DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL DE ZIPAQUIRÁ
SECRETARÍA GENERAL
PROCESO DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO
ACTA DE REUNIÓN

Alcaldía de Zipaquirá

INFORMACIÓN DE LA REUNIÓN					
Nº ACTA	FECHA: 10/04/2024		HORA INICIO: 3:00 am pm	HORA FIN: 4:00 am pm	
LUGAR:	Club del Adulto Mayor "Santa Ana"				
OBJETIVO(S):	Sesion de Actividad Fisica y Ludica Recreativa.				
DEPENDENCIA RESPONSABLE	Aktivate S.A.S				
TIPO	EXTERNA (CON LA COMUNIDAD)	X	INTERNA (CON FUNCIONARIOS)		

LISTADO DE ASISTENTES

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / DEPENDENCIA	CARGO	CORREO	TELÉFONO	FIRMA
Marina Carreño	Centro dia	Participo	—	3103466410	
Tereza Correo	Centro dia	Participo	—	3177006324	
Blanca Peña	Centro dia	Participo	—	3123011555	
Graciela Buitrago	Centro dia	Participo	—	3153376761	
Roxana Cifuentes	Centro día	Participo	—	3102491380	
Blanca Garcia	Centro dia	Participo	—	3144341953	
Miryan Maguire	Centro día	Participo	—	3224622603	
Ana Rivera	Centro día	Participo	—	3144726082	
Vicente Rincon	Centro día	Participo	—	3502320955	
Fernando Serrano	Centro día	Participo	—	3165809435	
Pedro Mancera	Centro día	Participo	—	3003207129	
Julia Puentes	Centro día	Participo	—	3105870693	
Maria Granados	Centro dia	Participo	—	3134094476	
Nelsy Villareal	Centro dia	Participo	—	3022946841	
Linda Villa.	Centro día	Participo	—	3137880869	
Roberto G.	Cento día	Participo	—	3177006324	
Tereza Quiroga.	Centro día	Participo	—	3123011555	

ORDEN DEL DIA

Ejercicios Terapeuticos.

1. Explicación de la actividad
2. Calentamiento
3. Desarrollo de los ejercicios
4. Estiramientos
5. Registro de asistencia.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Desarrollo de la Sesión.

* Se lleva a cabo sesión Programada de ejercicios funcionales para el Adulto Mayor; con el satelite de Centro día, con la participación de 17 Adultos M. 4 - Hombres y 13 - mujeres.

* Se realiza la explicación de la actividad a desarrollar. y se dan las recomendaciones a tener en cuenta durante la actividad - se enfatiza que deben hidratar antes - durante y despues de la actividad.

* Calentamiento - Movilidad Articular general de forma individual, sin desplazamiento.

* Se desarrollan los ejercicios programados donde el Adulto mayor debe realizar una movilidad de sus extremidades superiores e inferiores, coordinando ambas al mismo tiempo se realizaron. estos ejercicios sentados y de pie apoyados de la silla -

* Se finaliza actividad con estiramientos generales.

* Se lleva a cabo proceso de registro de datos y firma del lider.

DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL DE ZIPAQUIRÁ
SECRETARÍA GENERAL
PROCESO DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO
ACTA DE REUNIÓN

Alcaldía de Zipaquirá

COMPROMISOS ADQUIRIDOS

COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA ENTREGA	FIRMA
Se desarrolla sesión programada con el grupo de Centro día a cargo de:	Marvell Castillo		
En conformidad con la actividad desarrollada firma líder grupo centro día.	Rigoberto Garcia		