INFORME DE ACTIVIDADES Nro. 06

Correspondiente al período: Julio de 2024

Número del contrato	CPS018-2024
Objeto del Contrato:	PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES PARA APOYAR, FOMENTAR Y ARTICULAR COMO MONITOR DEPORTIVO Y RECREATIVO LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN, Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO EN LA POBLACIÓN ADULTA MAYOR DANDO CUMPLIMIENTO A LA POLÍTICA PÚBLICA DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ.
Nombre del Contratista:	CARLOS ANDRÉS ZAPATA RESTREPO
Dependencia y Nombre del Interventor/Supervisor:	SECRETARIA DE BIENESTAR HUMANO CATALINA MARIA TOBON TAMAYO
Plazo:	11 MESES
Valor del Contrato:	27.500.000
Numero de informe:	06
Periodo a cobrar:	JULIO

PAGO SEGURIDAD SOCIAL					
Periodo de pago	**Numero de Planilla**	**Ingreso base de cotización**	**Pago de salud**	**Pago de Pensión**	**Pago de ARL**
JULIO	71464839	1.300.000	162.500	208.000	13.600

OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL CONTRATATISTA	
OBLIGACION 1	Ejecutar y desarrollar el objeto del presente contrato aportando para ello todo su conocimiento, dedicación, lealtad, diligencia y ética en la defensa de los intereses del Municipio.
- DURANTE LA REALIZACION DE TODAS LAS ACTIVIDAS SIEMPRE SE DICTAN CON PROFECIONALISMO ETICA Y RESPETO	
OBLIGACION 2	Apoyo en el seguimiento del CPSAM
- PENDIENTE POR REALIZAR	
OBLIGACION 3	Orientación a cuidadores del plan acompáñame en relación al mantenimiento de la funcionalidad, autonomía y capacidad de satisfacer las actividades diarias.
- PENDIENTE POR REALIZAR	
OBLIGACION 4	Desarrollo de secciones de actividad física, recreativa en los grupos conformados de adulto mayor
- SE REALIZARON SESIONES DE EREJERCICIOS PARA EL MEJORAMIENTO DEL EQUILIBRIO: LA ESMERALDA:  	

OBLIGACION 5	Charlas educativas de prevención y promoción de la Salud y la importancia de la práctica del deporte en la salud

PARA ESTE MES NO SE PROGRAMÓ ESTE TIPO DE ACTIVIDAD.

OBLIGACION 6	Acciones para fomentar los hábitos de una alimentación nutritiva y saludable

- REALIZACIÓN DE CHARLAS SOBRE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR UNA ALIMENTACIÓN SANA Y NUTRITIVA:

LA CLARA:




ZONA URBANA:




OBLIGACION 7	Actualización constante de la base de datos de los adultos inscritos al programa y a las secciones ofrecidas por el monitor

- LA ACTUALIZACION DE LA BASE DE DATOS SE REALIZÓ DE MANERA EXITOSA EN TODOS LOS GRUPOS:

LA CLARA:





COMUNIDAD:



OBLIGACION 8	Secciones de hidroaerobicos con los grupos de adulto mayor

- PENDIENTE POR REALIZAR, YA QUE ESTOY A LA ESPERA DE QUE LA SECRETARÍA DE PLANEACION REALICE MANTENIMIENTO Y ARREGLOS NECESARIOS DE LA PISCINA MUNICIPAL

OBLIGACION 9	Llevar seguimiento en las fichas gerontológicas de los Adultos Mayores inscritos en el programa

PARA ESTE MES NO SE PROGRAMO ESTE TIPO DE ACTIVIDAD.

OBLIGACION 10	Secciones de Yoga

- REALIZACION DE SESION DE TECNICAS DE RESPIRACIÓN Y YOGA:

ZONA U:




FILO DE SAN JOSE:




NARIÑO:





SEVILLA:





OBLIGACION 11	Promover y mantener conductas saludables , reduciendo la prevalencia de factores de riesgo que afectan la salud

- LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL TRANSCURSO DE MES EN LOS DIFERENTES GRUPOS SON TENIENDO EN CUENTA CONDUCTAS SALUDABLES PARA QUE CON ELLO SE AYUDE A REDUCIR FACTORES DE RIESGO QUE AFECTEN LA SALUD A LOS ADULTOS MAYORES INSCRITOS EN EL PROGRAMA

LA RENTA:









OBLIGACION 12	Crear espacios de aprovechamiento del tiempo libre

- EN LAS DIFERENTES VEREDAS Y CORREGIMIENTOS INCLUYENDO AL GRUPO DE LA ZONA URBANA DEL MUNICIPIO SE REALIZARON DIFERENTES TIPOS DE ACTIVIDADES TALES COMO CELEBRACIONES, JUEGOS DE MESA, ENTRE OTROS, TODO CON EL FIN DE GENERAR ESPACIOS DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE:

EL ZARZAL:




ZONA URBANA:




FILO DE SAN JOSE:



FILO DE LOS ARBOLEDA:





OBLIGACION 13	Programar sesiones de ejercicio en las instalaciones de centro Dia

- REALIZACION DE RUMBA AEROBICA CON BASTON:





OBLIGACION 14	Apoyo en las actividades programadas desde el programa de Adulto mayor.

-Apoyo a la actividad “Alcalde en mi vereda” en el corregimiento de El Zarzal:





CELEBRACION DIA DE LA VIRGEN DEL CARMEN: SEVILLA





APOYO A LA REALIZACION DE LA CELEBRACION DEL DIA 20 DE JULIO, CON ENCUENTRO INTERNACIONAL DE DANZA DEL ADULTO MAYOR





Ebéjico, 27 julio de 2024

Carlos Andrés Zapata Rpo.

CARLOS ANDRES ZAPATA RESTREPO
Cédula de Ciudadanía 1039884290
Contratista