

INFORME DE ACTIVIDADES

Informe de actividades del 01 al 30 de marzo de 2024 por contrato nro. CPS-069-2024 suscrito el 6 de febrero de 2024 entre la administración municipal de San Carlos nit. 890983740-9 y Wilmer Ferney Pérez Giraldo identificado con cedula de ciudadanía nro. 70167.449 De San Carlos cuyo objeto prestación de servicio de apoyo a la gestión como promotor del programa "por su salud, muévase pues" en Actividades Lideradas Desde El INDERSAC Para El Fortalecimiento De Los Diferentes Grupos Poblacionales En El Área Urbana Y Rural, En Virtud Del Cumplimiento De Plan De Desarrollo Municipal 2024-2027 – San Carlos territorio de oportunidades. Del Municipio De San Carlos – Antioquia. Por un valor de \$ 5.000.000 y una vigencia de dos (02) meses partir del 6 de febrero hasta el 05 de abril del 2024.

1. Aspectos Positivos:

- La comunidad sancarlitana ha participado masivamente en las diferentes actividades físicas.
- La administración municipal San Carlos territorio de oportunidades a través de la secretaria de bienestar social y el instituto de deportes INDERSAC están muy comprometidos con el programa de hábitos y estilos de vida saludable del programa "por su salud, muévase pues"

2. Aspectos Por Mejorar: Ninguna

3. Valoración del cumplimiento de las actividades, objetivos y resultados.

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

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN

- 1,5,6,8,12,14,15,19,21 y 22 de marzo del 2024 Adulto mayor sano y activo "PROPA polideportivo Julián Conrado David.
- 6,13 y 20 de marzo 2024 Corregimiento el Jordán adulto mayor
- 6,13 y 20 de marzo 2024- Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza
- 4,5,7,11,12,14,18,19, y 21 de marzo de 2024- polideportivo - Grupo rumba aeróbica comunidad en general
- 1,4,7,8,11,14,15,18,21 y 22 de marzo del 2024- polideportivo - inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.
- 1,8,15 y 22 de marzo 2024- piscina la cascada - Hidro aeróbicos
- 7,14, y 21 de marzo 2024 - ciclo paseo rumbero
- 1,4,5,7,11,14,15,18,19,21 y 22 de marzo del 2024- visitas activas
- 18 de marzo del 2024 - Polideportivo- infancia en movimiento

ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
1.1		<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: Los adultos mayores acogen con muy buena participación en las diferentes actividades programadas, participando masivamente.

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

	Adulto mayor sano y activo "PROPA"	<ul style="list-style-type: none"> • Especificaciones del grupo: Con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, carrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza, la participación de las diferentes actividades son alrededor de 200 adultos mayores. • Individualidades: Con charlas pedagógicas hacia nuestros adultos mayores sobre el auto cuidado de tener mucho cuidado en cruzar las calles de nuestro municipio ya que ha habido asientes en el trascurso del desplazamiento de sus casas hacia las unidades deportivas para las actividades físicas.
1.2	Adulto mayor sano y activo alegría corregimiento el Jordán	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: Con gran motivación los adultos mayores de corregimiento del jordán vienen trabajando en las actividades físicas, donde participan muy animada mente. • especificaciones del grupo: Con nuestros adultos mayores se realizaron actividades lúdicas recreativas y físicas como rondas recreativas trabajando en equipos, clases musicalizadas paso doble, merengue, folclor, carrangueras, aeróbicos, trabajos de coordinación y concentración con bastones y trabajos de fuerza • Individualidades: Con nuestros adultos mayores del corregimiento el Jordán se sensibilizo que para las actividades físicas hay que traer hidratación ya que es muy importante para nuestra salud.
1.3	Rumba aeróbica comunidad en general corregimiento puerto garza	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: La comunidad del corregimiento puerto garza vienen participando de unas excelentes clases musicalizadas y trabajos de fuerza donde la comunidad responde excelente mente. • Especificaciones del grupo: Con el grupo de rumba aeróbica comunidad en general se ha venido trabajando todo tipo de ritmo musicalizada baile de salón (salsa, merengue y paso doble), folclor y clase funcional. • Individualidades: A los usuarios se les da una charla de la importancia de la hidratación ya que muchos no se hidratan a la hora de hacer ejercicio
1.4	Grupo rumba aeróbica comunidad en general	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: La comunidad sancarlitana cuenta con un espacio de sano esparcimiento donde participan en familia en las clases musicalizadas, las comunidades están participando masivamente en esta actividad de estos espacios niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores.

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

		<p>doble), folclor y clase funcional. también se realizó una mega rumba dando apertura al programa de actividad física</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individualidades: Los usuarios manifiestan que estas actividades son muy importantes para nuestra salud por tal motivo participan la familia para tener una mejor calidad de vida.
1.5	, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: Con gran motivación se viene trabajando con personas con discapacidad donde vienen participando activamente. • Especificaciones del grupo: Hemos venido trabajado la fuerza, resistencia, trabajos de coordinación y concentración y trabajos de fuerza. • Individualidades: Se ha trabajado exitosamente donde ellos manifiestan que estas actividades han mejorado su calidad de vida.
1.6	Hidroaeróbicos	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: La comunidad participa de las actividades de hidroaeróbicos manifestando alegría y motivación de continuar en la actividad. • Especificaciones del grupo: se realizaron actividades como saltos en el agua, abdominales superiores, abdominales inferiores, burpees, bicicleta. Desplazamientos trabajos de fuerza con las tablas y trabajo con las barras. Los participantes esperan mejoras la capacidad respiratoria, fortalecer el sistema cardiovascular y bajar de peso. • Individualidades: a los usuarios se les recomienda traer hidratación ya que algunos no traen y es muy importante hidratarnos antes, durante y después la actividad.
1.7	Ciclo paseo	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: se realizan el ciclo paseo donde la comunidad sancarlitana participa en familia. • Especificaciones del grupo: los ciclo paseo se realizan los días jueves con la comunidad sancarlitana teniendo espacios de sano esparcimiento para participar en familia. • Individualidades: los sancarlitanos manifiestan que estas actividades son muy importantes para la comunidad para salir a recreasen en familia.
1.8	Visitas activas	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades: visitas activas a personas que tienen movilidad reducida a participar de los diferentes programas de actividad física. • Especificaciones del grupo: con estas visitas se pretende llegar a personas que están postradas en sus camas sea por movilidad reducida o vejes extrema, donde realizamos terapia física y mental. Por medio de masajes y de movimientos articulares se trabaja cada parte del cuerpo, se trabaja la parte mental por medio de charla, canto y otras actividades que lleve el paciente a pensar y analizar las cosas.

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

		<ul style="list-style-type: none">• Individualidades: los familiares manifiestan que esta actividad mejora la calidad de vida de sus seres queridos.
1.9	Infancia en movimiento	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: con gran participación asistieron los niños y niñas al programa infancia en movimiento.• Especificaciones del grupo: con este programa se pretende promover los hábitos y estilos de vida saludable a los estudiantes de la primaria I.E.J.C.G. en esta primera intervención se realizó actividades lúdicas recreativas y físicas por medio de rondas infantiles, actividades musicalizadas donde el niño y la niña participaron animada mente de dicha actividad.• Individualidades: los docentes manifiestan que estas actividades son muy impórtate para los estudiantes ya que trabajan la motricidad fina y aprenden que son hábitos y estilos de vida saludable.

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

TIEMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

➤ 1,4,5,8,11,12,14,15,18,21 y 22 marzo del 2024 - polideportivo gimnasio

TEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
2.1	Gimnasio municipal	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: mejorando las actividades del gimnasio municipal quisimos hacer una actividad colorida al espacio y atención a los usuarios.• Especificaciones del grupo: se apoyó en una actividad muy colorida en el gimnasio, se tomó listado de asistencia, peso y talla a los usuarios• Individualidades: los usuarios manifestaron que este tipo de actividades deberían de ser más frecuente.

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

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

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

EMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 6 y 13 de marzo del 2024 – corregimientos el Jordán y puerto garza – inscripciones
- 21,22 y 23 de marzo del 2024 – elaboración de informe mensual

EM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
3.1	Inscripciones usuarios de actividad física	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: inscripciones usuario de actividad física en sus diferentes programas.• Especificaciones: los usuarios del programa San Carlos sano y activo de los corregimientos el Jordán y puerto garza se inscribieron en los diferentes programas: adulto mayor sano y comunidad en general en actividad física.• Individualidades: tuvimos muy buenas inscripciones en el programa San Carlos sano y activo "por su salud, muévase pue" con un total 180 personas.
3.2	Elaboración de informe mensual	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: Elaboración de informe mensual• Especificaciones: se realizó el informe mensual de las diferentes actividades realizadas

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

EMPOS Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

- 15 de marzo del 2024 - polideportivo – reunión promotores

EM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
4.1	Reunión promotores INDERSAC	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: reunión de promotores INDERSAC• Especificaciones: reunión de promotores INDERSAC donde se trataron los temas de que dificultades tenían en los diferentes grupos y logros obtenidos• Individualidades: la reunión fue dirigida por el coordinador administrativo del INDERSAC

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

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

TEMPORES Y LUGAR DE EJECUCIÓN:

➤ 8 de marzo del 2024 – parque principal – actividad recreativa y físicas

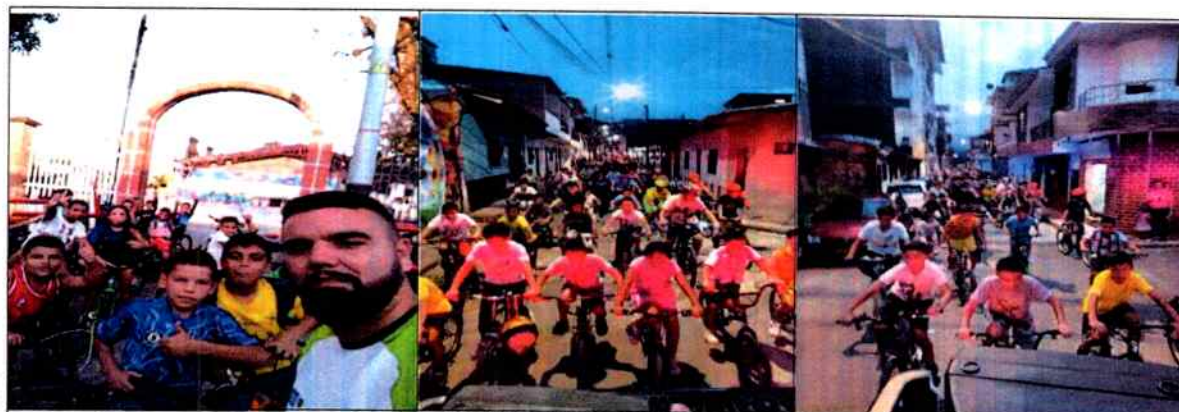
ITEM	ACTIVIDAD	RESULTADOS
5.1	Apoyo conmemoración día de la mujer	<ul style="list-style-type: none">• Generalidades: conmemoración día de la mujer• Especificaciones: conmemoración día de la mujer. Con actividades físicas como carrera de la mujer y rumba aeróbica parque principal• Individualidades: con gran motivación las participantes participaron masivamente de las diferentes actividades programadas para ellas.

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA

RESUMEN DE ACTIVIDADES

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
Dirigir las sesiones de actividad física en el programa SAN CARLOS SANO Y ACTIVO "POR SU SALUD MUEVASE PUES" con los grupos: • Adulto mayor sano y activo "PROPA". • Grupo rumba aeróbica comunidad en general. • Grupo de caminantes; funcional, Maratón aeróbico XSSMP. • Colegios sano y activo. Escuela saludable, pausas activas, inclusión social XSSMP "personas con discapacidad.	54
Proyectar, inscribir, y realizar apoyo logístico en los eventos municipales, enmarcados en el programa "por su salud, muévase pues"; así como también Promover y coordinar la participación de la comunidad en el centro de acondicionamiento física "Gimnasio".	11
Diligenciar y presentar cuando le sea requerido al supervisor designado el planeador de actividades, inventarios, informe mensual y de gestión, planillas de control de asistencia, oferta de servicio y demás formatos establecidos por la Administración Municipal, la secretaria de Bienestar Social y el INDERSAC.	5
Participar activamente en encuentros informativos, programados y concertados convocadas por el supervisor designado, donde se desarrollan temas relacionados con la prestación del servicio contratado.	1
Demás actividades asignadas por el supervisor y que tengan relación directa con el objeto contractual	1
TOTAL	72

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



CICLO PASEO RUMBERO

WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA



ACTIVIDAD FÍSICA CORREGIMIENTO PUERTO GARZA

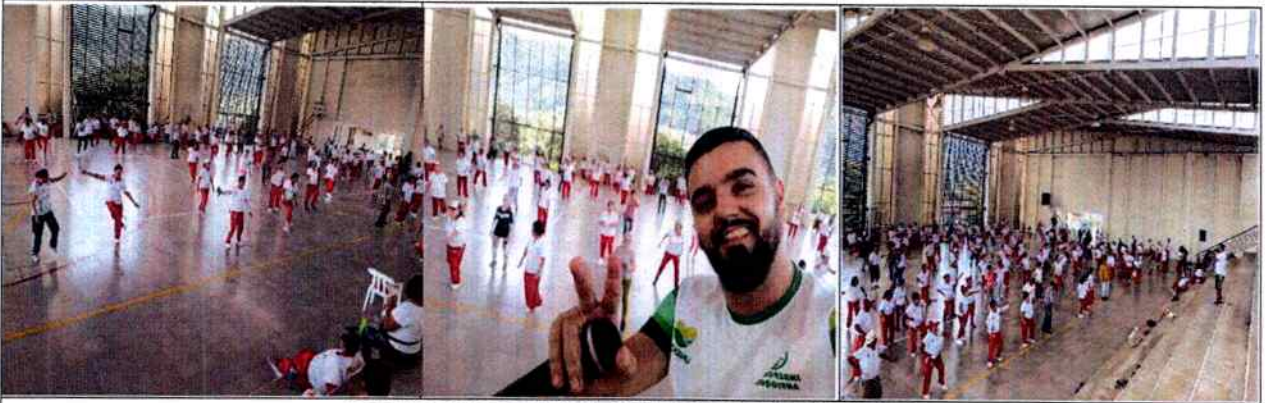


GRUPO RUMBA AEROBICA COMUNIDAD EN GENERAL



INCLUSIÓN SOCIAL XSSMP "PERSONAS CON DISCAPACIDAD"

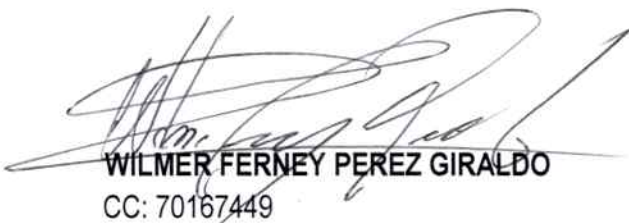
WILMER FERNEY PÉREZ GIRALDO
PROMOTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA



GRUPO PROPA ADULTOMAYOR SANO Y ACTIVO



HIDRO AERÓBICOS


WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC: 70167449


ERIKA JOHANNA SERNA RESTREPO
SECRETARIA DE BIENESTAR SOCIAL

Supervisora

SERGIO A GONZALEZ
SERGIO ANDRES GONZALEZ MAYA
DIRECTOR INDERSAC

EL MUNICIPIO DE SAN CARLOS ANT.

DEBE A:

WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC. 70167449

LA SUMA DE: \$2.500.000

Dos millones quinientos mil pesos M.L.

POR CONCEPTO DE:

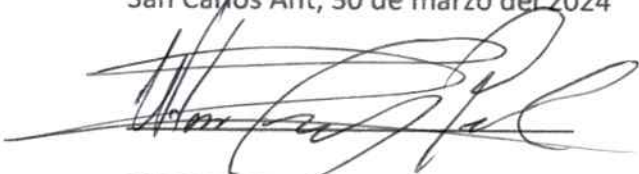
PRESTACIÓN DE SERVICIO DE APOYO A LA GESTIÓN COMO PROMOTOR DEL PROGRAMA 2POR SU SALUD MUÉVASE PUES" EN ACTIVIDADES LIDERADAS DESDE EL INDERSAC PARA EL FORTALECIMIENTO DE LOS DIFERENTES GRUPOS POBLACIONALES EN EL ÁREA URBANA Y RURAL, DEL MUNICIPIO DE SAN CARLOS (ANT)

En el periodo comprendido del 1 al 30 de marzo de 2024

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

Por favor consignar a la cuenta de ahorros Bancolombia N. 64775577311

San Carlos Ant, 30 de marzo del 2024



WILMER FERNEY PEREZ GIRALDO
CC. 70167449
CEL 3146630114

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 701674-9		PEREZ GIRALDO WILMER FERNEY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE 20 # 17-21	SAN CARLOS-ANTIOQUIA	5555555	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN									
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Días Mora	Valor
2024-03	2024-03	14448188	9464830458	I	2024/04/10	2024/04/12	BANCO DE OCCIDENTE	2	\$403,000

RESUMEN DE PAGO									
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$208,000	\$400	\$0	\$208,400	
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	\$208,000	\$400	\$0	\$208,400	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$31,700	\$100	\$0	\$31,800	
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	\$31,700	\$100	\$0	\$31,800	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$162,500	\$300	\$0	\$162,800	
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	\$162,500	\$300	\$0	\$162,800	
TOTAL				1	\$402,200	\$800	\$0	\$403,000	

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Reason Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 70167449		PEREZ GIRALDO WILMER FERNEY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE 20 # 17-21	SAN CARLOS-ANTIOQUIA	9555555	No
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Valor
2024-03	2024-03	14448188	9464830458	I	2024/04/10	2024/04/12	BANCO DE OCCIDENTE	\$403,000

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																		
EMPLEADO			PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS			
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,300,000	\$208,000			\$1,300,000	\$162,500			\$0	\$0			\$1,300,000	\$31,700
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,300,000	\$208,000			\$1,300,000	\$162,500			\$0	\$0			\$1,300,000	\$31,700
Ciudad: SAN CARLOS Depto: ANTIOQUIA (1 Afiliados)					\$1,300,000	\$208,000			\$1,300,000	\$162,500			\$0	\$0			\$1,300,000	\$31,700
1	CC 70167449	PEREZ WILMER	230301	30	\$1,300,000	\$208,000	EPS037	30	\$1,300,000	\$162,500		0	\$0	\$0	14-11	30	\$1,300,000	\$31,700
Total Afiliados(1)					\$1,300,000	\$208,000			\$1,300,000	\$162,500			\$0	\$0			\$1,300,000	\$31,700