor facilidad, ocasionando complicaciones vasculares con más frecuencia que en los hipertensos más jóvenes: angina de pecho, infarto de miocardio, insuficiencia cardiaca, ictus (accidentes vasculares cerebrales) e insuficiencia renal.

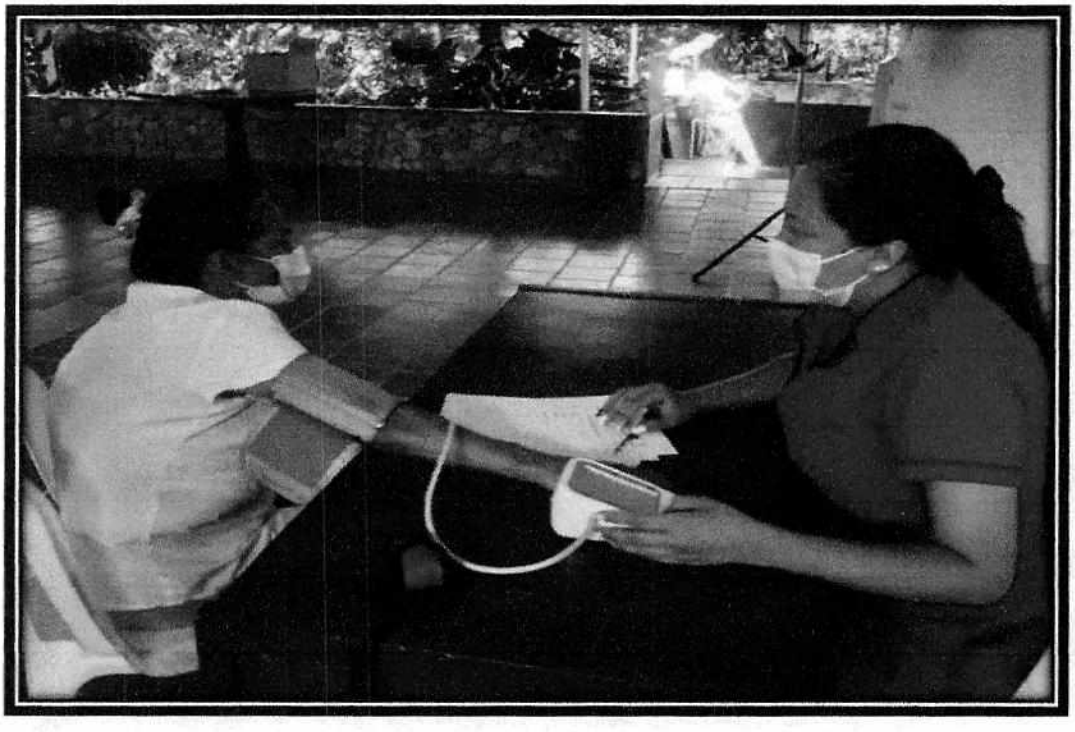
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG











Causas amigdalitis aguda

Primeramente, la amigdalitis aguda es causada por una amplia gama de virus y bacterias, siendo los factores bacterianos mucho menos comunes. Los microorganismos que más afectan al ser humano en cuando a la amigdalitis son:

- Streptococcus.
- Virus de Epstein-Barr (VEB).
- Virus de la influenza o gripe.
- Virus de herpes simple.
- Adenovirus.
- Enterovirus.
- Virus parainfluenza.

Se tiene registro de que 2 de cada 3 casos de amigdalitis aguda son causados por virus, dejando el desarrollo de ésta por bacterias en un margen más reducido.



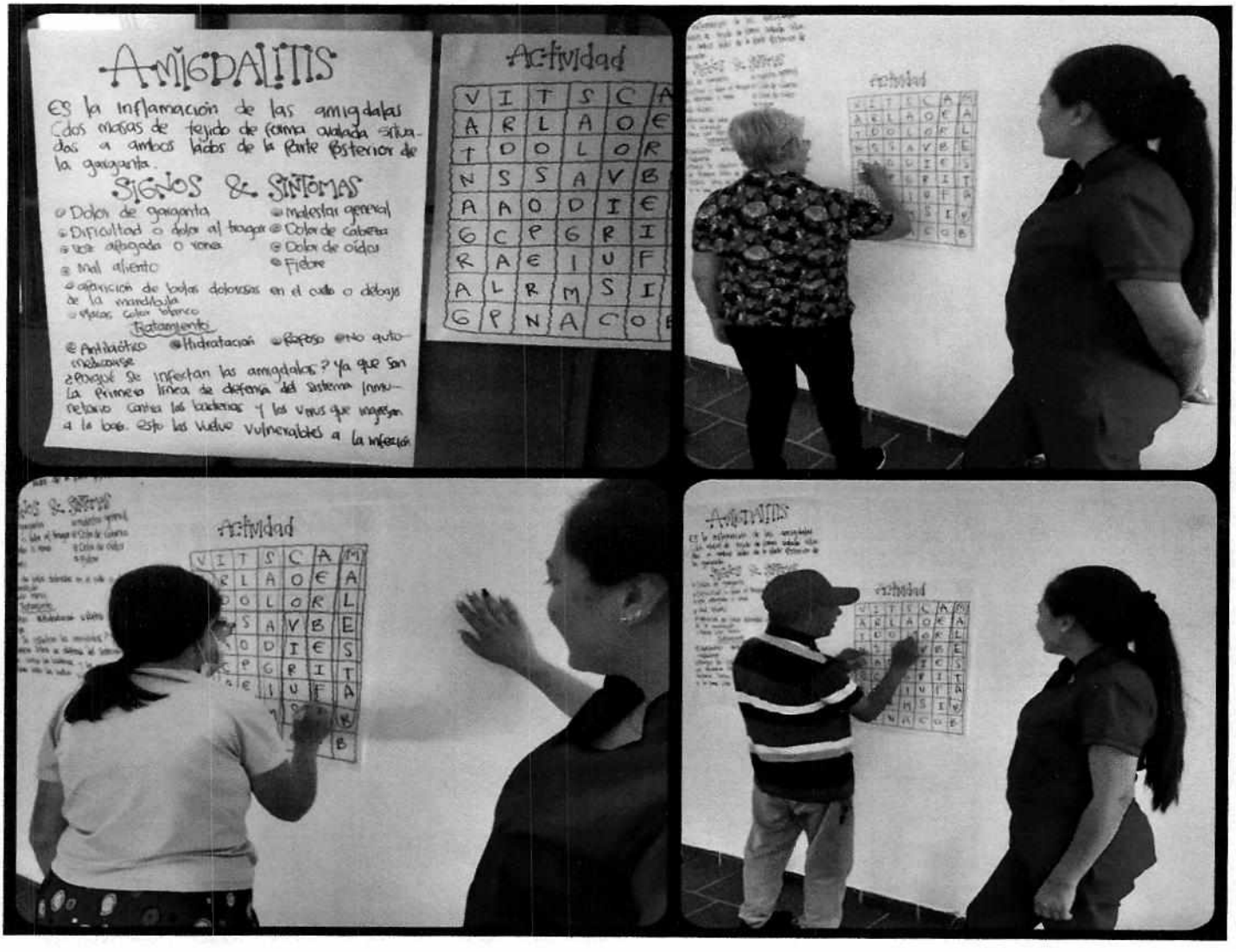
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3

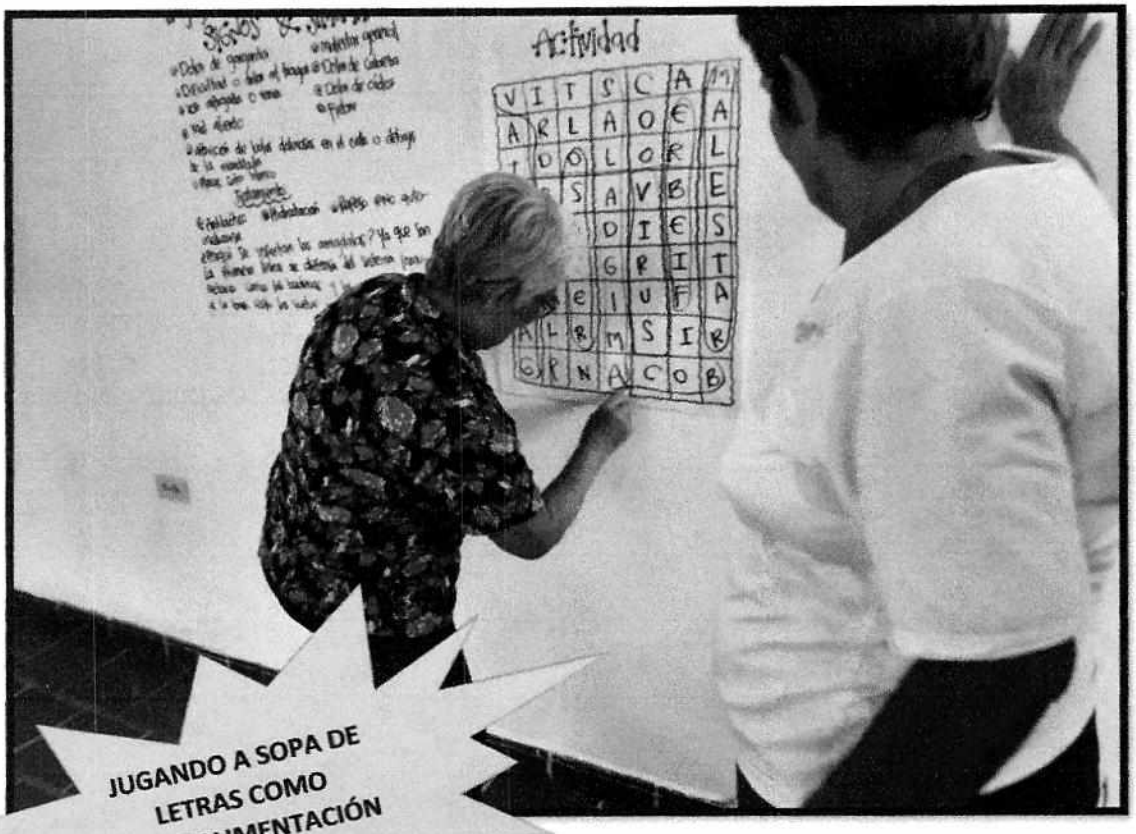
FORMATO DE ACTIVIDADES

NOMBRE DE LA SESIÓN	AMIGDALITIS
RESPONSABLE	DIANA CAROLINA SEPULVEDA RUEDA
PROFESION	AUXILIAR DE ENFERMERIA
FECHA	26 DE DICIEMBRE DE 2022
OBJETIVOS	Dar a conocer esta enfermedad, signos, síntomas, causas y tratamiento
JUSTIFICACION	La amigdalitis es una infección o una inflamación de las amígdalas. Las amígdalas son bolas de tejido linfático en ambos lados de la garganta, por encima y detrás de la lengua. Son parte del sistema inmunitario, el cual ayuda al cuerpo a combatir infecciones.
METODOLOGIA	Se realizó por medio de una charla, explicando que es la amigdalitis , signos, síntomas, causas y tratamiento. Seguido de esto se realizó una sopa de letras con términos usados en la exposición.
DIFICULTADES	Ninguna
ANALISIS GENERAL D E LAS ACTIVIDADES	Hay mucho interés por parte de los adultos mayores por aprender día a día cosas nuevas. Participan activamente, resuelven la sopa de letras y aclaran dudas.
LOGROS	Se logran llevar a cabo los objetivos propuestos para esta actividad.
RECURSOS:	Carteleras
TIEMPO:	1 hora

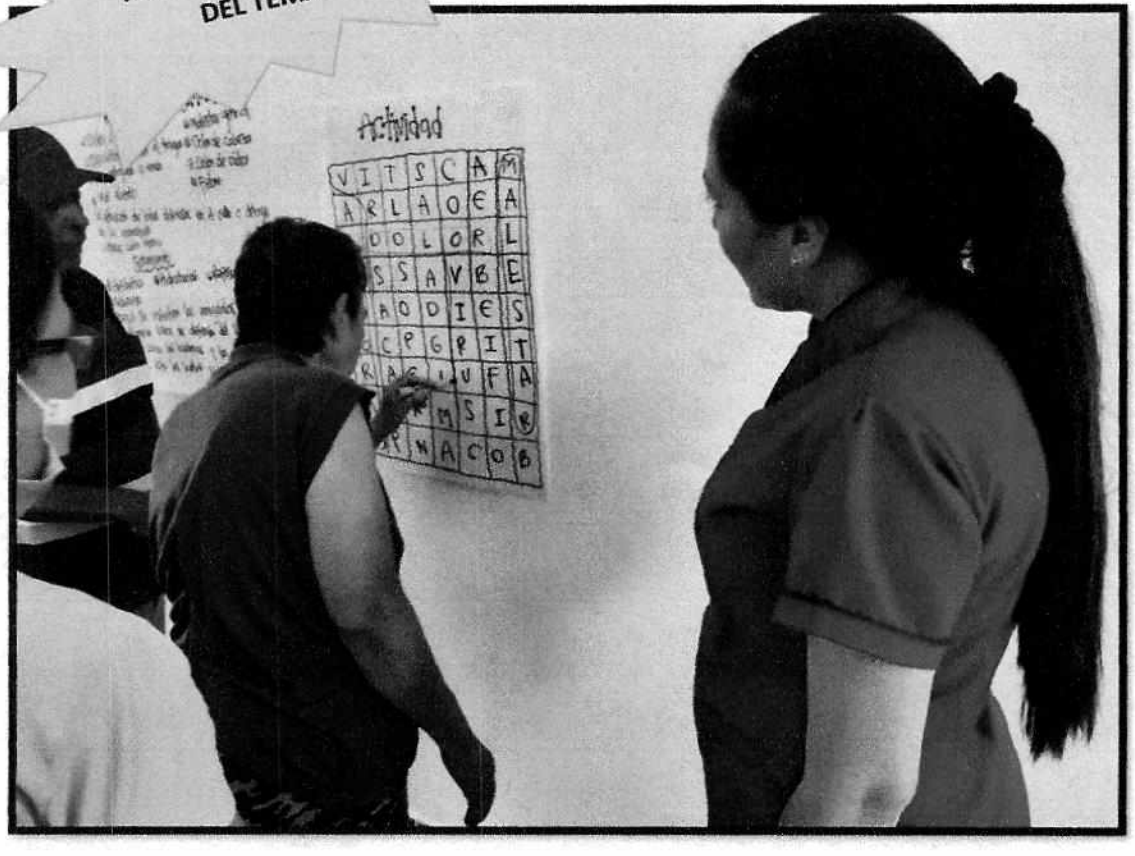
MARCO TEORICO	Este tejido linfoide faríngeo está constituido por las amígdalas palatinas, las adenoides, la amígdala lingual, las bandas laterales faríngeas y discretas acumulaciones linfoides sobre la pared posterior de la faringe. Constituye la primera línea de defensa para la entrada de las infecciones respiratorias.
ACTIVIDADES:	Charla

FIRMA Carolina Sepúlveda R.





JUGANDO A SOPA DE LETRAS COMO RETROALIMENTACIÓN DEL TEMA



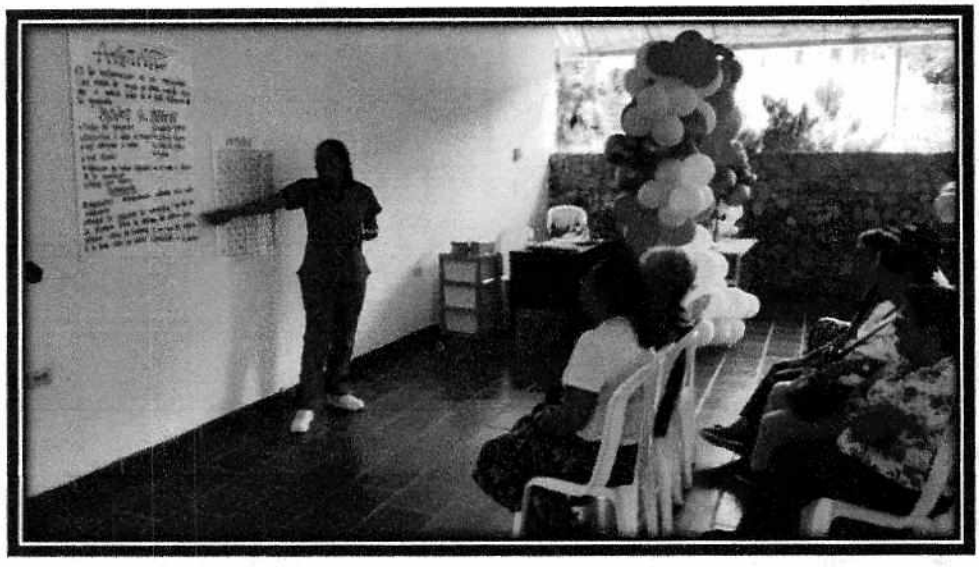

Actividad


Actividad

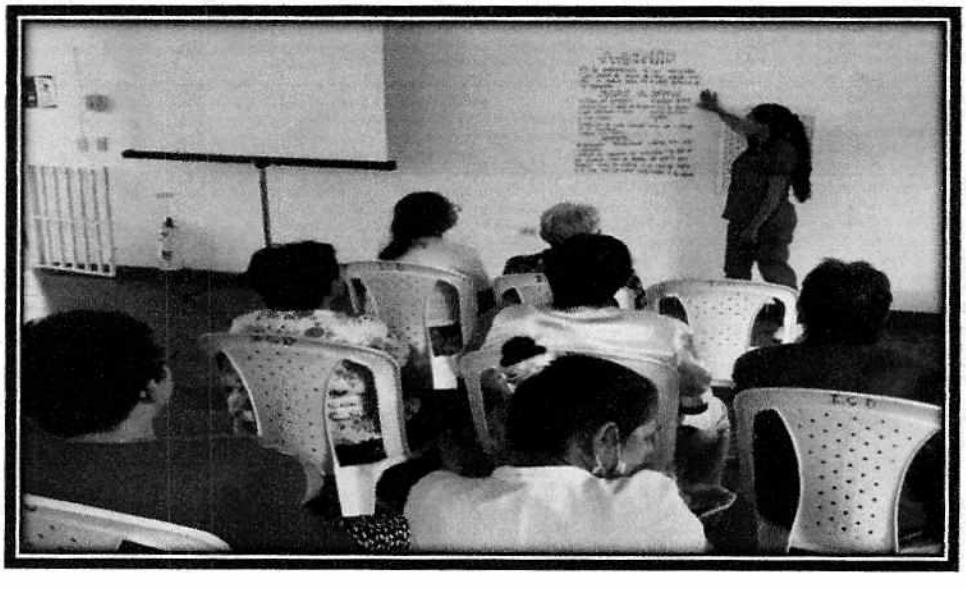




ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG







SERVICIO 4

SEGURIDAD EN SALUD

Los 40 adultos mayores de la Asociación Colombiana Fe y Servicio ONG, están afiliados al **Sistema de Identificación de Potenciales Beneficiarios de Programas Sociales**, más conocido como Sisbén.

Sisbén

SISTEMA DE IDENTIFICACIÓN DE POTENCIALES
BENEFICIARIOS DE PROGRAMAS SOCIALES

MUNICIPIO DE EL SOCORRO-SANTANDER

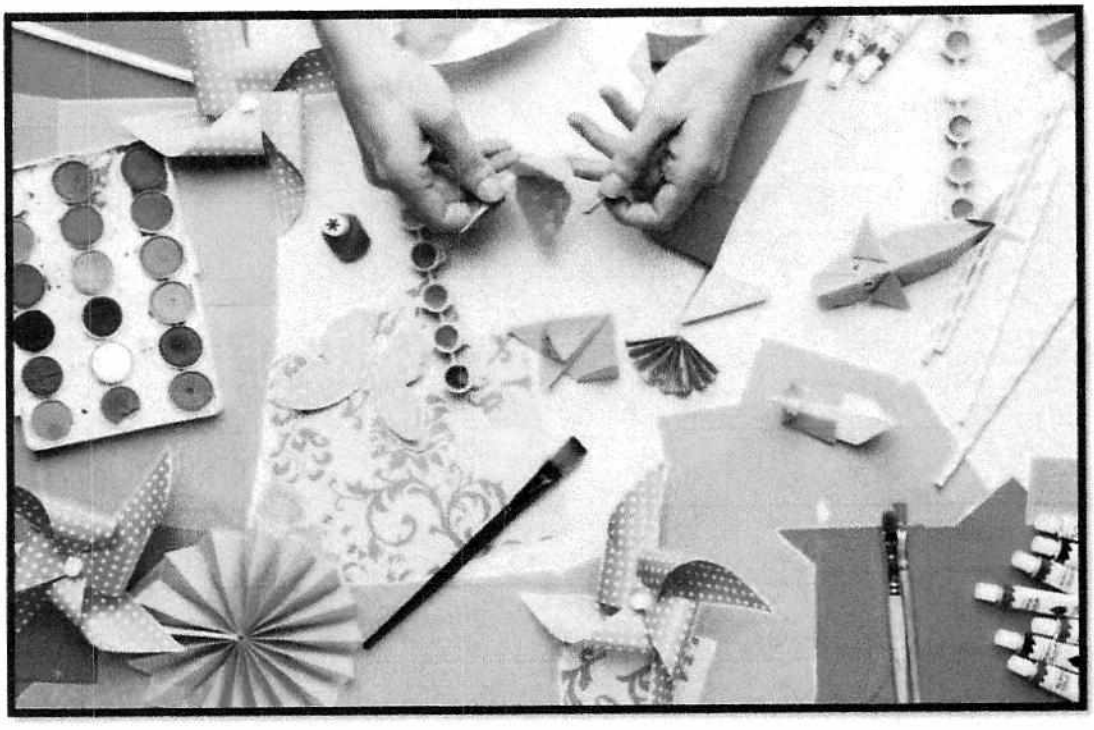
NOMBRE DEL CENTRO: ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO (F - M)	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
1	ELVIRA VILLAREAL CARDENAS	28.422.052	1/01/1948	4/07/1972	74	F	VEREDA BARIRI	317-858-1538	COOSALUD	X		A4
2	ELSA MARIA URIBE DE AYALA	37.838.358	31/07/1953	24/05/1977	69	F	COLINAS PEAJE 2 Nº 10-12	318-363-2427	COOSALUD	X		B6
3	GABRIEL GARNICA ACOSTA	91.101.078	3/06/1959	19/09/1977	63	M	CONJUNTO HEROES APTO 501 TORRE D	313-210-9715	COOSALUD	X		B6
4	BARBARA CUADROS CORREDOR	28.413.652	6/06/1953	3/09/1977	69	M	CAMINO CULEBRERO CASA 7-2	310-230-8852	NUEVA EPS	X		C1
5	RAMON RUIZ VASQUEZ	5.764.178	20/07/1951	21/01/1974	71	M	CALLE 11 # 19-13 COMUNEROS	317-479-6182	NUEVA EPS	X		TRAMITE
6	ARGEMIRA AMAYA DE BELTRAN	41.510.152	17/12/1942	26/12/1972	79	F	CALLE 3 SUR # 8-234 SAN RAFAEL	317-572-1223	NUEVA EPS	X		C1
7	ROSALBA RUEDA	63.462.470	3/09/1959	27/08/1991	73	F	CONJUNTO HEROES APTO 104 TORRE C	320-296-6112	COOSALUD	X		TRAMITE
8	JOSE ARTURO SILVA SILVA	5.697.067	14/03/1961	30/06/1980	61	M	CAMINO CULEBRERO CASA -2	321-366-7564	COOSALUD	X		C13
9	RENELIA PARRA MORENO	28.184.830	31/10/1939	22/11/1962	83	F	CALLE 23 Nº 8-03 PRIMERO DE MAYO	316-709-5990	COOSALUD	X		A5
10	BARBARA HERNANDEZ RIOS	37.809.251	7/08/1951	22/02/1973	71	F	CARRERA 9 2B SUR- 22 SAN RAFAEL	315-788-3543	COOSALUD	X		B3
11	RAMIRO VILLAREAL CARDENAS	5.764.835	23/07/1954	17/01/1976	68	M	VEREDA BARIRI	311-509-7186	COOSALUD	X		B2
12	FLOR MARIA AYALA DE JIMENEZ	28.423.852	22/01/1957	30/05/1977	65	F	CARRERA 9 # 3-50 SAN RAFAEL	318-536-1811	NUEVA EPS	X		C7
13	ANA VICTORIA SUAREZ DE MARTINEZ	37.240.145	23/10/1953	9/05/1975	68	F	CALLE 5A # 6-13 BOSQUE	322-228-1676	COOSALUD	X		B6
14	MARIA CECILIA BARRERA	28.271.100	21/12/1945	13/05/1971	77	F	CALLE 3SUR # 9-12 COLINAS	316-358-5947	COOSALUD	X		C7
15	ANA JESUS BAUTISTA SANCHEZ	28.420.525	29/04/1944	19/06/1965	78	F	CARRERA 8 SUR # 7-38 SANTA CECEILIA	322-768-5619	NUEVA EPS	X		B6
16	ANA MARIA POCHES CORZO	28.267.522	25/06/1955	30/05/1977	67	F	CALLE 10 SUR N° 8A-87	320-202-5528	SANITAS	X		B1
17	ALVARO MORENO	91.102.333	29/12/1953	9/12/1979	69	M	CALLE 11 Nº 8-48 FATIMA	317-3172-205	COOSALUD	X		TRAMITE
18	FRANCISCO ALIRIO RIOS CARREÑO	5.559.725	25/07/1944	11/06/1966	78	M	CARRERA 9 2B SUR- 22 SAN RAFAEL	315-788-3543	COOSALUD	X		B3
19	ANA BERTA GONZALEZ MELO	28.420.019	20/03/1930	6/02/1963	92	F	CALLE 10 SUR 8A-24	317-856-3782	COOSALUD	X		B5
20	BERTHA MARIA ARGUELLO DE DURAN	28.251.956	24/02/1951	2/10/1973	71	F	CARRERA 10 3 SUR 42 COLINAS	310-699-3235	NUEVA EPS	X		C11
21	ALFONSO JIMENEZ PEREZ	5.763.274	29/11/1950	17/12/1971	71	M	CARRERA 9 # 3-50 SAN RAFAEL	318-536-1811	NUEVA EPS	X		C7
22	PABLO ANTONIO MORENO ORASICA	5.762.992	22/06/1945	3/03/1971	76	M	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	313-874-6104	COOSALUD	X		C17

23	CARLINA IZAQUITA	28.184.890	23/11/1945	18/01/1974	72	F	PASAJE 1 # 9-32 COLINAS	318-801-8919	NUEVA EPS	X		C10
24	CARMEN SOFIA MORENO	37.940.892	4/01/1961	9/12/1979	61	F	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	317-317-2205	COOSALUD	X		B6
25	MARIA ADELINA CARDENAS BETANCOURT	40.377.180	4/04/1936	18/06/1984	76	F	CALLE 10 SUR 8A-114 VILLA DEL PRADO	321-305-9356	COOSALUD	X		B4
26	ANA DOLORES CALDERON DE ARGUELLO	28.422.057	5/01/1947	4/07/1972	75	F	CALLE 1# 4-19 SAN RAFAEL	320-340-9897	NUEVA EPS	X		B1
27	JORGE IGUAVITA ALFONSO	5.766.779	2/06/1939	30/11/1973	83	M	CARRERA 9 # 2SUR -62 SAN RAFEL	315-385-7870	COOSALUD	X		C3
28	MARINA PICO DE PINZON	37.941.497	2/03/1944	8/09/1981	77	F	CAMINO CULEBRERO CASA 5	315-425-2333	NUEVA EPS	X		C12
29	MARIA ELISA TASCO	28.133.942	10/06/1948	17/01/1976	74	F	CALLE 10 # 9-23 FATIMA	317-262-0436	NUEVA EPS	X		C13
30	CATALINA MORENO ORASICA	28.417.782	29/08/1933	23/09/1960	89	F	CALLE 11 # 8-48 FATIMA	317-317-2205	COOSALUD	X		B6
31	FLOR MARIA BRAVO CASTRO	63.293.410	23/04/1958	24/06/1980	64	F	CARRERA 8 16-35 SANTA BARBARA	316-742-2432	NUEVA EPS	X		B4
32	DORISANA SUAREZ	28.426.774	3/11/1943	24/07/1966	78	F	CALLE 3 SUR # 11 80 COLINAS	315-635-8267	COOSALUD	X		C3
33	ALVARO PADILLA LANDINEZ	13.894.725	2/10/1961	19/05/1980	61	M	CALLE 23 Nº 8-14 PRIMERO DE MAYO	313-405-5467	NUEVA EPS	X		C14
34	HILDA VILLAREAL CARDENAS	37.940.440	30/09/1940	20/03/1979	73	F	VEREDA VARIRI FINCA EL PUENTE	311-509-7186	COOSALUD	X		B6
35	PEDRO PABLO ARGUELLO	2.188.238	29/06/1938	19/02/1960	84	M	CALLE 1 Nº 4-19 SAN RAFEL	320-340-9897	NUEVA EPS	X		B1
36	CECILIA VILLAREAL CARDENAS	37.941.094	2/06/1962	22/09/1960	60	F	CARRERA 9B Nº 7SUR 54 VILLA DEL SOCORRO	311-658-0062	NUEVA EPS	X		B2
37	MARIA ELENA GALEANO GALEANO	28.413.195	25/04/1936	15/10/1959	85	F	CALLE 24 Nº 8-27 PRIMERO DE MAYO	320-906-5360	NUEVA EPS	X		B3
38	MARIA DE LOS ANGELES RODRIGUEZ MELENDEZ	28.421.310	26/09/1936	11/07/1969	86	F	CARRERA 8 Nº 24-15 PRIMERO DE MAYO	314-347-1895	NUEVA EPS	X		C3
39	EVELIA BADILLO DE ORTEGA	28.418.846	19/11/1927	18/12/1961	95	F	CALLE 3 SUR PASAJE 1 Nº 9-41 COLINAS	305-389-6358	COOSALUD	X		A5
40	ETELVINA GARCIA DE DAVILA	28.429.532	25/04/1935	18/03/1963	85	F	CARRERA 9 Nº 24-20 PRIMERO DE MAYO	310-230-8084	COOSALUD	X		B6

SERVICIO 5

ACTIVIDAD PRODUCTIVA



¿Qué ventajas tienen las manualidades para adultos mayores?

Los trabajos manuales para personas mayores aportan una gran cantidad de beneficios durante esta difícil etapa en la cual ciertas capacidades del cerebro van deteriorándose con el paso del tiempo.

Para evitar ese deterioro de las capacidades motoras, emocionales y mentales, el adulto mayor debe mantener un envejecimiento activo donde ejecute diversas actividades recreativas que van más allá de ver TV y escuchar música en su domicilio.

Las manualidades para personas mayores aportan diferentes ventajas en todos los niveles que componen a un individuo en su vida:

Nivel Social

Es muy común que los ancianos empiecen a querer aislarse del mundo exterior y esto no suele ser algo recomendable porque deteriora sus capacidades de sociabilizar. Por ello, muchos expertos recomiendan realizar las manualidades en conjunto con otras personas de su misma edad, así como con miembros de su familia.

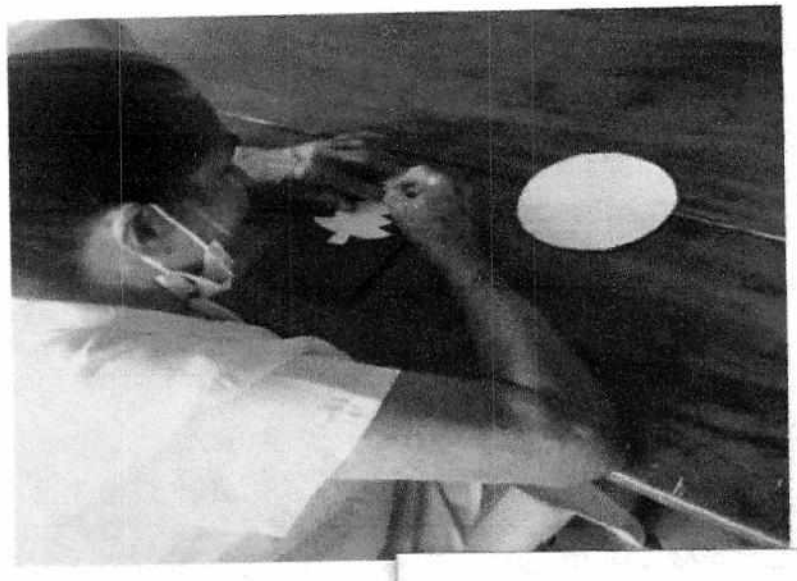


De esta manera, el adulto mayor podrá generar un vínculo con otras personas, fortaleciendo sus habilidades sociales, lo cual aumentará su seguridad a exponerse ante otros.

· **Nivel Funcional**

Las manualidades para personas mayores son una forma de demostrar que siguen siendo capaces de realizar diferentes cosas. Si el adulto se siente útil su estado mental, físico y emocional mejoran en gran medida.

Además, que esta clase de trabajos manuales activan su creatividad, rasgo que es de mucha ayuda para resolver problemas comunes.





Nivel Emocional

Si el anciano se encuentra inmerso en diferentes actividades recreativas en su día no habrá lugar para actitudes negativas, sino que fortalecerá sentimientos positivos como la confianza en sí mismo y la paciencia que suele perderse en esa etapa.

Con el tiempo, el humor, la salud y el estado físico del adulto mayor irán mejorando, gracias a que se encuentra ejecutando diversas actividades de manera activa.



FELICES HABLANDO Y COMPARTIENDO



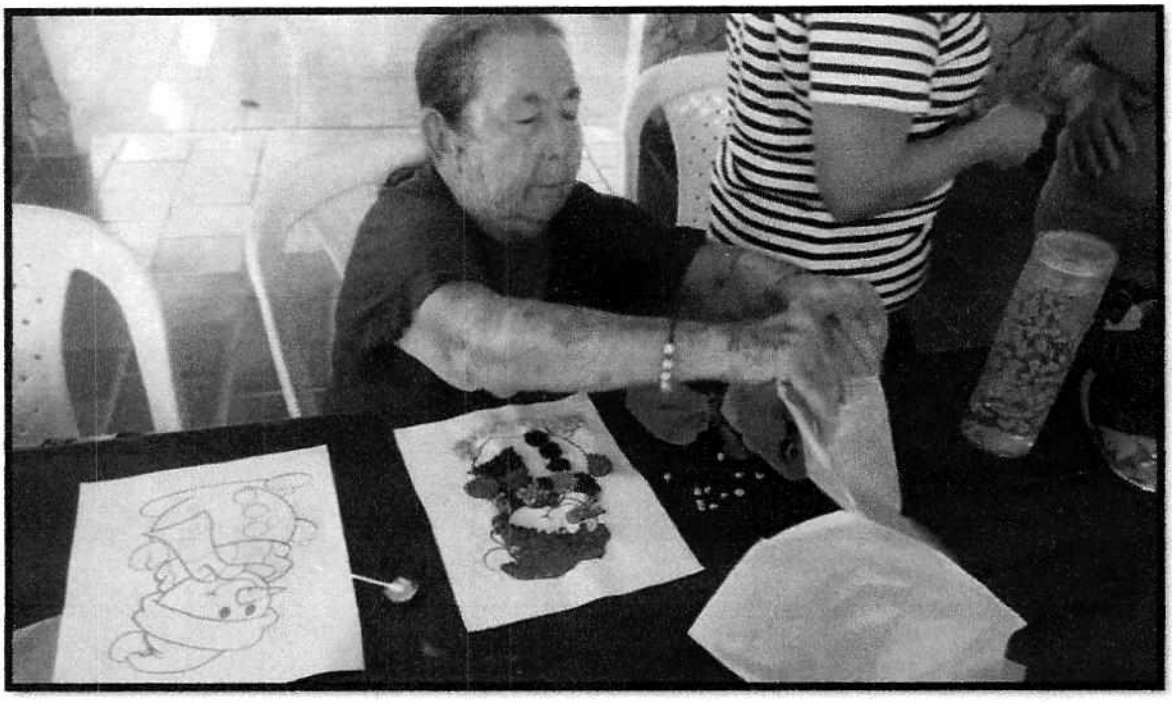
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





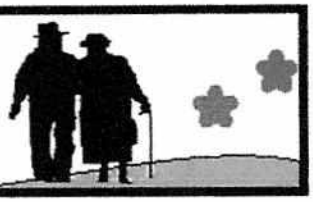


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3



NOMBRE DE LA SESIÓN	TRABAJO CON PLANCHAS
RESPONSABLE	JUAN CARLOS MORALES VASQUEZ
PROFESION	PROFESOR DE DANZAS Y TEC. EDUCACION A LA PRIMERA INFANCIA
FECHA	27 DE DICIEMBRE 2022
OBJETIVOS	✓ Mejorar la motricidad fina en el adulto mayor ✓ Producir ambientes de relajación en el Adulto Mayor
JUSTIFICACION	Mediante la educación en la tercera edad puede lograrse que el anciano se encuentre interesado en el futuro, que se sienta parte de la sociedad, funciones y roles sociales. Los centros de salud, centros educativos, familias, comunidades son agentes importantes que en su interacción con el anciano pueden trabajar en su estimulación y preparación en esta etapa.
METODOLOGIA	• Trabajo en grupo • Fichas de trabajo
DIFICULTADES	NINGUNA
ANALISIS GENERAL D E LAS ACTIVIDADES	❖ El programa es de su agrado, el obtener conocimiento ha sido de gran beneficio, para mejorar su autoestima, su calidad de vida y proponerse metas aun en su última etapa de la vida.
LOGROS	• Se lograron los objetivos de interacción entre los adultos mayores
RECURSOS:	Papel silueta, colbon, escarchas y planchas con dibujo
TIEMPO:	2 horas

SERVICIO 6
DEPORTE Y DANZAS

La práctica de una actividad física es considerada el arma secreta para sentirse mejor, vivir más tiempo y desacelerar el proceso de envejecimiento.

Además, previene diabetes, enfermedades cardiovasculares y es parte del tratamiento de artritis, la ansiedad y la depresión, que comúnmente son problemas de salud que se presentan en los adultos mayores.

El ejercicio mejora la calidad de vida de esta población y les permite ser más independientes. Es importante destacar que para el adulto mayor, la actividad física consiste en actividades recreativas o de desplazamientos, como excursiones caminando o en bicicleta, tareas domésticas como la jardinería, juegos, deportes o ejercicios programados.





EXISTEN CUATRO TIPOS DE EJERCICIOS QUE SON IMPORTANTES EN LOS ADULTOS MAYORES:

Actividades de resistencia: caminar, nadar o andar en bicicleta desarrollan resistencia y mejoran la salud del corazón y el sistema circulatorio.

Ejercicios de fortalecimiento: desarrollan tejido muscular y reducen la pérdida del mismo, lo cual está relacionado con la edad.

Ejercicios para estirar los músculos: para mantener el cuerpo ágil y flexible.

Ejercicios de equilibrio: para reducir las posibilidades de sufrir una caída.

Conforme avanza la edad, muchos procesos metabólicos y físicos cambian, por lo cual, el adulto mayor debe modificar la intensidad, frecuencia y el tipo de ejercicio que realiza. La Organización Mundial de la Salud (OMS), recomienda que los adultos de 65 años en adelante dediquen 150 minutos semanales para realizar alguna actividad física. Esto de acuerdo a su estado físico y a las recomendaciones de un profesional.

Estos 150 minutos, se pueden lograr a base de intervalos de ejercicios de al menos 10 minutos cada uno a lo largo de la semana. Esto se conoce como acumulación.

Algunos beneficios que se obtienen de tener este hábito como parte del estilo de vida de esta población, tanto a nivel físico como a nivel mental son:

Fortalece el sistema cardiovascular e inmunológico.

Fortalece la masa muscular y el tejido óseo.

Reduce los niveles de depresión.

Mejora los hábitos de sueño.

Aumenta la autoestima y autocontrol.

Mejora las relaciones sociales.

Promueve y mejora las funciones cognitivas e intelectuales.

Disminuye la tasa de mortalidad.

También es importante que los adultos mayores puedan practicar el tipo de ejercicio que sea de su agrado para que se motiven a realizarlo con la frecuencia adecuada, destacando que el ejercicio puede aumentar de 1 a 2 años la esperanza de vida del adulto mayor.



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3

FORMATO DE ACTIVIDADES

NOMBRE DE LA SESIÓN	ACTIVIDADES APLICADAS AL ADULTO MAYOR (ENTRENAMIENTO FUNCIONAL) MEJORANDO RANGOS DE MOVIMIENTO.
RESPONSABLE	JOSE LEONARDO GERENA SÁNCHEZ
PROFESION	TECNOLOGO DEPORTIVO
FECHA	26-27 De Diciembre 2022
OBJETIVOS	Mejorar la atención, concentración, habilidad para lanzar y aprender a tomar decisiones lo más rápido posible.
JUSTIFICACION	Las actividades lúdico recreativas conducen al ser humano no sólo al progreso intelectual sino también a la exploración de sus capacidades creadoras, motrices y perceptivas, posibilitando al mismo tiempo una oportunidad para expresar lo que él siente y piensa, lo cual aporta directamente a su desarrollo.
METODOLOGIA	Interpretación – demostración.
DIFICULTADES	
ANALISIS GENERAL DE LAS ACTIVIDADES	Las actividades realizadas tienen como objetivo explorar nuestras capacidades creadoras, motrices y perceptivas.
LOGROS	Se evidencia muchas más participación en las actividades lúdicas y de concentración mental.
RECURSOS:	Discos, conos, palo de escoba, pelotas de tenis, sillas, bandas elásticas y pesas.
TIEMPO:	2 horas y 30 minutos
ACTIVIDADES:	Circuitos funcionales aplicados al adulto mayor, estiramientos y mejorá en los rangos de movimiento articular.











FIRMA: _____

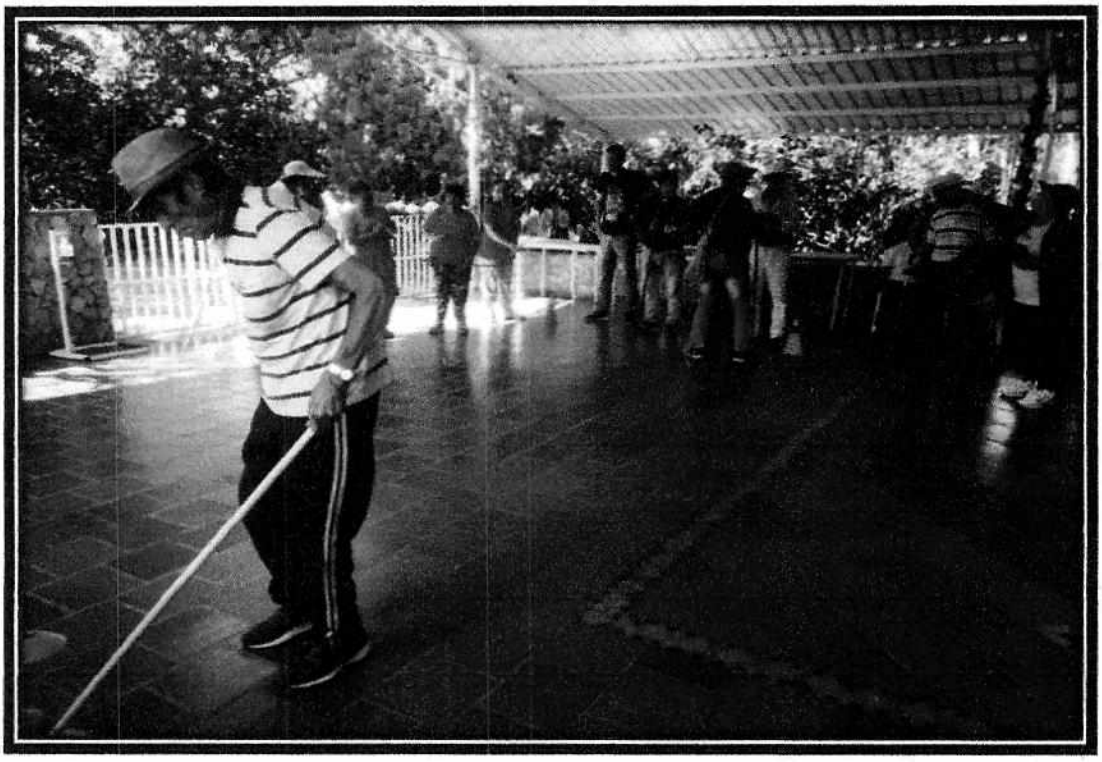


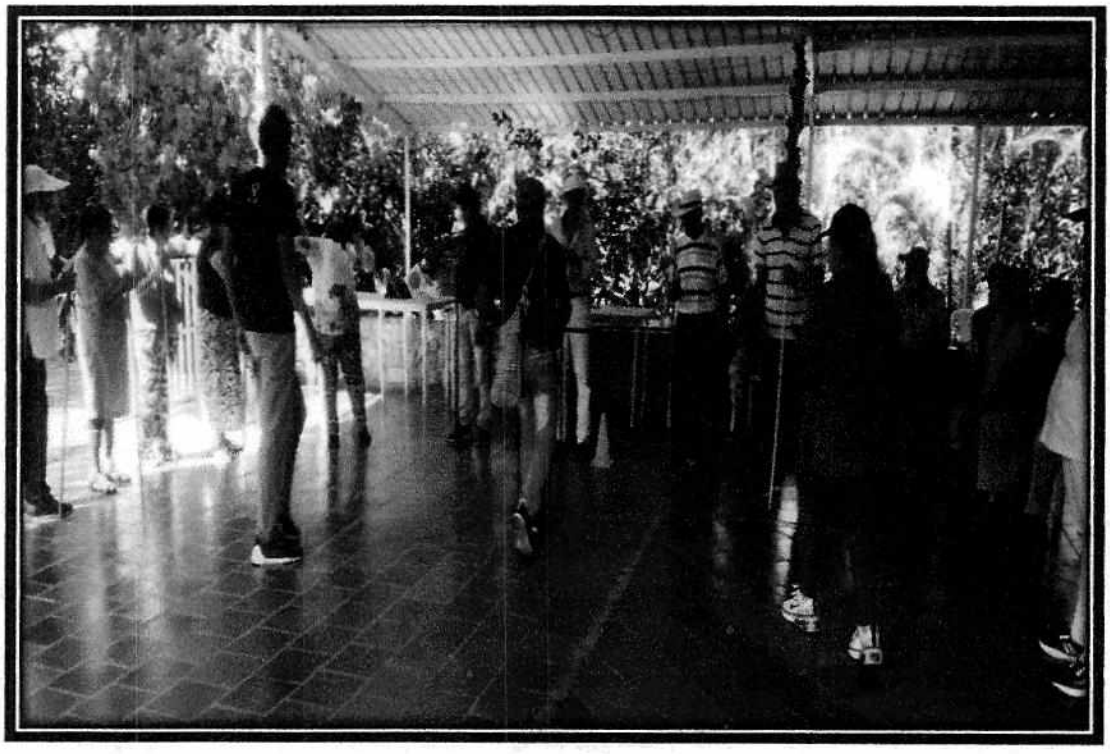


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG









SERVICIO 8

ACTIVIDAD ASOCIATIVA



ELABORACION DE PLASTILINA CASERA

Como actividad asociativa, se enseñó a elaborarla plastilina casera, útil para elaborar toda clase de objetos y además sirve para jugar en moldeamiento para los niños.

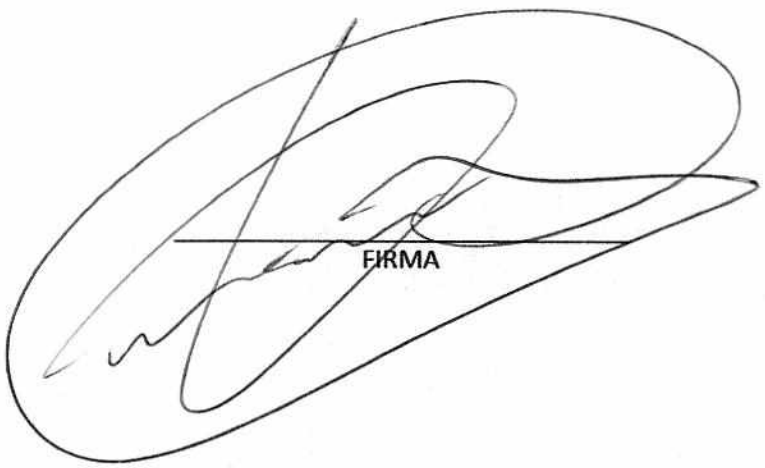
BENEFICIOS DE ELABORAR PLASTILINA

1. Fomenta la creatividad
2. Desarrolla motricidad fina
3. Favorece la concentración
4. Ayuda a manejar la ansiedad
5. Fomenta la actividad en equipo

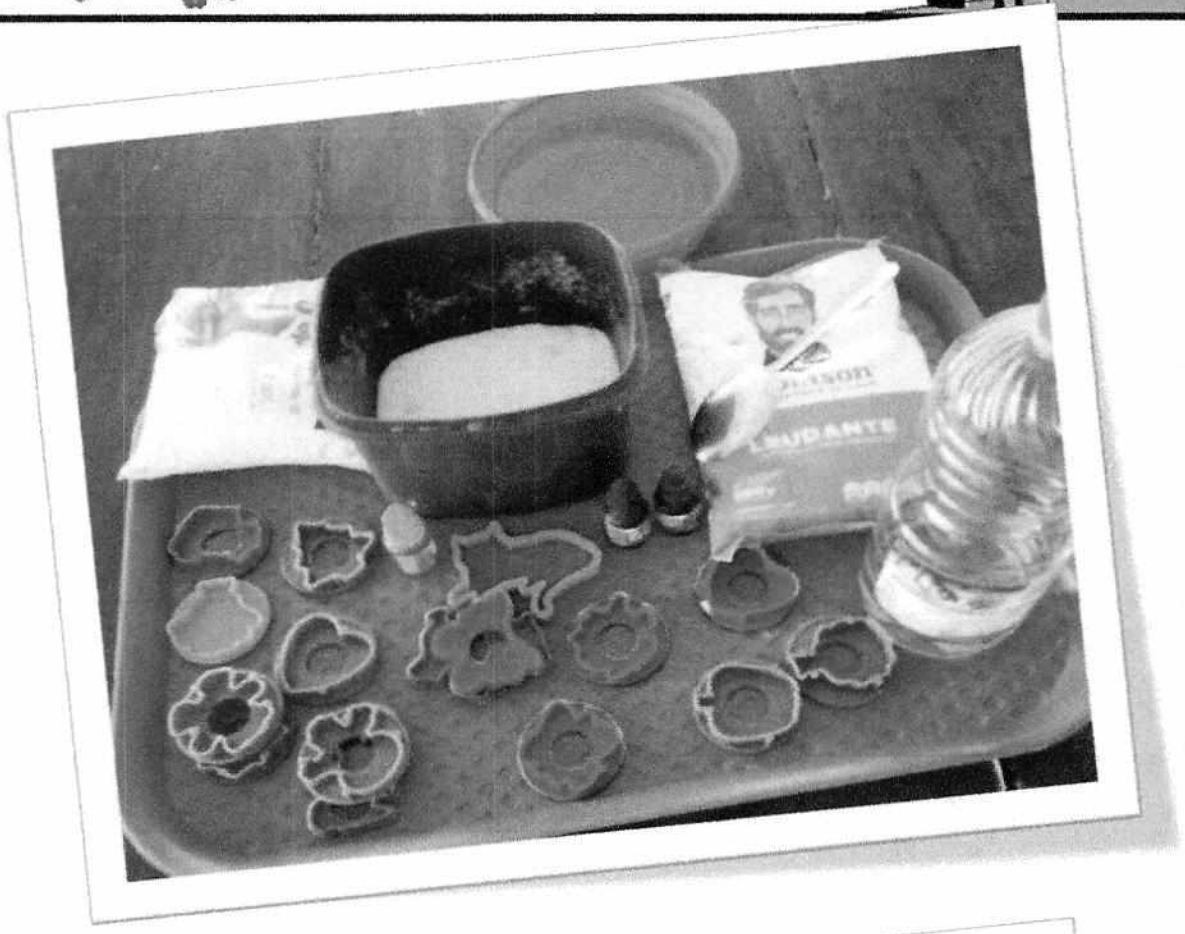
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3

NOMBRE DE LA SESIÓN	PLASTILINA CACERA TRABAJO ASOCIATIVO
RESPONSABLE	JUAN CARLOS MORALES VASQUEZ
PROFESION	PROFESOR DE DANZAS Y TEC. EDUCACION A LA PRIMERA INFANCIA
FECHA	27 DE DICIEMBRE 2022
OBJETIVOS	✓ Desarrollar la motricidad fina ✓ Fomentar la creatividad ✓ Proporcionar una experiencia multisensorial
JUSTIFICACION	La plastilina es un elemento que permite despertar la creatividad y desarrollar la motricidad, igualmente sirve para hacer trabajos comerciales que podrían llevar a la venta. Desarrollar la motricidad fina utilizando los dedos y las manos constantemente para realizar moldes y figuras, y entonces están desarrollando su capacidad para la lectoescritura porque será mucho mas fácil el manejo de los lápices, trazar y concentrarse
METODOLOGIA	• Trabajo en grupo • Se les brindo asesoría y acompañamiento
DIFICULTADES	NINGUNA
ANALISIS GENERAL D E LAS ACTIVIDADES	❖ Este trabajo género en el adulto mayor compañerismo, alegría, diversión etc. Se pudo notar que vivieron una experiencia que trajo muchos recuerdos.
LOGROS	• La creatividad, se aumentó la capacidad de concentración, se facilitó el proceso de hacer figuras, se estimuló la parte sicomotriz. • Se lograron los objetivos
RECURSOS:	❖ Agua ❖ Harina de trigo ❖ Sal ❖ Aceite vegetal ❖ Colorante alimenticio ❖ Bicarbonato
TIEMPO:	2 horas

PASO A PASO	Primero conviene mezclar la harina con la sal, añadir el agua y mezclar con una cuchara hasta obtener una mezcla homogénea. Incorporar el colorante y el aceite y remover suavemente. Una vez mezclado, poner en una cacerola a fuego medio, removiendo constantemente hasta que la masa logre separarse de las paredes. Dejar enfriar y guardar en recipientes herméticos (bolsas) para que no se endurezca dentro del frigorífico.
MARCO TEORICO	La plastilina puede ser un producto de comercialización o producto casero ya que lo podemos encontrar en papelerías o elaborados en casa. Este producto es utilizado con frecuencia en los escolares y últimamente en los adultos mayores ya que no solo en centros educativos sino también en centros vidas y ancianatos se están utilizando para lograr la motricidad fina, explorar, despertar la creatividad y sobre todo divertirse. Los especialistas aseguran que la actividad de ablandar y moldear y una masa de color para mezclarla luego con otras y hacer pequeñas piezas involucra aspectos esenciales como la capacidad de concentración, fijarse metas a corto y largo plazo, facilidad con los procesos de lectoescritura, aprender más fácilmente y lograr tranquilidad en momentos de mucho estrés

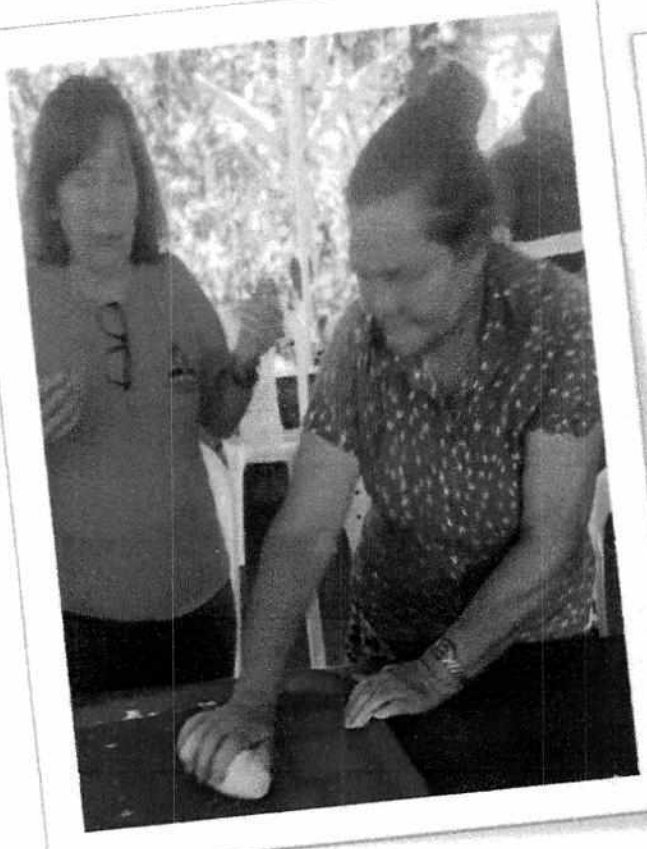


FIRMA

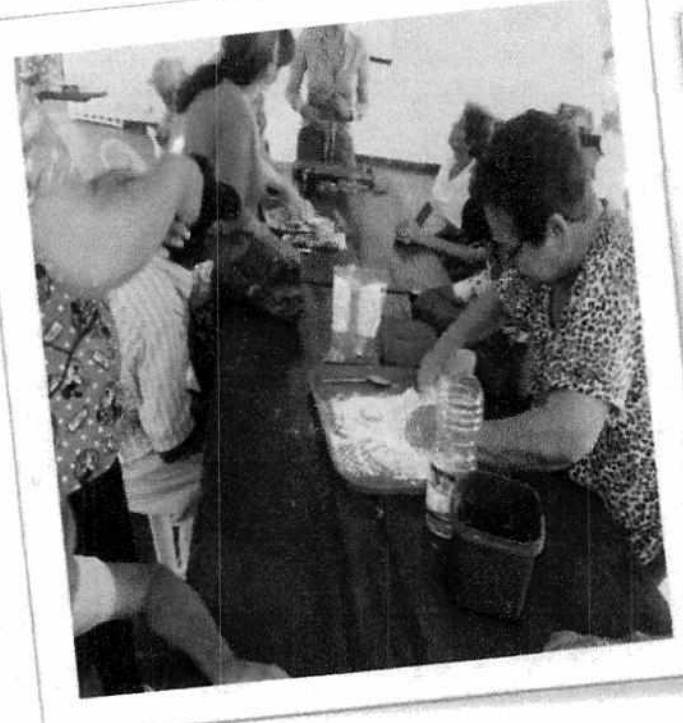


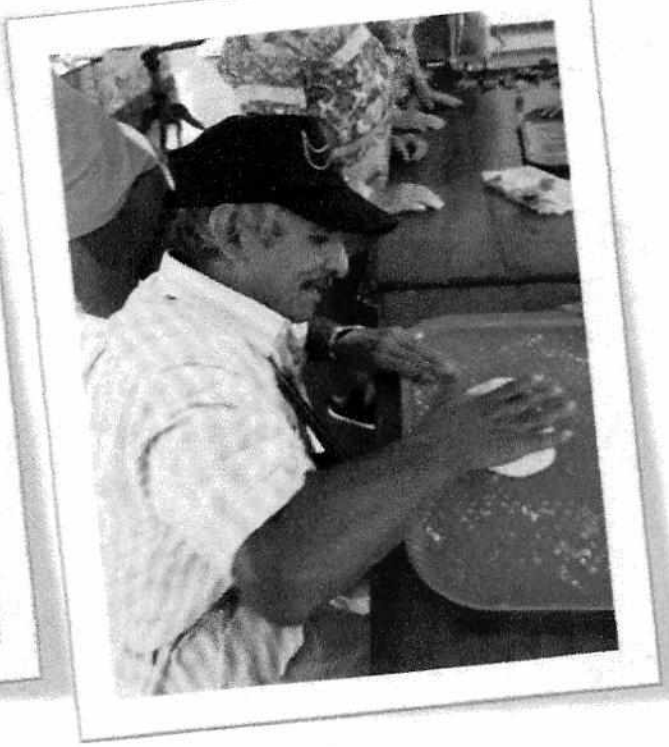


ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

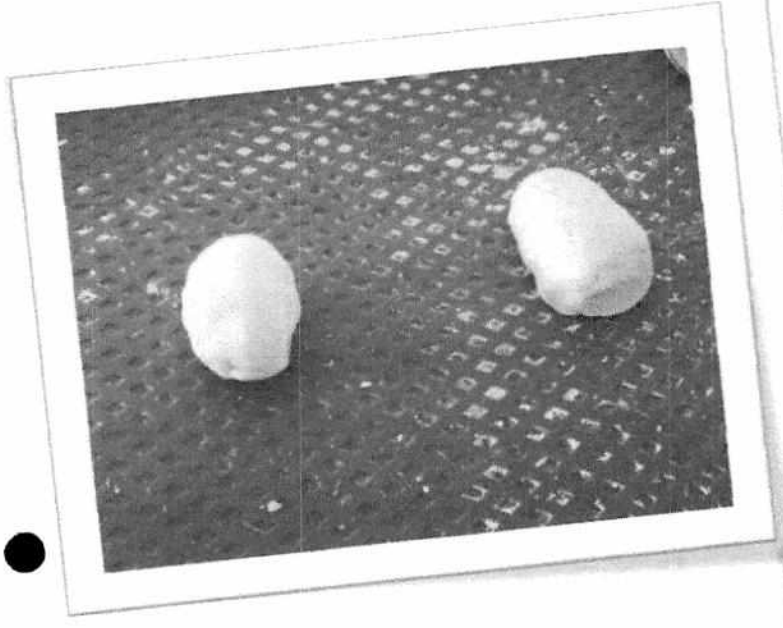








ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

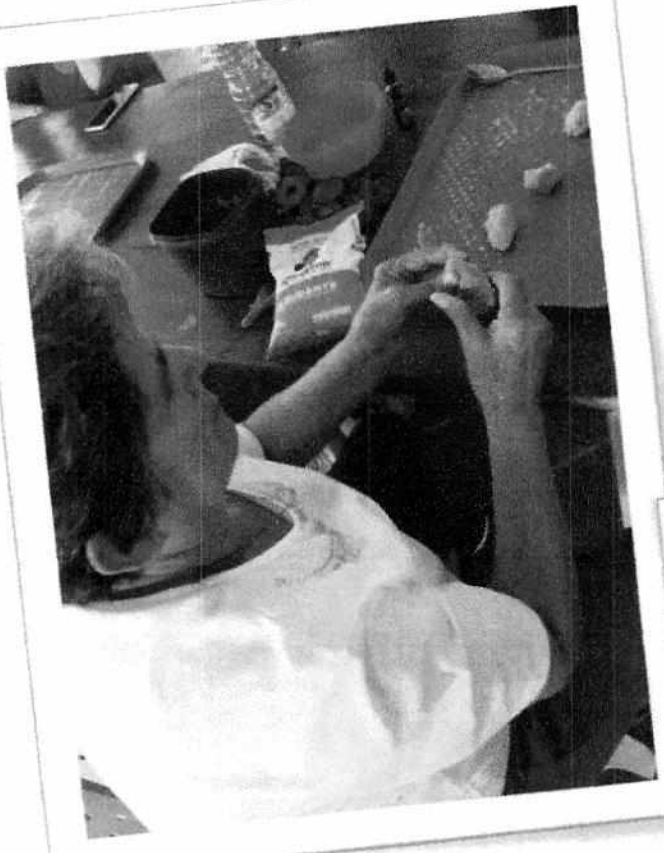








ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG







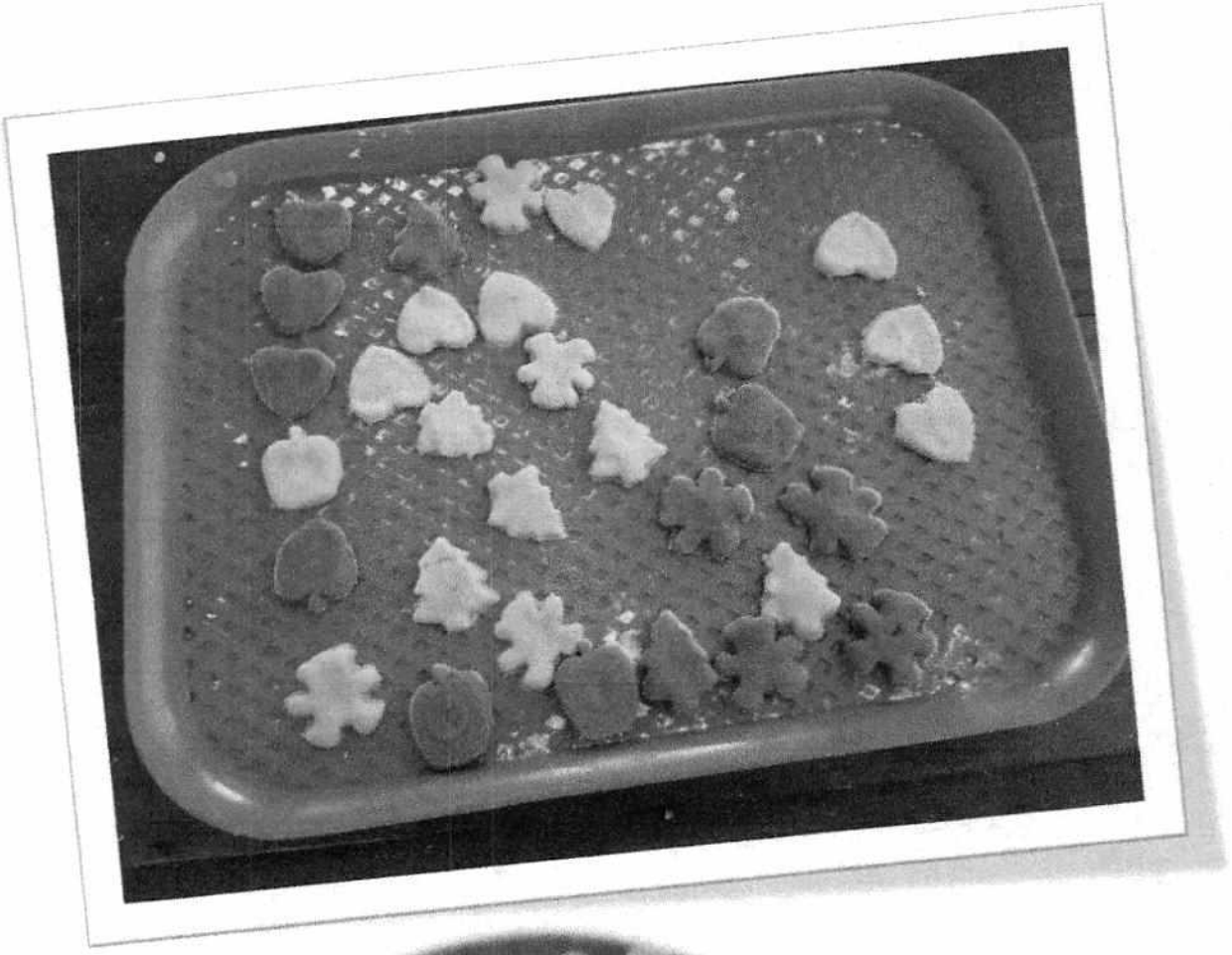
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

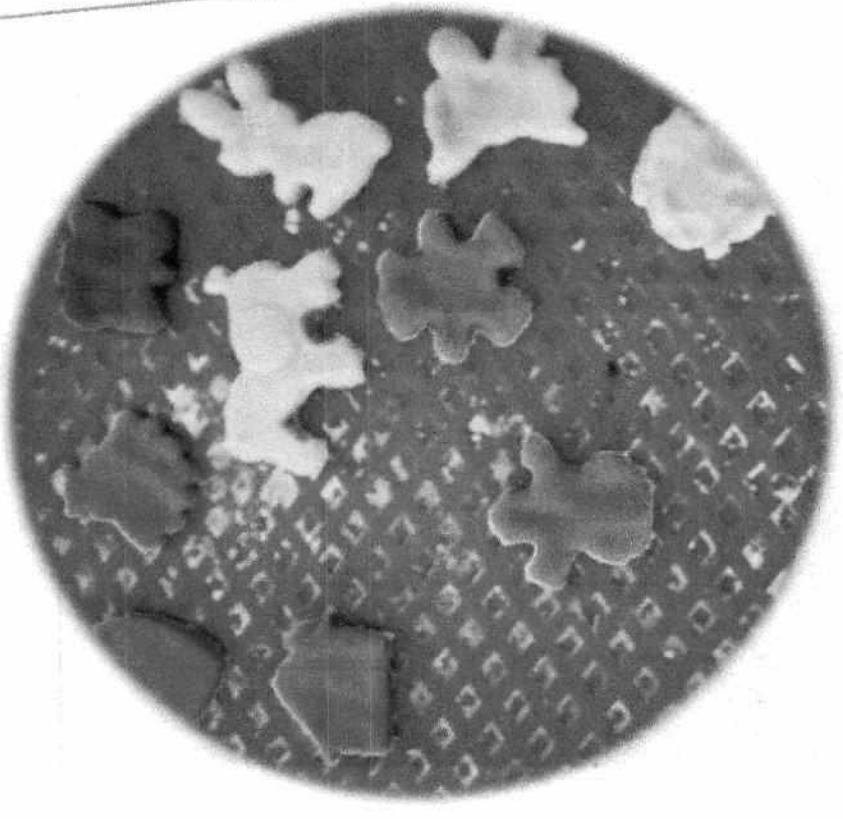












SERVICIO 9

RED DE APOYO



Como red de apoyo tuvimos la visita de experta en belleza quien nos regaló tips para el cuidado de la piel en la vejez. Como por ejemplo la mascarilla para las arrugas, para humectar y refrescar.

Es muy relevante que los adultos mayores sigan cuidando su piel del sol, del trabajo y que puedan humectar la piel todos los días, de manera sencilla pero constante para ver beneficios contra la resequedad que es una constate en la etapa adulta.

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG









ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



LINDAS PARA LA FOTO



SERVICIO 10

SERVICIO DE INTERNET

Partes de una Computadora



¿Por qué aprender el uso de la computadora e Internet en la tercera edad?

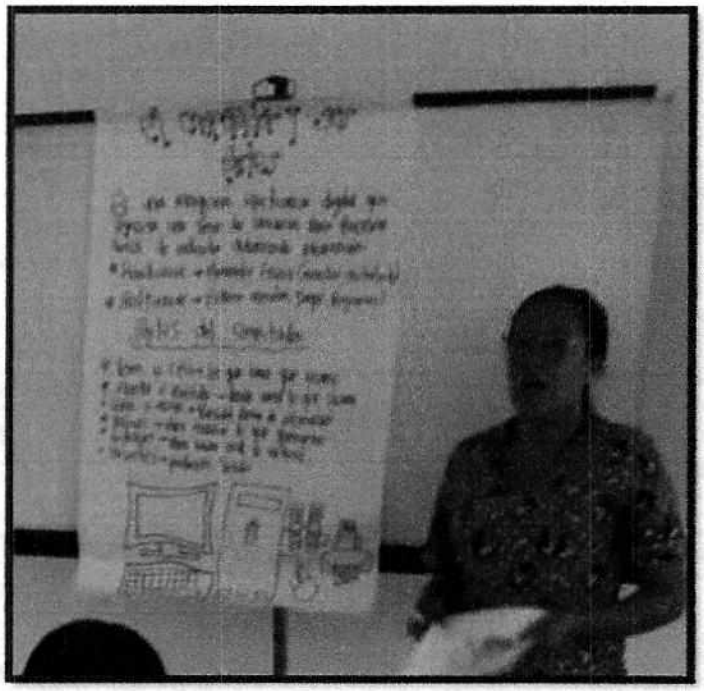
Al igual que en otros sectores de la población, la computadora es una herramienta que les ofrece a los adultos mayores enormes beneficios como medio de interacción social y cultural, entretenimiento, actividad laboral y formación, entre otros. Hay evidencias de que existe un efecto negativo del empleo de computadoras y de Internet en el bienestar psicológico de niños, adolescentes y adultos jóvenes que contradicen los beneficios que proporcionan a los adultos mayores. Basta

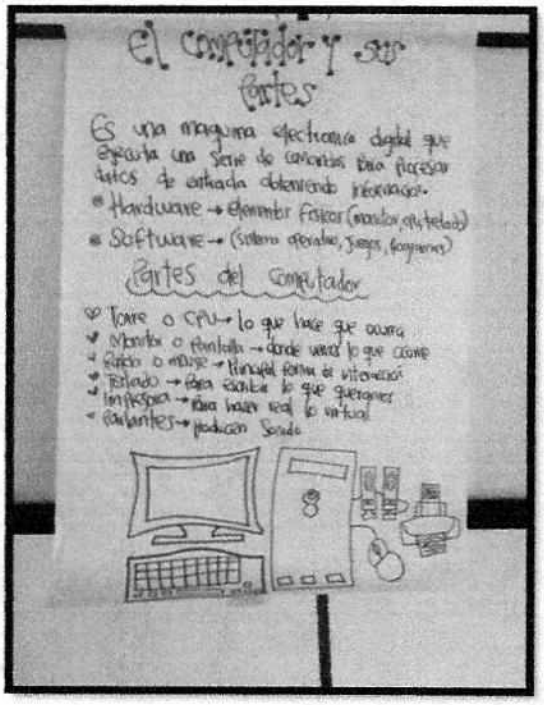
mencionar que con estas herramientas no importa el espacio físico ni el tiempo, por lo que el adulto mayor se puede relacionar, informarse, comprar, vender, realizar trámites y llevar a cabo otras actividades a pesar de tener algún tipo de incapacidad que le impida el movimiento. Con la computadora, tampoco son problemas la distancia, los horarios, los cambios climáticos ni otros inconvenientes que son resultado de su edad.

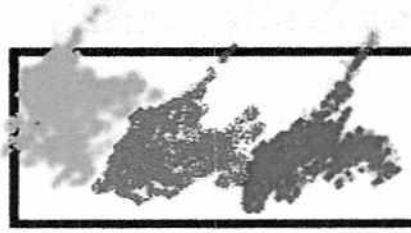
CONOCIENDO LAS PARTES DEL COMPUTADOR

Las partes del computador

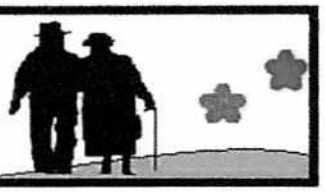
El computador de escritorio cuenta con varias partes que son necesarias para su funcionamiento. Entre ellas están la torre, la pantalla, el ratón y el teclado







ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3

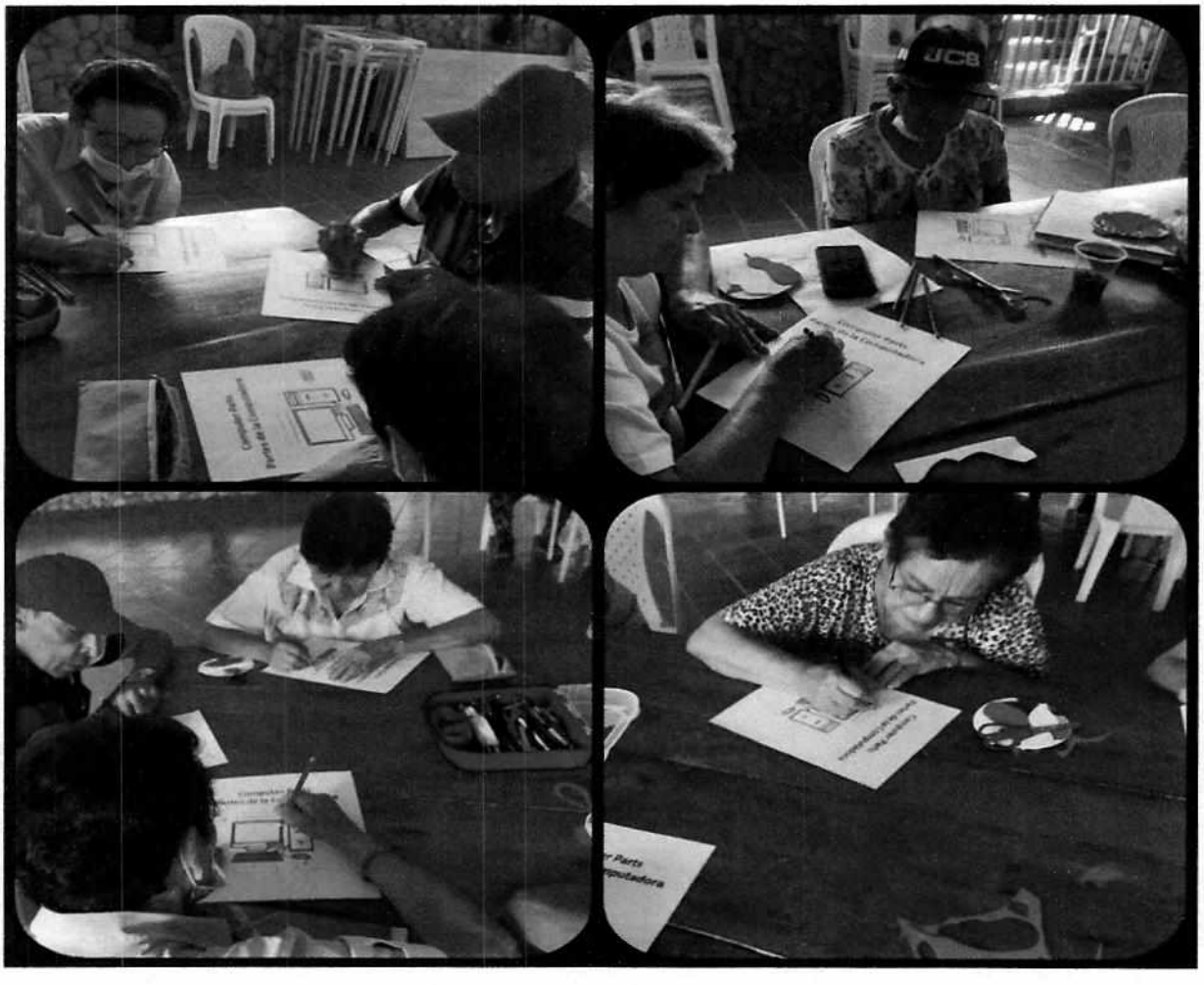


FORMATO DE ACTIVIDADES

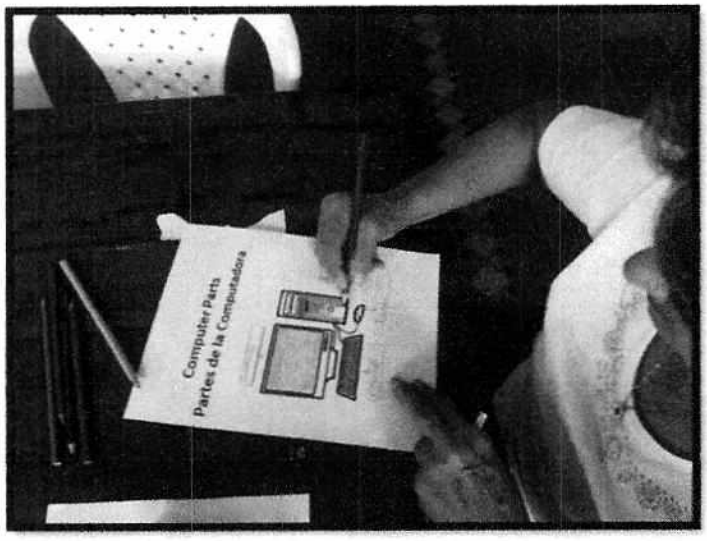
NOMBRE DE LA SESIÓN	COMPUTADOR Y SUS PARTES
RESPONSABLE	DIANA CAROLINA SEPULVEDA RUEDA
PROFESION	AUXILIAR DE ENFERMERIA
FECHA	27 DE DICIEMBRE 2022
OBJETIVOS	Dar a conocer qué es un computador y conocer las partes que lo conforman.
JUSTIFICACION	El hardware se clasifica en dos partes por un lado, el "básico", que abarca el conjunto de componentes indispensables necesarios para otorgar la funcionalidad mínima a una computadora; y por otro lado, el hardware "complementario", que, como su nombre indica, es el utilizado para realizar funciones específicas (más allá de las básicas), no estrictamente necesarias para el funcionamiento de la computadora.
METODOLOGIA	Se realizó por medio de una charla, explicando una a una cada parte del computador y al finalizar se realizó un pequeño test individual para verificar que el tema quedó claro.
DIFICULTADES	Ninguna
ANALISIS GENERAL D E LAS ACTIVIDADES	Hay mucho interés por parte de los adultos mayores por aprender día a día cosas nuevas. Participan activamente y se les despejan las dudas.
LOGROS	Se logran llevar a cabo los objetivos propuestos para esta actividad.
RECURSOS:	❖ Cartelera ❖ Fotocopias ❖ Colores
TIEMPO:	1 hora
ACTIVIDADES:	Charla

MARCO TEORICO	Steve Woziniak y Steve Jobs inventan la primera microcomputadora de uso masivio y más tarde formaron la compañía APPLE. Con el surgimiento de las computadoras personales, el software u los sistemas que con ellas de manejan han tenido un considerable avance, porque han hecho mas interactiva la comunicación con el usuario.

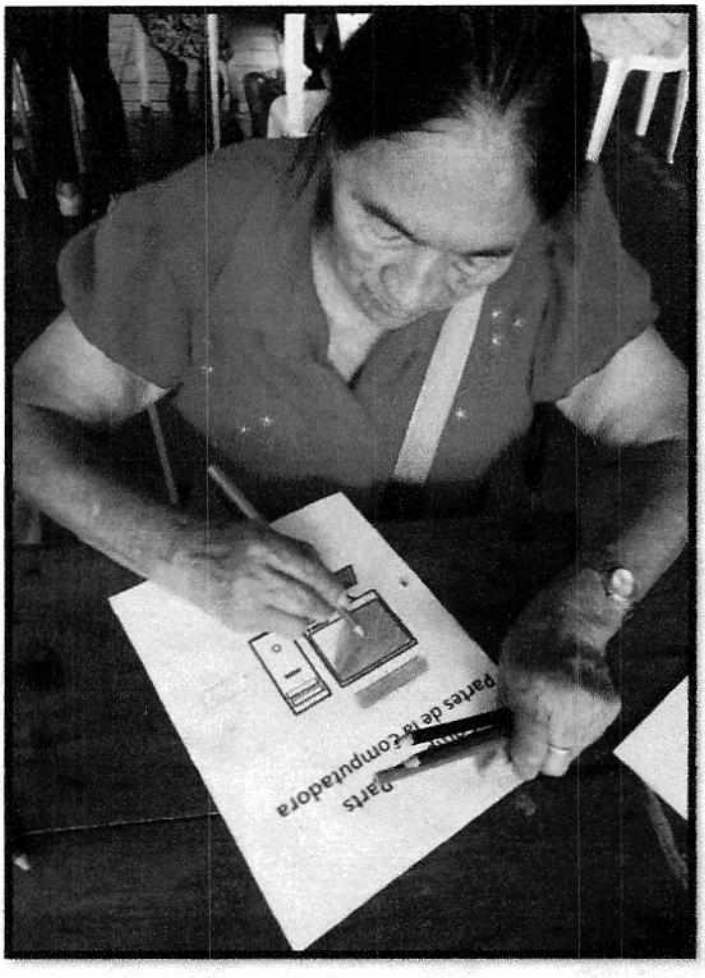
FIRMA Carolina Sepúlveda R.

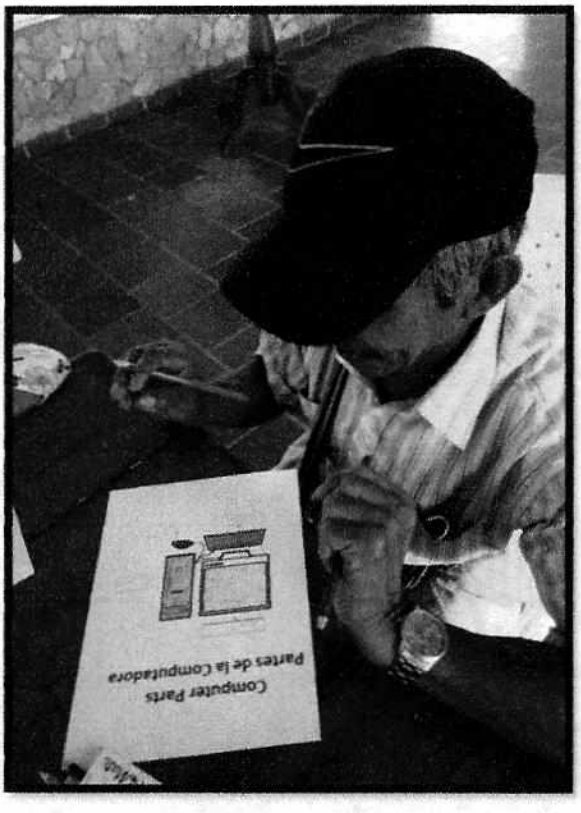


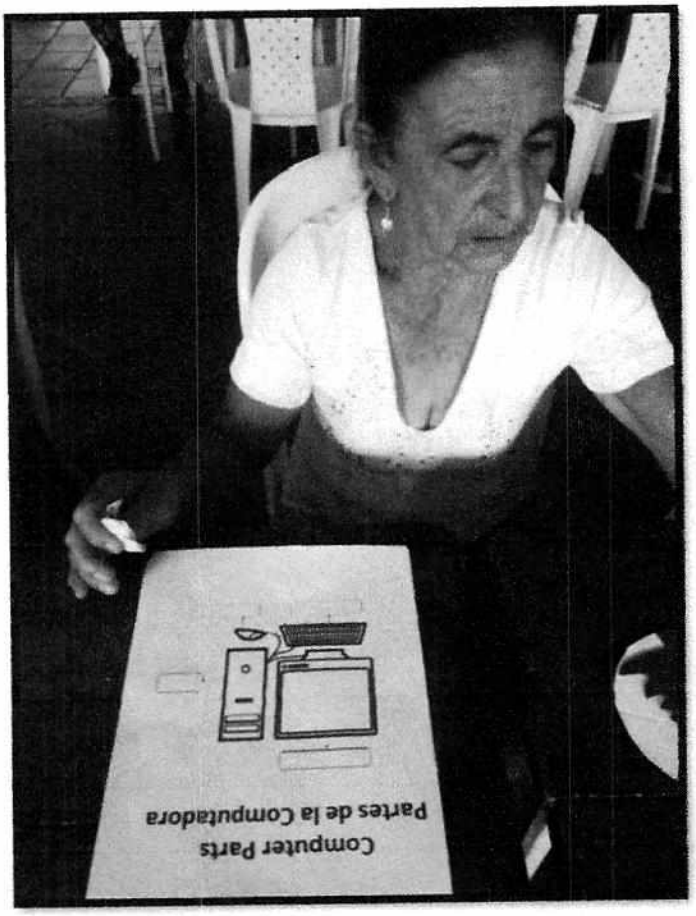
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

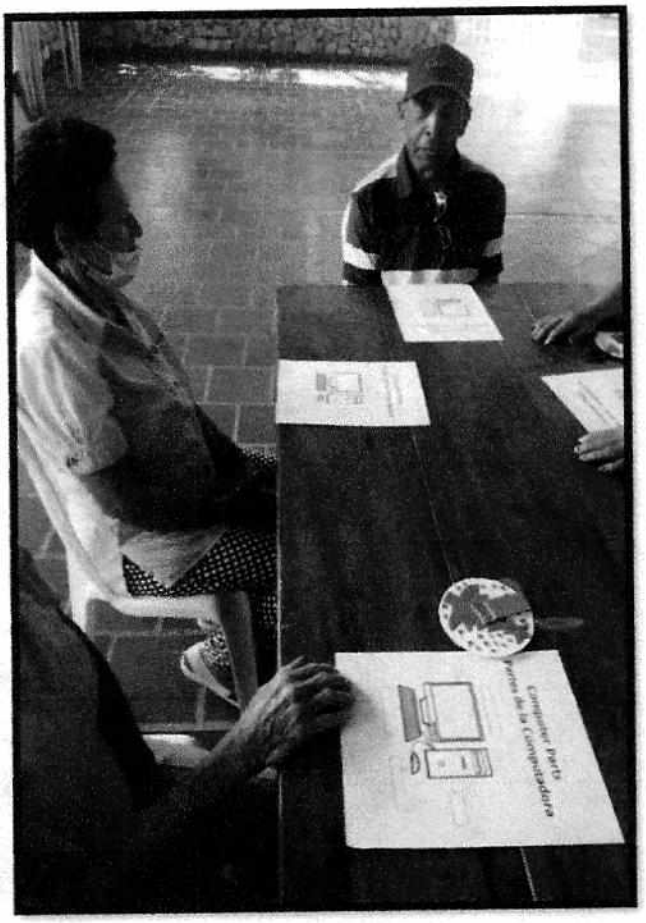


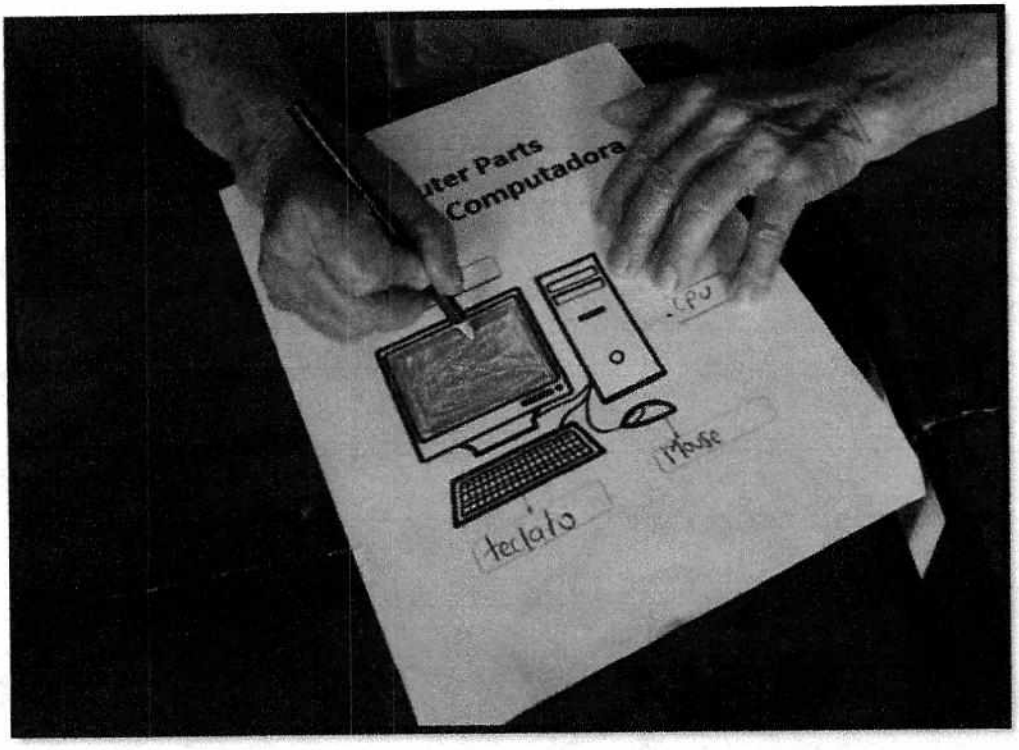







Computer Parts
Partes de la Computadora


Computer Parts
Partes de la Computadora

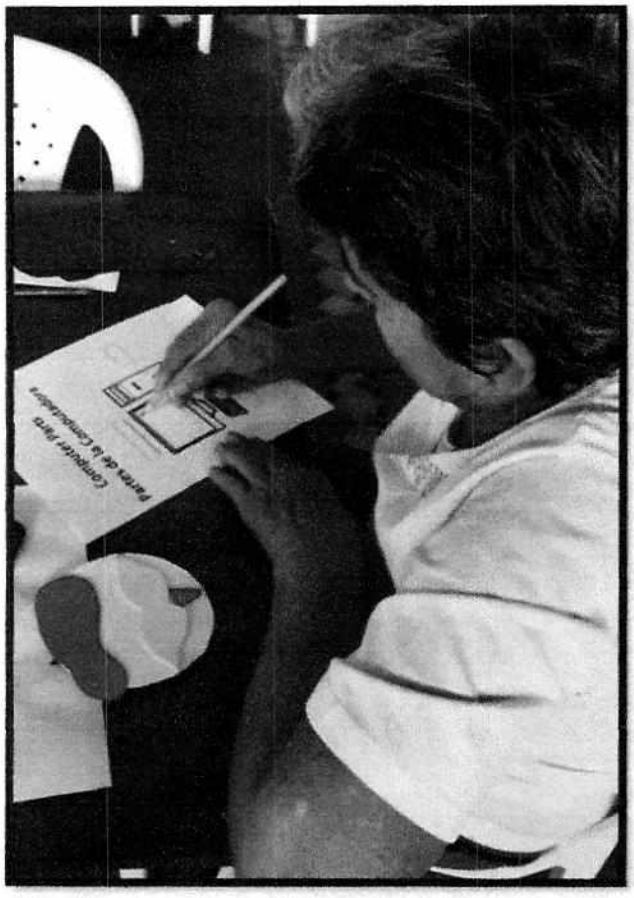

uter Parts
Computadora
CPU
mouse
teclado





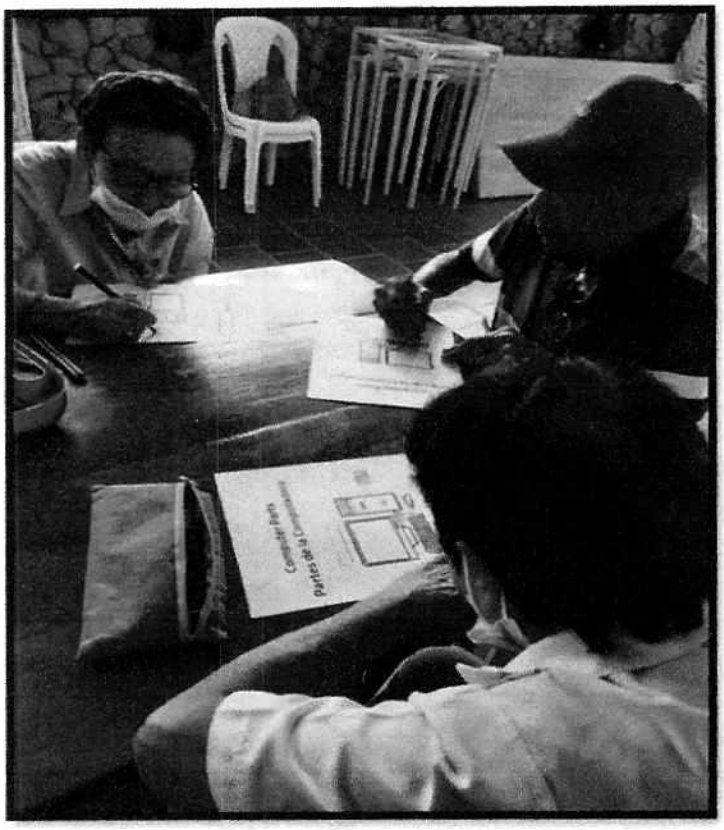
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

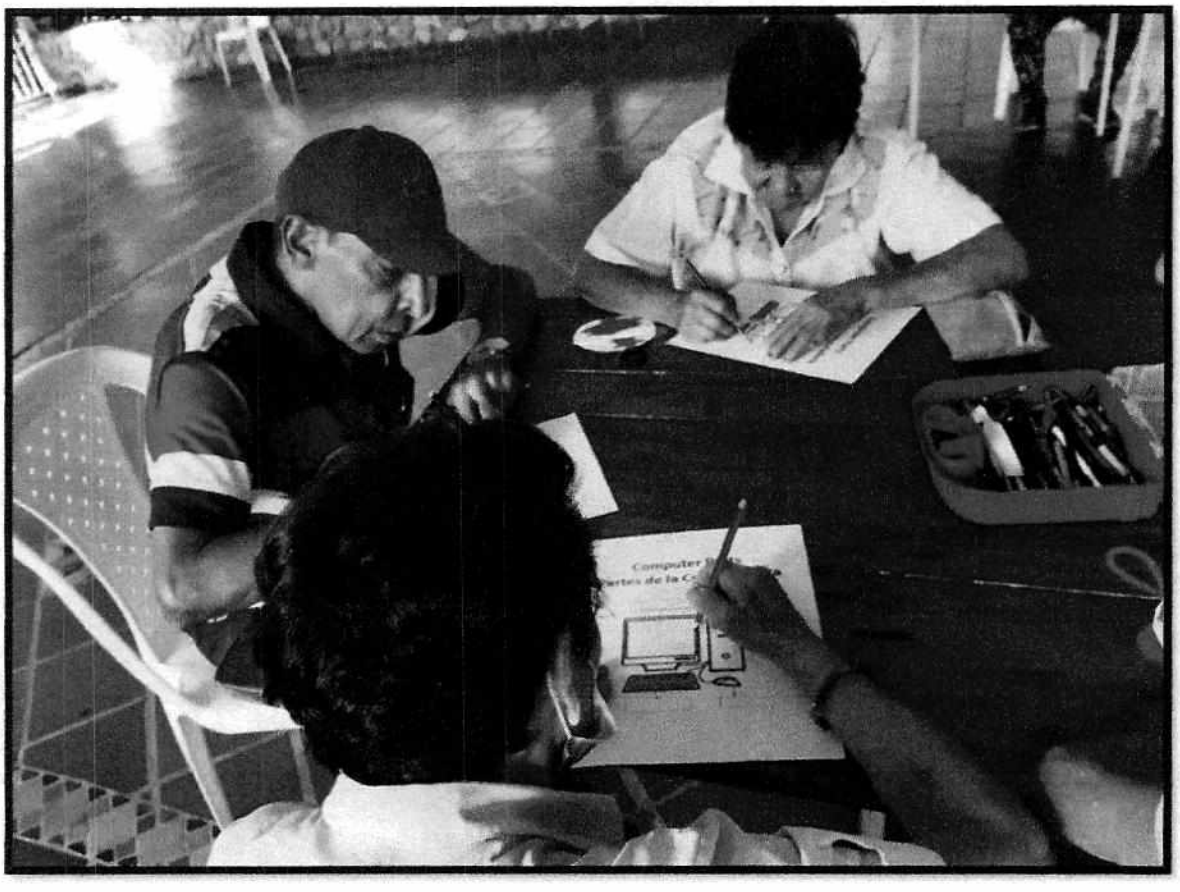
COLOREANDO LAS PARTES DEL COMPUTADOR



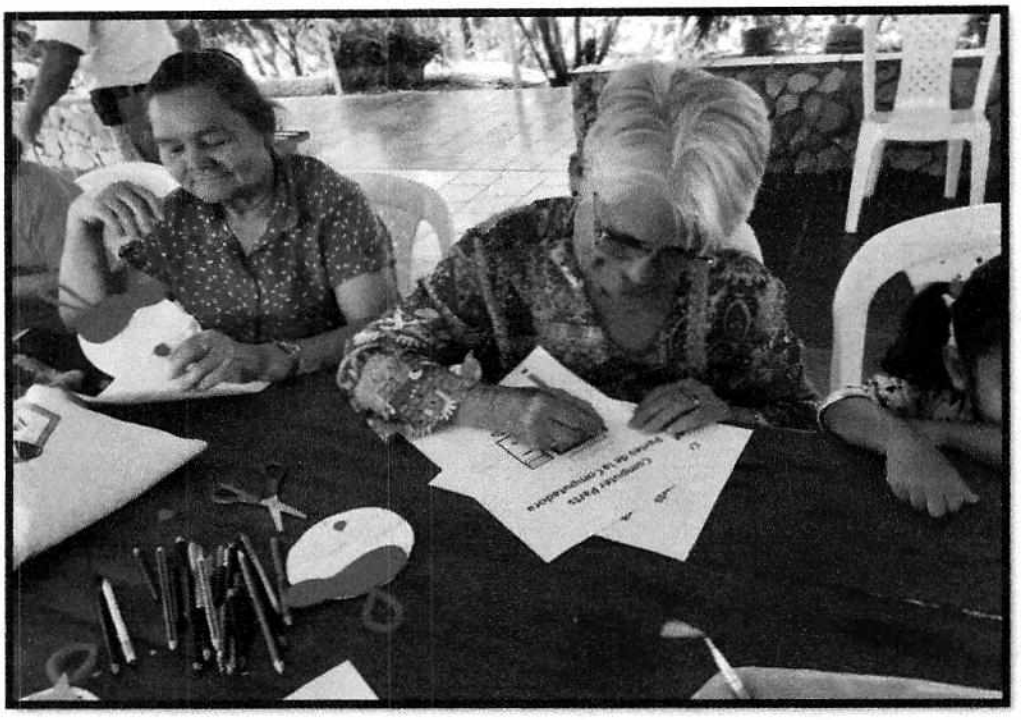


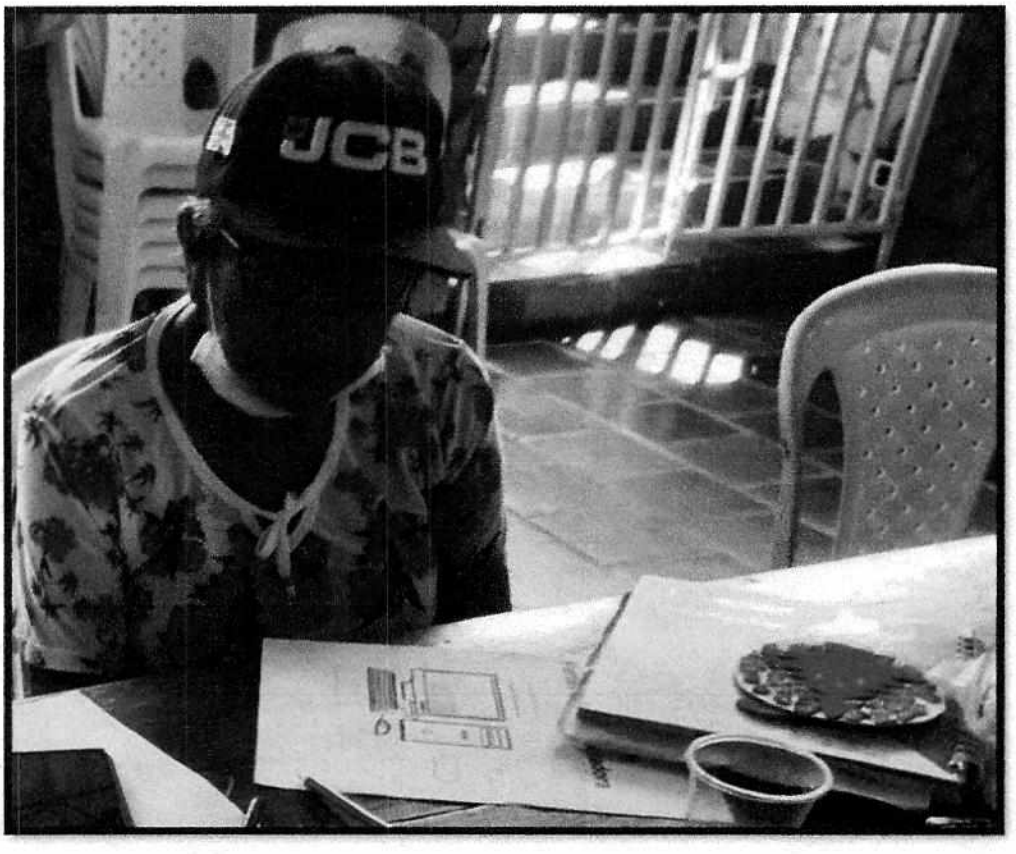






ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





SERVICIO 11

SUSCRIPCIÓN AL SEGURO EXEQUIAL

Este servicio, consta de la suscripción y afiliación al plan de seguro exequial de los 40 adultos mayores, de la FUNDACION FE Y SERVICIO ONG, socorro al servicio fúnebre. (Anexamos el listado de los beneficiarios al plan exequial).



Avellaneda
Servicios Fúnebres

CERTIFICACIÓN

SERVICIOS FUNEBRES AVELLANEDA con Nit. No. 91.110.754-8 certifica que la **ASOCIACION COLOMBIA FE Y SERVICIO ONG** con Nit. No. 900.358.450-3, tiene vinculados 40 adultos mayores, en una póliza exequial y se encuentra vigente desde el 26 al 28 de DICIEMBRE del 2022 en el municipio del Socorro.

A continuación se relaciona los adultos mayores que se encuentran vinculados

MUNICIPIO DE EL SOCORRO-SANTANDER						
NOMBRE DEL CENTRO: ASOCIACION COLOMBIANA FE Y SERVICIO						
No.	**NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR**	**CÉDULA**	**FECHA DE NACIMIENTO**	**FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA**	**EDAD**	**SEXO (F - M)**
1	ELVIRA VILLAREAL CARDENAS	28.422.052	1/01/1948	4/07/1972	74	F
2	ELSA MARIA URIBE DE AYALA	37.838.358	31/07/1953	24/05/1977	69	F
3	GABRIEL GARNICA ACOSTA	91.101.078	3/06/1959	19/09/1977	63	M
4	BARBARA CUADROS CORREDOR	28.413.652	6/06/1953	3/09/1977	69	M
5	RAMON RUIZ VASQUEZ	5.764.178	20/07/1951	21/01/1974	71	M
6	ARGEMIRA AMAYA DE BELTRAN	41.510.152	17/12/1942	26/12/1972	79	F
7	ROSALBA RUEDA	63.462.470	3/09/1959	27/08/1991	73	F
8	JOSE ARTURO SILVA SILVA	5.697.067	14/03/1961	30/06/1980	61	M
9	RENELIA PARRA MORENO	28.184.830	31/10/1939	22/11/1962	83	F



Avellaneda
Servicios Fúnebres

10	BARBARA HERNANDEZ RIOS	37.809.251	7/08/1951	22/02/1973	71	F
11	RAMIRO VILLAREAL CARDENAS	5.764.835	23/07/1954	17/01/1976	68	M
12	FLOR MARIA AYALA DE JIMENEZ	28.423.852	22/01/1957	30/05/1977	65	F
13	ANA VICTORIA SUAREZ DE MARTINEZ	37.240.145	23/10/1953	9/05/1975	68	F
14	MARIA CECILIA BARRERA	28.271.100	21/12/1945	13/05/1971	77	F
15	ANA JESUS BAUTISTA SANCHEZ	28.420.525	29/04/1944	19/06/1965	78	F
16	ANA MARIA POCHES CORZO	28.267.522	25/06/1955	30/05/1977	67	F
17	ALVARO MORENO	91.102.333	29/12/1953	9/12/1979	69	M
18	FRANCISCO ALIRIO RIOS CARREÑO	5.559.725	25/07/1944	11/06/1966	78	M
19	ANA BERTA GONZALEZ MELO	28.420.019	20/03/1930	6/02/1963	92	F
20	BERTHA MARIA ARGUELLO DE DURAN	28.251.956	24/02/1951	2/10/1973	71	F
21	ALFONSO JIMENEZ PEREZ	5.763.274	29/11/1950	17/12/1971	71	M
22	PABLO ANTONIO MORENO ORASICA	5.762.992	22/06/1945	3/03/1971	76	M
23	CARLINA IZAQUITA	28.184.890	23/11/1945	18/01/1974	72	F
24	CARMEN SOFIA MORENO	37.940.892	4/01/1961	9/12/1979	61	F
25	MARIA ADELINA CARDENAS BETANCOURT	40.377.180	4/04/1936	18/06/1984	76	F
26	ANA DOLORES CALDERON DE ARGUELLO	28.422.057	5/01/1947	4/07/1972	75	F
27	JORGE IGUAVITA ALFONSO	5.766.779	2/06/1939	30/11/1973	83	M
28	MARINA PICO DE PINZON	37.941.497	2/03/1944	8/09/1981	77	F
29	MARIA ELISA TASCO	28.133.942	10/06/1948	17/01/1976	74	F
30	CATALINA MORENO ORASICA	28.417.782	29/08/1933	23/09/1960	89	F

Carrera 14 No. 11-70
Tel. 7272328
Socorro - Santander

Avellaneda
Servicios Fúnebres

31	FLOR MARIA BRAVO CASTRO	63.293.410	23/04/1958	24/06/1980	64	F
32	DORISANA SUAREZ	28.426.774	3/11/1943		78	F
33	ALVARO PADILLA LANDINEZ	13.894.725	2/10/1961	19/05/1980	61	M
34	HILDA VILLAREAL CARDENAS	37.940.440	30/09/1940	20/03/1979	73	F
35	PEDRO PABLO ARGUELLO	2.188.238	29/06/1938	19/02/1960	84	M
36	CECILIA VILLAREAL CARDENAS	37.941.094	2/06/1962	22/09/1960	60	F
37	MARIA ELENA GALEANO GALEANO	28.413.195	25/04/1936	15/10/1959	85	F
38	MARIA DE LOS ANGELES RODRIGUEZ MELENDEZ	28.421.310	26/09/1936	11/07/1969	86	F
39	EVELIA BADILLO DE ORTEGA	28.418.846	19/11/1927	18/12/1961	95	F
40	ETELVINA GARCIA DE DAVILA	28.429.532	25/04/1935	18/03/1963	85	F

Se expide la presente certificación a solicitud del interesado el 26 de diciembre del 2022

Cordialmente,

JAvellaneda

JULIO CESAR AVELLANEDA GUAITERO
Representante Legal

Carrera 14 No. 11-70
Tel. 7272328
Socorro - Santander


ACTIVIDAD
INTEGRATIVA
NAVIDEÑA

DIA DE CELEBRACIÓN Y FIESTA, DEGUSTAMOS UN DELICIOSO TAMAL NAVIDEÑO, ADEMÁS, DECORACIÓN EN BOMBAS, MÚSICA, REGALOS, ANCHETA NAVIDEÑA . . .



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



Organizando para la entrega

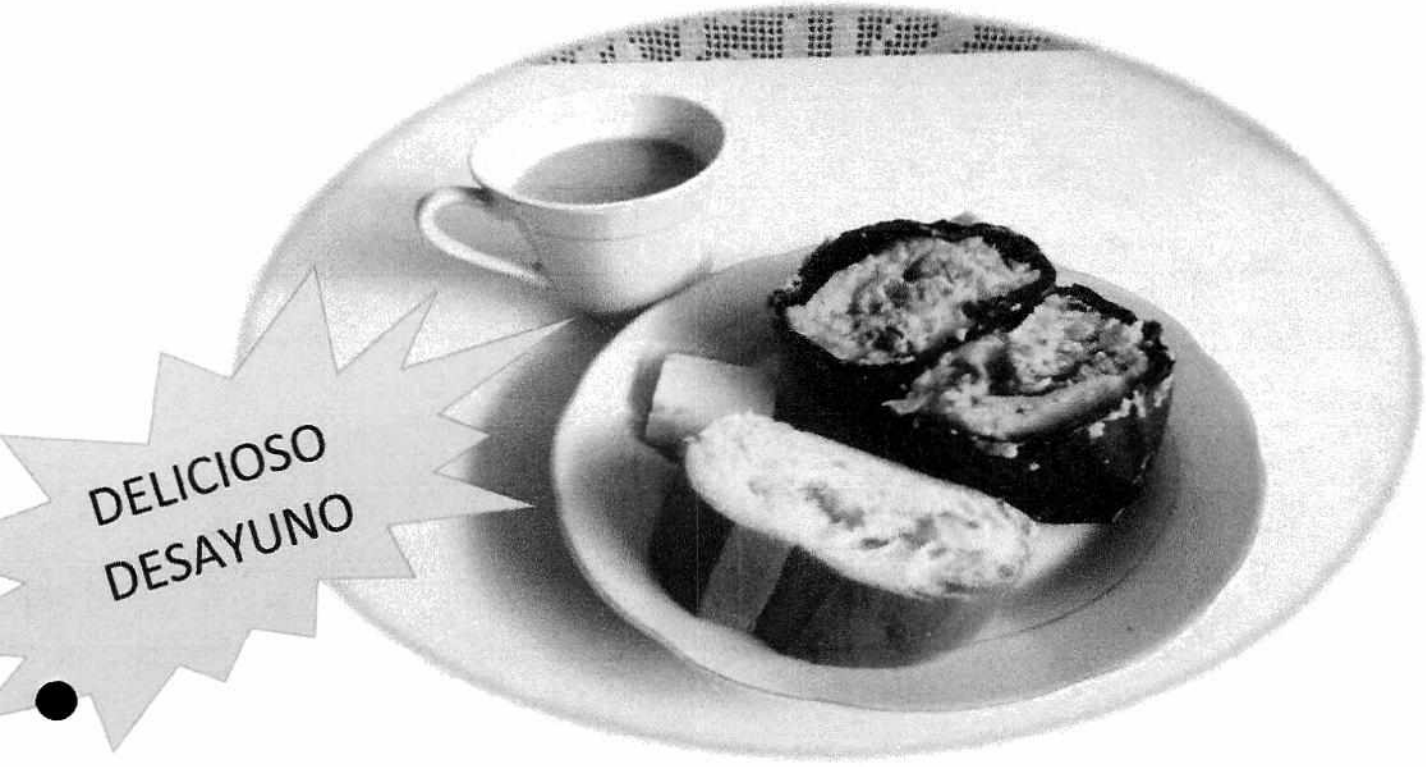






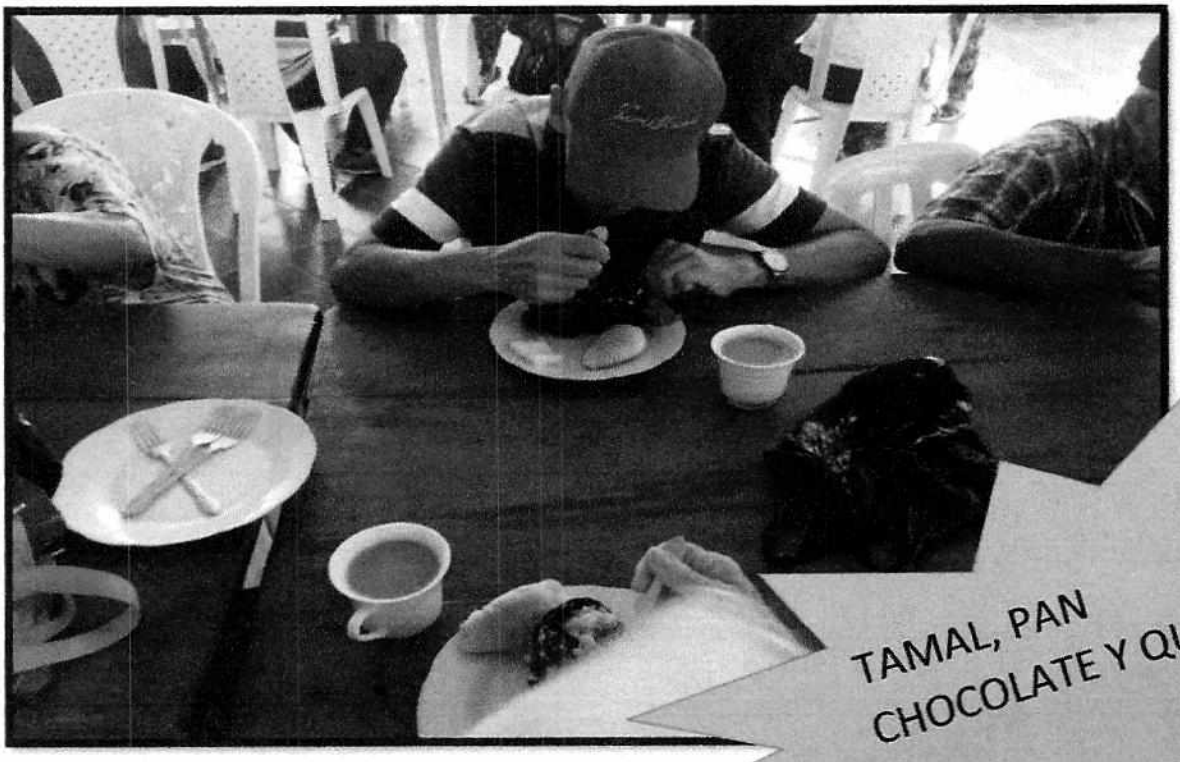

LAS MEJORES
COSAS DE LA VIDA
¡Gracias!

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



TAMAL, PAN
CHOCOLATE Y QUESO




DASAYUNANDO
TAMILITO



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG









ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

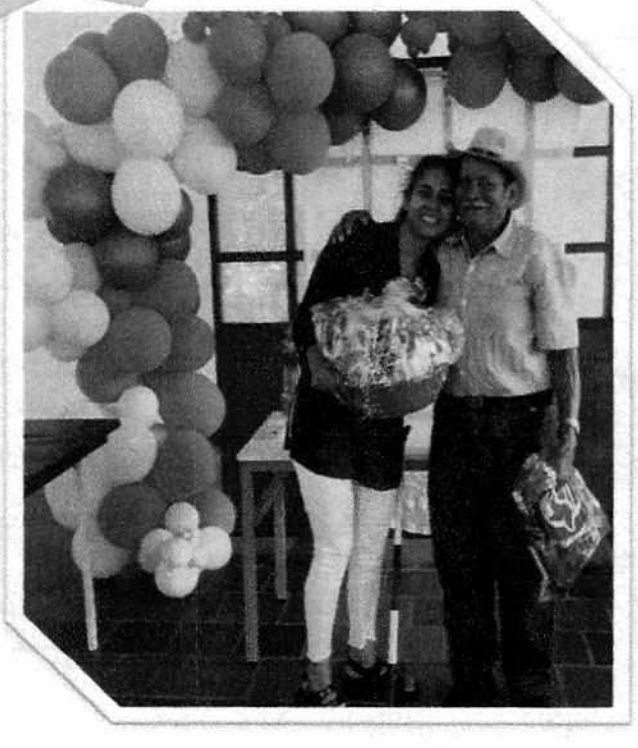




TORTA, VINO, PONQUÉ, GALLETAS,

NATILLA, BUÑUEOS . . .





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG







CADA UNO RECIBIO SU ANCHETA, LLENA DE COSAS DELICIOSAS PARA COMPARTIR EN LA NAVIDAD.



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

RECIBIENDONUESTRAS
SANCHETAS







ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



JUEGOS, DINÁMICAS, Y BAILE
FUE UN DIA MARAVILLOSO



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



FELICES EN EL DÍA DE INTEGRACIÓN.



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

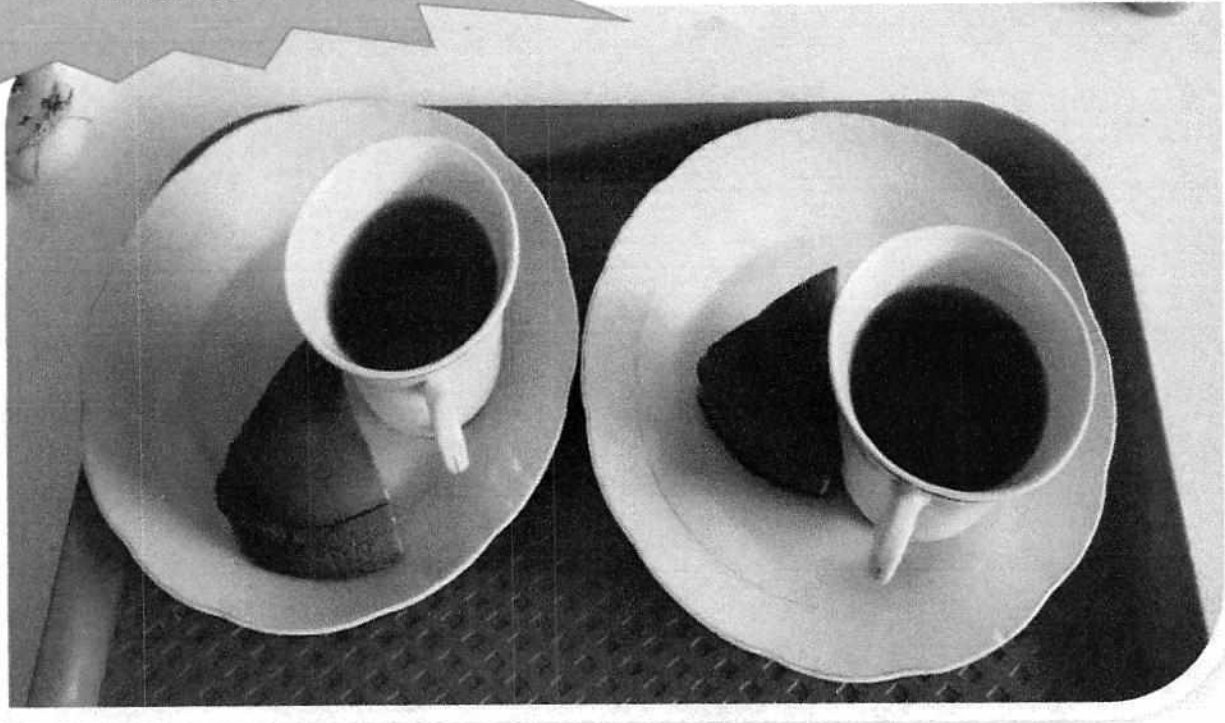


LINDA DECORACION Y
UNA RICA TORTA.





COMIENDO TORTA DE MERIENDA



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



JUEGOS SOCIALES DE SALÓN



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG





ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

LISTA DE ASISTENCIA Y FIRMAS



ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Jorge Iguavita Arcila

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Jorge Iguavita
2	27 /12/2022	Jorge Iguavita
3	28 /12/2022	Jorge Iguavita

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900359450-5

NOMBRE Ana jesús Bautista Sanchez

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Ana Jesus Bautt
2	27/12/2022	Ana Jesus Bautt
3	28/12/2022	Ana Jesus Bautt

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900359450-3

NOMBRE Ana María Poches

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Ana María Poches C
2	27/12/2022	Ana María Poches C.
3	28/12/2022	Ana María poches C.

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Sofia Moreno Oracica

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Carmen Sofia Moreno
2	27/12/2022	Carmen Sofia Moreno
3	28/12/2022	Carmen Sofia Moreno

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Maria Helena Galeano

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Etelvina García De Dávila

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE María De los Angeles Rodriguez

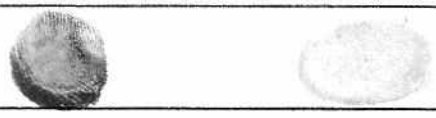
ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-3

NOMBRE María Adelina Cardenas Betancourt

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

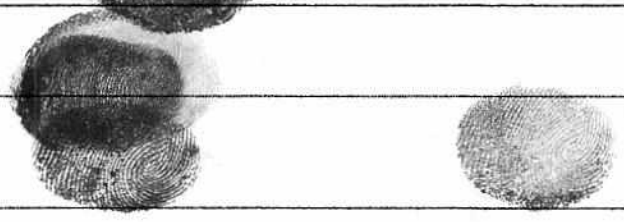
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Alvaro Padilla Jandinez

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Alvaro Padilla Jandinez
2	27/12/2022	Alvaro Padilla Jandinez
3	28/12/2022	Alvaro Padilla Jandinez

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Evelia Badillo De Ortega

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT 900358450-3

NOMBRE ALFONSO JIMENEZ PEREZ

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Alfonso Jimenez P
2	27/12/2022	Alfonso Jimenez P
3	28/12/2022	Alfonso Jimenez P

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Barbara Cuadras

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	BarBara cuadros
2	27/12/2022	BarBarBara Cuadros
3	28/12/2022	BarBara cuadros

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE DORISANA SUAREZ RAMIREZ

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Dorisana Suarez
2	27/12/2022	Dorisana Suarez
3	28/12/2022	Dorisana Suarez

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE RAMON RUIZ VASQUEZ

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	
2	27 /12/2022	
3	28 /12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900358450-1

NOMBRE Hilda Villareal.

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Hilda Villarreal
2	27 /12/2022	Hilda Villarreal
3	28 /12/2022	Hilda Villarreal.

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Maria Elisa Tasco Rondón

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Maria Elsi Tasco Rondón
2	27 /12/2022	Maria Elsi Tasco Rondón
3	28 /12/2022	Maria Elsi Tasco Rondón

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT.900358450-1

NOMBRE Evelia Badillo

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG
NIT 900358470-3

NOMBRE Gabriel Garnica

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Gabriel Garnica
2	27/12/2022	Gabriel Garnica
3	28/12/2022	Gabriel Garnica

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Renelia Para Moreno

ADICIÒN AL CONVENIO Nº PCCNTR. 4002789

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Manu Arelis Cardenas Betancourt

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Ana Bertha Gonzalez melo

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Catalina Moreno

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	
2	27 /12/2022	
3	28 /12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900358450-3

NOMBRE Cecilia Villarreal

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	
2	27 /12/2022	
3	28 /12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900159450-3

NOMBRE Marina Pico De Pinzon

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Marina pico de Pinzón
2	27 /12/2022	Marina pico de Pinzon
3	28/12/2022	Marina pico de Pinzón

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900158450-3

NOMBRE Francisco Alvio Rios

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Alvio Rios
2	27 /12/2022	Alvio Rios
3	28/12/2022	Alvio Rios

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Victoria Suarez

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Ana Victoria Suarez
2	27/12/2022	Ana Victoria Suarez
3	28/12/2022	Ana Victoria Suarez

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900358450 1

NOMBRE Argemira Amaya

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Argemira C. de Beltrán
2	27 /12/2022	Argemira C. de Beltrán
3	28/12/2022	Argemira C. de Beltrán

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Elvira Villarreal

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Elvira Villarreal
2	27/12/2022	Elvira Villarreal
3	28 /12/2022	Elvira Villarreal

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Elsa María Uribe De Ayala

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Elsa maria uribe de Ayala
2	27 /12/2022	Elsa maria uribe de Ayala
3	28 /12/2022	Elsa maria uribe de Ayala

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Ramiro Villarreal

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Ramiro Villarreal
2	27 /12/2022	Ramiro Villarreal
3	28 /12/2022	Ramiro Villarreal

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT. 900355845-3

NOMBRE Pablo Argüello

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Pablo A Argüello
2	27 /12/2022	Pablo A Argüello
3	28 /12/2022	Pablo A Argüello

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Bertha María Argüello

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Bertha Argüello
2	27 /12/2022	Bertha Argüello
3	28 /12/2022	Bertha Argüello

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Alvaro Moreno Oraica

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Alvaro Moreno
2	27/12/2022	Alvaro Moreno
3	28/12/2022	Alvaro Moreno

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Pablo Antonio Moreno Oracca

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Pablo Antonio Moreno
2	27 /12/2022	Pablo Antonio Moreno
3	28 /12/2022	Pablo Antonio Moreno

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE Ana Dolores Calderón Argello

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Ana Dolores Calderón
2	27/12/2022	Ana Dolores Calderón
3	28/12/2022	Ana Dolores Calderón

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900358456-3

NOMBRE FLOR MARIA BRAVO

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	flor maia Bravo castro
2	27/12/2022	flor maia Bravo castro
3	28/12/2022	flor maia Bravo castro

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE FLOR MARÍA AYALA.

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Flor maria Ayala
2	27/12/2022	flor maria Ayala.
3	28/12/2022	Flor maria Ayala.

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE MARIA CECILIA BARRERA DIAZ.

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	
2	27/12/2022	
3	28/12/2022	

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NIT 900158459-1

NOMBRE ROSALBA RUEDA.

N°	FECHA	FIRMA
1	26 /12/2022	Rosalba
2	27 /12/2022	Rosalba
3	28 /12/2022	Rosalba

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE BARBARA ROSA HERNANDEZ RIOS

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Barbara H
2	27/12/2022	Barbara H
3	28/12/2022	Barbara H

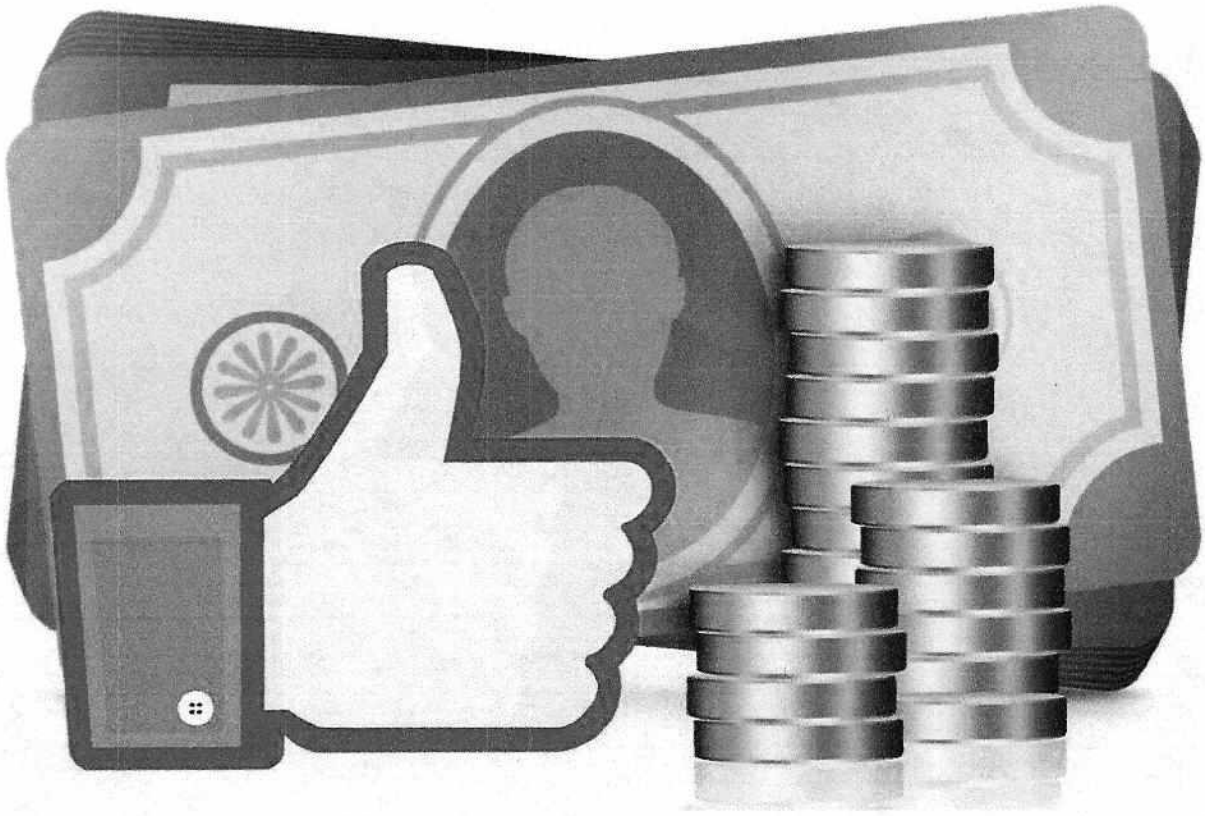
ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

NOMBRE JOSE ARTURO SILVA SILVA.

N°	FECHA	FIRMA
1	26/12/2022	Jose Arturo Silva
2	27/12/2022	Jose Arturo Silva
3	28/12/2022	Jose Arturo Silva

ASOCIACION COLOMBIANA
FE Y SERVICIO ONG

INFORME FINANCIERO



Socorro, 28 de diciembre de 2022

INFORME FINANCIERO DEL APORTE DE LA ASOCIACIÓN COLOMBIANA FE Y SERVICIO CONVENIO DE ASOCIACION N° 4342262

PERIODO DE INFORME: 26 de diciembre del 2022 al 28 de diciembre de 2022

REPRESENTANTE LEGAL: HUMBERTO SALAZAR SERRANO

OBJETO DEL CONVENIO: "AUNAR ESFUERZOS ADMINISTRATIVOS, FINANCIEROS Y ECONOMICOS PARA GARANTIZAR EL APOYO Y ASISTENCIA DE ADULTOS MAYORES EN CONDICIONES DE VULNERABILIDAD, AISLAMIENTO O CARENCIA DE SOPORTE SOCIAL A TRAVÉS DE UN CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DE EL SOCORRO, SANTANDER".

La ASOCIACIÓN COLOMBIANA FÉ Y SERVICIO ONG con NIT No. 900358450-3 en cumplimiento del parágrafo relacionado en la cláusula sexta del Convenio de Asociación No. 4342262 realizado con la Alcaldía del Municipio del Socorro, con el fin del desarrollo del objeto del Convenio en la modalidad Centro Vida, procede a presentar el informe financiero del aporte correspondiente, el cual se establece de la siguiente forma:

CLAUSULA SEXTA. EL VALOR DEL CONVENIO Y FORMA DE PAGO.

(...)

PARAGRAFO. APORTES DE LAS PARTES

b) El centro vida, aportará la suma de **NOVECIENTOS CUARENTA Y SIETE MIL OCHENTA Y CUATRO MIL PESOS M/CTE (947.084,00)** representados en embalaje de la alimentación, papelería, y logística infraestructura (especie).

Es así como la ASOCIACIÓN COLOMBIANA FE Y SERVICIO ONG presenta su informe financiero comprendido desde el 23 de diciembre al 27 de diciembre de 2022.

HUMBERTO SALAZAR SERRANO
Representante Legal
C.C. 91.263,448

INFORME FINANCIERO APORTES DEL CENTRO VIDA

- Transporte para entrega de alimentación en casa para los adultos mayores :----------$200.000
- Papelería, fotocopias e impresiones ----------$400.000
- Logística infraestructura (especie), (prestación de bienes, servicios instalaciones del predio dedicado al Centro Vida)----------$350.000

Total gastos relacionados.....$ 950.000