	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle 8a 6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 2 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 16 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 02 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: *PROMOCIÓN DE AUTONOMÍA E INDEPENDENCIA*

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 02 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’la promoción de autonomía e independencia’’ en los adultos mayores que abarca una serie de aspectos y estrategias diseñadas para empoderar a los adultos mayores a vivir de manera autosuficiente, manteniendo su capacidad para tomar decisiones y participar activamente en su vida diaria. Este tema es crucial para garantizar un envejecimiento activo, mejorando la calidad de vida y reduciendo la dependencia de los adultos mayores de sus familiares, cuidadores o instituciones.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

- **Importancia de la autonomía en la vejez:** Reflexión sobre el valor de la autonomía y cómo impacta en el bienestar y la autoestima de los adultos mayores.
- **Habilidades físicas y cognitivas:** Ejercicios y actividades que fortalezcan tanto el cuerpo como la mente, ayudando a mantener o mejorar la capacidad funcional.
- **Adaptaciones en el hogar:** Modificaciones que faciliten la independencia en las actividades cotidianas, como el uso de dispositivos de asistencia, organización del espacio, y seguridad en el hogar.
- **Toma de decisiones y autodeterminación:** Cómo fomentar la participación de los adultos mayores en decisiones importantes, desde la gestión de su salud hasta la planificación de su vida cotidiana.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

- **Redes de apoyo social y comunitario:** La importancia de contar con una red de apoyo que promueva la independencia, como el acceso a servicios comunitarios, grupos de apoyo, y la participación social.
- **Gestión del bienestar emocional:** Estrategias para mantener un estado emocional positivo, manejando el estrés, la ansiedad y otros desafíos que puedan afectar la independencia.
- **Tecnología y autonomía:** Uso de la tecnología para facilitar la vida diaria, como herramientas de comunicación, dispositivos de seguridad, y aplicaciones que promuevan la salud y el bienestar.
- **Envejecimiento activo:** Fomentar estilos de vida saludables que incluyan actividad física, alimentación balanceada, y actividades sociales, que son clave para mantener la autonomía.

Así mismo, se enfatiza que la promoción de autonomía e independencia en los adultos mayores explora cómo fomentar la capacidad de los adultos mayores para vivir de manera autosuficiente, tomar decisiones sobre su vida diaria y mantenerse activos en su entorno social y comunitario. Se enfoca en el fortalecimiento de las habilidades físicas, cognitivas y emocionales, así como en la creación de un entorno que permita la participación activa de los adultos mayores en su propio bienestar.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Juego de roles: un día en mi vida’’ el objetivo es fomentar la autonomía e independencia a través de la simulación de situaciones cotidianas, donde los adultos mayores deberán tomar decisiones, resolver problemas y gestionar su vida diaria en un entorno controlado y divertido. De igual manera, la actividad motiva a cada adulto mayor para que represente una serie de situaciones reales que podrían enfrentar en su día a día. A través del juego de roles, deben decidir cómo manejar diferentes escenarios relacionados con su salud, hogar y relaciones sociales, practicando sus habilidades para mantener la independencia.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la toma de decisiones en la vida diaria y cómo los juegos de roles pueden ayudar a prepararse para situaciones reales. Se refuerzan los aprendizajes relacionados con la autonomía y se celebra la capacidad de los adultos mayores para gestionar su vida de manera independiente.

Para concluir, esta actividad no solo es recreativa y estimulante, sino que también permite a los adultos mayores practicar la resolución de problemas y tomar decisiones de forma autónoma, lo que es clave para mantener su independencia en la vida diaria.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta.

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor
Evidencia fotográfica






Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 3 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 17 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 03 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ***TOMAR MEDIDAS QUE PREVENGAN LAS MALAS POSTURAS Y EVITAR ROPAS AJUSTADAS***

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 03 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’tomar medidas que prevengan las malas posturas y evitar ropas ajustadas’’ en los adultos mayores cuyo tema abarca estrategias para mejorar el bienestar físico de las personas mayores, centrándose en la importancia de mantener una buena postura y el uso de ropa adecuada que favorezca su movilidad y comodidad.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. **Importancia de la postura adecuada:** Cómo las malas posturas afectan la salud física y cómo corregirlas puede reducir dolores musculares, articulares y el riesgo de caídas.
2. **Ejercicios para mejorar la postura:** Actividades físicas diseñadas para fortalecer los músculos posturales, mejorar la alineación corporal y reducir la tensión en áreas vulnerables como la espalda y el cuello.
3. **Impacto de la ropa ajustada en la movilidad y la salud:** Explicación sobre cómo el uso de ropa inadecuada puede restringir el movimiento, afectar la circulación sanguínea y generar incomodidad o complicaciones físicas.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

4. **Elección de vestimenta adecuada:** Consejos sobre cómo seleccionar ropa cómoda, funcional y que permita libertad de movimiento sin comprometer la salud física.
5. **Accesorios ergonómicos:** El uso de soportes como sillas adecuadas, cojines para la espalda o zapatos ortopédicos que ayuden a mantener una postura correcta durante el día.

Así mismo, se enfatizó en el tema que busca prevenir problemas físicos comunes en los adultos mayores, favoreciendo su salud, comodidad y calidad de vida. Para abordar este tema de manera efectiva, es útil combinar la educación, la práctica y la adaptación del entorno. Promover hábitos posturales correctos y una selección adecuada de ropa puede mejorar significativamente la calidad de vida de los adultos mayores, ayudándoles a mantenerse activos, cómodos y seguros.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Desafío de la postura y la ropa cómoda’’ el objetivo es enseñar y practicar hábitos a los adultos mayores para mejorar la postura y seleccionar ropa adecuada de una manera divertida e interactiva.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de tomar medidas que prevengan las malas posturas y evitar ropas ajustadas. Se ofrece consejos prácticos para mejorar la postura y elegir ropa adecuada en su vida cotidiana. Se recalca la importancia de pequeños ajustes en la vida diaria para mantener el bienestar físico.

Para concluir, esta actividad enseña y permite a los adultos mayores aprender sobre posturas correctas y ropa adecuada en un entorno interactivo y práctico.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 4 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 018 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 04 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ***CUIDADO DE LOS PIES, USO DE CREMAS HIDRATANTES Y NO EXPOSICIONES PROLONGADAS AL SOL***

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 04 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’cuidado de los pies, uso de cremas hidratantes y No exposiciones prolongadas al sol’’ en los adultos mayores cuyo tema busca el bienestar en ellos mediante el fomento de prácticas adecuadas de cuidado personal, que incluyan el cuidado regular de los pies, el uso de cremas hidratantes para mantener la piel en óptimas condiciones, y la protección contra la exposición prolongada al sol, con el fin de prevenir problemas dermatológicos, mantener la salud de la piel y reducir el riesgo de complicaciones asociadas con estos factores.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. **Cuidado de los Pies**

Importancia:

- **Prevención de Problemas Comunes:** Los pies de los adultos mayores pueden ser propensos a problemas como callosidades, hongos, úlceras, y circulación deficiente.

- **Mantenimiento de la Movilidad:** El cuidado adecuado de los pies es crucial para mantener la movilidad y prevenir caídas.

Prácticas Recomendadas:

- **Higiene Diaria:** Lavar los pies con agua tibia y secarlos bien, especialmente entre los dedos, para prevenir infecciones.
- **Inspección Regular:** Revisar los pies diariamente para detectar cortes, ampollas o cambios en la piel.
- **Corte de Uñas:** Mantener las uñas cortas y recortarlas de manera recta para evitar problemas como uñas encarnadas.
- **Uso de Calzado Adecuado:** Optar por zapatos cómodos, bien ajustados y con buen soporte que no causen presión excesiva.

2. Uso de Cremas Hidratantes

Importancia:

- **Prevención de Sequedad y Agrietamiento:** La piel de los adultos mayores tiende a ser más seca y propensa a agrietarse, lo que puede causar malestar y complicaciones.
- **Mantenimiento de la Elasticidad de la Piel:** La hidratación regular ayuda a mantener la piel flexible y saludable.

Prácticas Recomendadas:

- **Aplicación Regular:** Usar cremas hidratantes adecuadas para la piel de los adultos mayores, aplicándolas diariamente después del baño o cuando la piel esté seca.
- **Elegir Productos Suaves:** Optar por cremas sin fragancias ni ingredientes irritantes para evitar reacciones adversas.

3. No Exposición Prolongada al Sol

Importancia:

- **Prevención de Daños en la Piel:** La exposición prolongada al sol puede causar daño en la piel, como quemaduras solares, envejecimiento prematuro y aumento del riesgo de cáncer de piel.
- **Protección de la Salud General:** Minimizar la exposición al sol ayuda a proteger la salud de la piel y reduce el riesgo de complicaciones asociadas con la radiación UV.

Prácticas Recomendadas:

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

- **Uso de Protector Solar:** Aplicar un protector solar de amplio espectro con un alto factor de protección (SPF) antes de salir al sol y reaplicarlo cada 2 horas.
- **Ropa Protectora:** Usar ropa de manga larga, sombreros y gafas de sol para proteger la piel y los ojos de la exposición directa.
- **Evitar las Horas Pico:** Limitar la exposición al sol durante las horas de mayor intensidad, generalmente entre las 10 a.m. y las 4 p.m.

Así mismo, se enfatizó en el tema que busca un enfoque integral y que implica educar a los adultos mayores sobre la importancia de estas prácticas, proporcionarles los recursos necesarios, y fomentar hábitos regulares que contribuyan a su salud y bienestar general.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Día de cuidado personal: taller de bienestar’’ el objetivo es educar y motivar a los adultos mayores a adoptar prácticas de cuidado personal relacionadas con los pies, la hidratación de la piel y la protección solar, de una manera interactiva y divertida.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia del cuidado de los pies, uso de cremas hidratantes y No exposiciones prolongadas al sol. Se recalca la importancia de pequeños ajustes en la vida diaria para mantener el bienestar físico.

Para concluir, esta actividad enseña y permite a los adultos mayores consolidar el bienestar en ellos mediante el fomento de prácticas adecuadas de cuidado personal.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD

CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 5 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 19 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 05 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ***ESTIMULAR EL CONSUMO DE ALIMENTOS FRESCOS EN LUGAR DE LOS QUE CONTIENEN CONSERVANTES Y PRESERVATIVOS***

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 05 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Estimular el consumo de alimentos frescos en lugar de los que contienen conservantes y preservativos’’ en los adultos mayores cuyo tema es fomentar una alimentación saludable en ellos para promover el consumo de alimentos frescos y naturales en lugar de aquellos que contienen conservantes y preservativos, con el fin de mejorar su nutrición, salud general y calidad de vida, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas y promoviendo una dieta más equilibrada y nutritiva.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

Importancia de los Alimentos Frescos

Beneficios Nutricionales:

- **Vitaminas y Minerales:** Los alimentos frescos suelen ser ricos en vitaminas y minerales esenciales para la salud.
- **Antioxidantes:** Ayudan a combatir el estrés oxidativo y protegen contra enfermedades crónicas.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Efectos en la Salud:

- **Digestión:** Los alimentos frescos, especialmente frutas y verduras, son ricos en fibra, que mejora la digestión y previene problemas gastrointestinales.
- **Prevención de Enfermedades:** Reducen el riesgo de enfermedades relacionadas con la dieta, como la hipertensión y la diabetes tipo 2.

2. Impacto de los Conservantes y Preservativos

Efectos en la Salud:

- **Reacciones Adversas:** Algunos conservantes y preservativos pueden causar reacciones alérgicas o problemas digestivos.
- **Menor Valor Nutritivo:** Los alimentos procesados a menudo tienen menos nutrientes comparados con sus versiones frescas.

Identificación y Reducción:

- **Lectura de Etiquetas:** Aprender a leer etiquetas para identificar y evitar productos con conservantes y preservativos.
- **Elección de Productos:** Optar por productos con ingredientes simples y menos procesados.

3. Estrategias para Estimular el Consumo de Alimentos Frescos

Actividades Prácticas:

- **Visitas a Mercados:** Realizar excursiones a mercados locales y ferias de agricultores para familiarizar a los adultos mayores con opciones frescas.
- **Clases de Cocina:** Ofrecer clases de cocina centradas en la preparación de comidas con ingredientes frescos y saludables.

Promoción y Apoyo:

- **Planificación de Menús:** Ayudar a los adultos mayores a planificar menús semanales que incluyan alimentos frescos.
- **Recetas Saludables:** Proporcionar recetas simples y deliciosas utilizando ingredientes frescos.

Creación de Entornos Favorables:

- **Acceso a Alimentos Frescos:** Facilitar el acceso a productos frescos a través de asociaciones con proveedores locales o jardines comunitarios.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

- **Reducción de Productos Procesados:** Promover la disponibilidad y el uso de alimentos frescos en centros de atención y residencias.

Así mismo, se enfatizó en el tema que busca educar a los adultos mayores sobre los beneficios de los alimentos frescos, reducir su ingesta de productos con conservantes y preservativos, y apoyar prácticas alimenticias que contribuyan a una mejor nutrición, prevención de enfermedades y mejora de la calidad de vida.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Feria de sabores frescos’’ el objetivo es educar a los adultos mayores sobre los beneficios de los alimentos frescos, fomentar su consumo y proporcionarles herramientas para hacer elecciones alimenticias más saludables de una manera divertida e interactiva.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de estimular el consumo de alimentos frescos en lugar de los que contienen conservantes y preservativos. Se recalca la importancia de pequeños ajustes en la vida diaria para mantener el bienestar físico.

Para concluir, esta actividad combina educación, práctica y diversión para motivar a los adultos mayores a elegir alimentos frescos y mejorar su dieta de manera efectiva.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 6 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 20 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 06 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ***EXPRESAR SU SEXUALIDAD Y ESTIMULAR LA CAPACIDAD DE TRASMITIR SENTIMIENTOS***

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 06 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’*expresar su sexualidad y estimular la capacidad de trasmitir sentimientos*’’ en los adultos mayores cuyo tema fomenta el bienestar emocional y la satisfacción personal en ellos al proporcionarles espacios y herramientas para expresar su sexualidad de manera saludable y significativa, así como para estimular y fortalecer su capacidad de comunicar y compartir sus sentimientos y afectos.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

Expresión de la Sexualidad en la Vejez

Importancia:

- Salud Emocional y Física: La sexualidad es una parte integral de la vida humana, que sigue siendo relevante en la vejez. Expresar la sexualidad puede contribuir al bienestar emocional, la autoestima y la calidad de vida.

- Conexión y Plenitud: Mantener una vida sexual activa y satisfactoria puede mejorar la conexión con la pareja y proporcionar un sentido de plenitud y satisfacción personal.

Aspectos Clave:

- Cambios en la Sexualidad: Comprender cómo los cambios físicos y emocionales afectan la sexualidad en la vejez, y proporcionar información sobre cómo adaptarse a estos cambios.
- Comunicación Abierta: Fomentar una comunicación abierta y sin tabúes sobre la sexualidad, tanto con la pareja como con profesionales de la salud.
- Respeto y Dignidad: Abordar la sexualidad en la vejez con respeto y dignidad, evitando estigmatización y promoviendo una visión positiva de la sexualidad en la edad avanzada.

2. Estimular la Capacidad de Transmitir Sentimientos

Importancia:

- Comunicación Emocional: La capacidad de expresar y compartir sentimientos es esencial para mantener relaciones saludables y satisfactorias. Esto incluye la comunicación de afectos, emociones y necesidades.
- Prevención del Aislamiento: La expresión de sentimientos ayuda a prevenir el aislamiento social y emocional, facilitando conexiones más profundas y significativas con otros.
- Bienestar Emocional: La sexualidad en la vejez contribuye al bienestar emocional y puede mejorar la autoestima y la conexión con la pareja. La comprensión de los cambios físicos y emocionales asociados con el envejecimiento, junto con una actitud respetuosa y positiva hacia la sexualidad, permite a los adultos mayores vivir una vida sexual activa y satisfactoria.
- Desafíos y Oportunidades: Aunque pueden surgir desafíos debido a cambios en la salud y la dinámica de pareja, hay oportunidades para mantener una vida sexual saludable a través de la educación, el apoyo profesional y la comunicación abierta.
- Comunicación Emocional: La capacidad para expresar sentimientos y emociones es fundamental para el desarrollo de relaciones significativas y para prevenir el aislamiento emocional. Fortalecer habilidades como la empatía, la escucha activa y la auto-expresión ayuda a los adultos mayores a conectar mejor con los demás y a vivir una vida emocionalmente rica.

Así mismo, se enfatizó en el tema la intencionalidad que busca facilitar un entorno seguro y de apoyo que permita a los adultos mayores explorar y expresar su sexualidad de manera saludable y respetuosa, al mismo tiempo que se estimula y fortalece su capacidad para comunicar sus sentimientos y afectos.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’El reto de la conexión emocional’’ el objetivo es facilitar la expresión de la sexualidad y fortalecer la capacidad

de transmitir sentimientos en los adultos mayores, promoviendo la comunicación abierta y la autoexploración en un ambiente seguro y respetuoso.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de expresar su sexualidad y estimular la capacidad de trasmitir sentimientos.

Para concluir, esta actividad no solo ayuda a los adultos mayores a explorar y expresar su sexualidad y emociones, sino que también promueve una mayor comprensión y conexión entre ellos, contribuyendo a una vida emocionalmente rica y satisfactoria.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle 8a 6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 9 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 21 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 09 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: MEMORIA Y ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 09 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Memoria y estimulación cognitiva’’ en los adultos mayores que abarca una serie de estrategias y actividades diseñadas para preservar y mejorar las capacidades cognitivas en la etapa de envejecimiento. A medida que las personas envejecen, pueden experimentar ciertos cambios en la memoria y otras funciones cognitivas, por lo que es fundamental implementar intervenciones que ayuden a mantener estas habilidades activas y funcionales.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

- **Mantener y fortalecer las capacidades cognitivas**: A través de actividades que trabajen la memoria, la concentración, el lenguaje y el pensamiento lógico.
- **Prevenir o retrasar el deterioro cognitivo**: Se busca minimizar el impacto del envejecimiento en la mente, reduciendo el riesgo de desarrollar trastornos como la demencia o el Alzheimer.
- **Mejorar la calidad de vida**: La estimulación cognitiva ayuda a que los adultos mayores conserven su independencia y afronten los desafíos de la vida cotidiana con mayor facilidad.
- **Memoria:** Ejercicios diseñados para mejorar tanto la memoria a corto como a largo plazo. Actividades incluyen recordar listas, fechas importantes, o experiencias pasadas.
- **Atención y Concentración:** Técnicas para mejorar la capacidad de enfocarse y mantener la concentración en tareas específicas.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

- **Lenguaje:** Actividades que promueven la fluidez verbal, comprensión y expresión, como juegos de palabras y lectura.
- **Razonamiento y Resolución de Problemas:** Juegos y tareas que desafían el pensamiento lógico y la capacidad de resolver problemas complejos.
- **Percepción y Orientación:** Actividades que mejoran la capacidad para interpretar estímulos sensoriales y orientarse en el tiempo y el espacio.

Así mismo, Este enfoque integral sobre la memoria y la estimulación cognitiva está diseñado para ayudar a los adultos mayores a mantener una mente activa y saludable, mejorando su bienestar general y su calidad de vida.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Recuerdo y asociaciones’’ el objetivo es estimular la memoria a corto y largo plazo, así como fomentar la asociación de ideas y la conversación sobre recuerdos.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de tener activa la memoria y estimulación cognitiva. Se refuerzan los aprendizajes relacionados con la memoria y estimulación cognitiva y se les invita a realizar ejercicios diseñados para mejorar tanto la memoria a corto como a largo plazo. Actividades incluyen recordar listas, fechas importantes, o experiencias pasadas, de igual manera, se les sugiere realizar actividades que mejoran la capacidad para interpretar estímulos sensoriales y orientarse en el tiempo y el espacio.

Para concluir, esta actividad no solo es entretenida, sino que también proporciona una excelente oportunidad para que los adultos mayores se conecten con sus recuerdos y compartan sus historias, lo que enriquece su experiencia y bienestar.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle 8a 6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 10 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 22 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 10 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: CREATIVIDAD Y EXPRESIÓN PERSONAL

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 10 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Creatividad y expresión personal’’ en los adultos mayores que se centra en proporcionar a los adultos mayores herramientas y oportunidades para explorar y expresar su creatividad, lo cual puede tener un impacto significativo en su bienestar emocional y social. La creatividad y la expresión personal son fundamentales para el desarrollo personal y la satisfacción en la vejez, ofreciendo medios para la autoexploración, la comunicación y la conexión con otros.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

Importancia de la Creatividad:

- Expresión Emocional: La creatividad permite a los adultos mayores expresar emociones, pensamientos y experiencias personales que pueden ser difíciles de comunicar de otras maneras.
- Enriquecimiento Personal: Actividades creativas pueden proporcionar un sentido de logro y satisfacción personal, enriqueciendo la vida diaria y aportando nuevas formas de autoexploración.
- Bienestar Mental y Emocional: La creatividad puede actuar como un medio para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, promoviendo una actitud positiva y una mayor estabilidad emocional.

Áreas de Enfoque:

- Artes Visuales:

- Pintura y Dibujo: Talleres que permiten a los participantes explorar diferentes técnicas y estilos artísticos.
- Escultura y Manualidades: Actividades que incluyen la creación de esculturas, collage y otras formas de arte tridimensional.

- Escritura y Literatura:
  - Escritura Creativa: Talleres de escritura de cuentos, poesía y relatos personales.
  - Lectura y Discusión: Grupos de lectura y discusión de libros y poesía que fomentan la reflexión y el intercambio de ideas.
- Música y Teatro:
  - Música: Clases de canto, interpretación de instrumentos y creación musical.
  - Teatro: Actividades de teatro y dramatización que permiten a los participantes explorar y expresar emociones a través de la actuación.
- Artes Manuales:
  - Cerámica y Tejidos: Talleres de cerámica, tejido, costura y otras manualidades que estimulan la creatividad y las habilidades motoras.
  - Creación de Objetos: Actividades para hacer objetos decorativos o útiles, promoviendo la imaginación y la habilidad manual.

Así mismo, se enfatiza en la creatividad y expresión personal como un instrumento muy importante para desarrollar y explotar en ellos esos talentos y capacidades que tienen y que muchas veces se quedan guardados sin saber que los pueden potencializar para promover una mayor estabilidad emocional.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Círculo de historias y arte’’ el objetivo es fomentar la expresión personal y la creatividad de los adultos mayores a través de la combinación de narración de historias y creación artística, promoviendo la autoexploración y la interacción social.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la creatividad y la expresión personal como elemento primordial para dinamizar la vida en la etapa de la vejez.

Para concluir, la creatividad y la expresión personal tiene el potencial de enriquecer la vida de los adultos mayores, ofreciéndoles medios para explorar sus intereses, conectarse con otros y disfrutar de una vida más plena y satisfactoria.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 11 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 23 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 11 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ESPIRITUALIDAD Y REFLEXIÓN SOBRE LA VIDA

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 11 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Espiritualidad y reflexión sobre la vida’’ en los adultos mayores en donde la espiritualidad y la reflexión sobre la vida juegan un papel crucial en el bienestar emocional y mental de los adultos mayores. Esta etapa es una oportunidad para explorar y conectar con el sentido más profundo de la existencia, revisar la vida vivida, y encontrar significado y paz interior.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1.Exploración Espiritual:

- **Conexión con el Ser Interior:** Ofrecer oportunidades para que los adultos mayores conecten con su dimensión espiritual, explorando sus creencias, valores y prácticas personales.
- **Respeto a la Diversidad:** Reconocer y valorar la diversidad en las creencias espirituales y religiosas, adaptando las actividades para ser inclusivas de diferentes tradiciones.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

2.Reflexión sobre la Vida:

- **Evaluación de la Vida:** Proporcionar espacios para la reflexión sobre las experiencias de vida, logros y desafíos, ayudando a los participantes a integrar sus experiencias y encontrar sentido en su trayectoria.
- **Autoaceptación y Crecimiento:** Apoyar el desarrollo de una actitud positiva hacia la vida vivida y fomentar la autoaceptación y la gratitud.

3.Bienestar Emocional:

- **Reducción del Estrés:** Incorporar prácticas espirituales que ayuden a reducir el estrés y promover la paz interior.
- **Sentido de Propósito:** Ayudar a los adultos mayores a encontrar y cultivar un propósito significativo en su vida.

4.Conexión Social:

- **Interacción y Apoyo:** Facilitar la conexión entre los participantes a través de actividades grupales que promuevan el intercambio de experiencias y el apoyo mutuo.
- **Sentido de Comunidad:** Fomentar un sentido de pertenencia y comunidad a través de la participación en actividades grupales.

Así mismo, se enfatiza que se debe proporcionar una mayor conexión con el ser interior y las creencias personales, fortaleciendo la espiritualidad, lo cual contribuye a la paz interior y la estabilidad emocional, reduciendo el estrés y la ansiedad.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’El Mapa de la vida’’ el objetivo es facilitar la reflexión personal y espiritual a través de la creación de un "Mapa de la Vida" que permita a los participantes visualizar y compartir sus experiencias de vida, logros, y aspiraciones futuras en un formato interactivo y significativo.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la espiritualidad y la reflexión sobre la vida. Se refuerzan los aprendizajes relacionados con dicho tema y se invita tener espacios de interiorización personal con el Ser supremo como único dueño de nuestra existencia.

Para concluir, esta actividad proporciona una manera significativa y creativa de explorar la vida y la espiritualidad, ayudando a los adultos mayores a reflexionar sobre su camino y a compartir su viaje con otros.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle 8a 6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 12 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 24 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 12 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: MANEJO DE ENFERMEDADES CRÓNICAS

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 12 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Manejo de enfermedades crónicas’’ en los adultos mayores en donde el manejo de enfermedades crónicas en adultos mayores implica un enfoque integral y multidimensional que aborde tanto la gestión médica de las enfermedades como el bienestar general de los pacientes.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1.Educación y Conocimiento

- **Comprensión de la Enfermedad:** Proporcionar información clara sobre la naturaleza de la enfermedad crónica, incluyendo su evolución, síntomas y efectos en el cuerpo.
- **Tratamiento y Medicación:** Explicar los diferentes tratamientos disponibles, cómo funcionan, y la importancia de adherirse al régimen de medicación prescrito. Educar sobre la administración adecuada de medicamentos y el reconocimiento de efectos secundarios.

2. Autogestión y Técnicas de Cuidado

- **Plan de Manejo Personalizado:** Desarrollar un plan de manejo individualizado que incluya estrategias para controlar los síntomas y manejar las complicaciones. Este plan debe ser revisado y ajustado regularmente.

- **Monitoreo de Salud:** Capacitar a los adultos mayores para que realicen el monitoreo regular de su salud, como medir la presión arterial, controlar los niveles de glucosa o llevar un registro de síntomas.

3. Promoción de un Estilo de Vida Saludable

- **Nutrición:** Ofrecer orientación sobre una dieta equilibrada que sea adecuada para la condición específica, con énfasis en la reducción de riesgos asociados a la enfermedad.
- **Actividad Física:** Promover la actividad física regular adaptada a las capacidades del individuo, lo cual puede ayudar a controlar los síntomas y mejorar la movilidad y el estado general de salud.
- **Manejo del Estrés:** Enseñar técnicas de manejo del estrés y la importancia de la salud mental en el manejo de enfermedades crónicas.

4. Apoyo Emocional y Psicosocial

- **Atención Psicológica:** Proporcionar apoyo emocional y psicológico para ayudar a los adultos mayores a enfrentar los desafíos emocionales asociados con vivir con una enfermedad crónica.
- **Grupos de Apoyo:** Facilitar el acceso a grupos de apoyo y redes sociales para compartir experiencias, recibir apoyo y reducir el aislamiento social.

5. Adaptación y Resiliencia

- **Adaptación a los Cambios:** Apoyar a los adultos mayores en la adaptación a los cambios físicos y emocionales que implica vivir con una enfermedad crónica, promoviendo la resiliencia y la capacidad de adaptación.
- **Educación Continua:** Ofrecer educación continua sobre nuevas investigaciones, tratamientos y recursos que puedan mejorar el manejo de la enfermedad crónica.

Así mismo, se enfatiza que al controlar los síntomas y gestionar la enfermedad de manera efectiva, los adultos mayores pueden experimentar una mejor calidad de vida.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’La ruta del bienestar’’ el objetivo es fomentar la educación y el autocuidado en el manejo de enfermedades crónicas de manera interactiva y divertida, promoviendo el conocimiento, la adherencia al tratamiento y el bienestar general.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia del manejo de enfermedades crónicas. Además, se refuerzan los aprendizajes para facilitar la autogestión y empoderar a los adultos mayores a tomar control de su salud, promoviendo una mayor autonomía.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Para concluir, esta actividad no solo facilita el aprendizaje sobre el manejo de enfermedades crónicas, sino que también ofrece una forma amena y efectiva de involucrar a los adultos mayores en su propio cuidado y bienestar.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor
Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 13 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 25 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 13 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: ADAPTACIÓN A LA PÉRDIDA DE CAPACIDADES FÍSICAS

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 13 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Adaptación a la pérdida de capacidades físicas’’ en los adultos mayores que es un proceso complejo que implica varios aspectos, desde la aceptación emocional hasta la implementación de estrategias prácticas para mejorar la calidad de vida.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1.Comprensión y Aceptación del Cambio

- Educación sobre el Cambio: Informar a los adultos mayores y a sus familias sobre las causas y efectos de la pérdida de capacidades físicas, así como sobre las expectativas realistas en cuanto a la evolución de la condición.
- Aceptación Emocional: Facilitar el proceso de aceptación mediante el apoyo emocional y psicológico, ayudando a los adultos mayores a manejar sentimientos de pérdida, frustración y ansiedad.

2. Estrategias para Mejorar la Funcionalidad

- Modificación del Entorno: Realizar ajustes en el hogar para mejorar la accesibilidad y la seguridad, como instalar barras de apoyo en el baño, rampas para sillas de ruedas, y eliminar obstáculos en el camino.
- Uso de Dispositivos de Asistencia: Introducir y enseñar el uso de tecnologías y dispositivos asistidos, como bastones, andadores o sillas de ruedas, para facilitar la movilidad y el autocuidado.

3. Promoción de la Independencia

- Desarrollo de Habilidades Adaptativas: Ofrecer entrenamiento en técnicas de autocuidado adaptativas que permitan a los adultos mayores realizar actividades cotidianas con mayor facilidad, como técnicas de transferencia o métodos para vestirse y asearse de manera independiente.
- Fomento de la Autonomía: Proporcionar estrategias para que los adultos mayores puedan tomar decisiones informadas sobre su cuidado y su vida diaria, promoviendo así su autonomía.

4. Apoyo Psicosocial y Emocional

- Asesoramiento y Terapia: Brindar acceso a servicios de asesoramiento y terapia para abordar el impacto emocional de la pérdida de capacidades físicas y ayudar a desarrollar habilidades de afrontamiento.
- Grupos de Apoyo: Facilitar la participación en grupos de apoyo donde los adultos mayores puedan compartir experiencias y recibir comprensión y apoyo de sus pares.

Así mismo, se enfatiza el promover la independencia y la capacidad de los adultos mayores para gestionar su vida diaria a pesar de las limitaciones físicas. También se ofrece apoyo emocional y psicológico para enfrentar la pérdida de capacidades con una actitud positiva y resiliente.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Circuito de adaptación y desafío’’ el objetivo es facilitar la adaptación a la pérdida de capacidades físicas mediante actividades lúdicas que promuevan habilidades adaptativas, movilidad, y confianza en el uso de dispositivos asistidos.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de adaptación a la pérdida de capacidades físicas. Se refuerzan los aprendizajes en cuanto a la adaptación a la pérdida de capacidades físicas en los adultos mayores que es un proceso multifacético y que requiere un enfoque integral.

Para concluir, esta actividad no solo proporciona una oportunidad para mejorar habilidades adaptativas y funcionales en los adultos mayores, sino que también ofrece un espacio para la socialización y el apoyo emocional, esenciales para enfrentar la pérdida de capacidades físicas de manera positiva y efectiva.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta:

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

Evidencia fotográfica





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

AGOSTO DE 1756 TRABAJO VIRTUD VALOR

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 16 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 26 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 16 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: MENTE ACTIVA

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 16 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Mente Activa’’ en los adultos mayores que se refiere a la implementación de estrategias, actividades y hábitos que estimulen las funciones cognitivas, con el objetivo de mantener y mejorar la salud mental y emocional en esta etapa de la vida. Este enfoque reconoce que, aunque el envejecimiento trae consigo cambios naturales en la capacidad cognitiva, es posible mantener la mente ágil y evitar el deterioro prematuro mediante un estilo de vida que fomente el aprendizaje, la socialización y la creatividad.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

- **Estimulación cognitiva:** Realización de ejercicios mentales que involucren la memoria, el razonamiento lógico, la resolución de problemas y el aprendizaje de nuevas habilidades (como juegos de mesa, crucigramas, lecturas, talleres de aprendizaje).
- **Fomento de la creatividad:** Participación en actividades como la pintura, la música, la escritura o cualquier forma de expresión artística que estimule diferentes áreas del cerebro.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

- **Socialización:** Participar en actividades grupales que favorezcan el intercambio de ideas, el trabajo en equipo y el establecimiento de relaciones sociales, lo que también ayuda a prevenir el aislamiento.
- **Desafíos mentales progresivos:** Introducción gradual de retos que promuevan el pensamiento crítico, la planificación y la adaptación, como aprender un idioma, jugar juegos de estrategia o resolver problemas matemáticos.
- **Salud física y emocional:** Establecer un vínculo entre la actividad física y mental, ya que el ejercicio físico también mejora la salud cognitiva. Además, se trabaja en el manejo de emociones y el control del estrés, dado que el bienestar emocional influye en el rendimiento cognitivo.

Así mismo, se enfatiza el promover las actividades mentales regulares que pueden retrasar o prevenir enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer y otras demencias.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Juego de vasos musicales’’ el objetivo es estimular la coordinación, la atención, la memoria auditiva y la capacidad de seguir instrucciones a través de un juego dinámico con vasos.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de fomentar una mente activa. Se refuerzan los aprendizajes en el concepto de Mente Activa en adultos mayores que no solo se centra en la preservación de las capacidades cognitivas, sino también en el mantenimiento de una vida plena, satisfactoria y llena de propósito.

Para concluir, esta actividad no solo es entretenida, sino que también conecta emocionalmente a los adultos mayores, haciendo que se sientan rejuvenecidos y animados, mientras mantienen su mente activa y fortalecen sus habilidades cognitivas.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Evidencia fotográfica









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

AGOSTO DE 1756
TRABAJO VIRTUD VALOR

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 17 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 27 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 17 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: MOTRICIDAD

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 17 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Motricidad’’ en los adultos mayores que se refiere a la capacidad de realizar movimientos y actividades físicas que involucran la coordinación, fuerza, flexibilidad y equilibrio. A medida que las personas envejecen, es natural que experimenten cambios en estas capacidades, pero el mantenimiento y mejora de la motricidad sigue siendo fundamental para la salud y calidad de vida.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. **Coordinación:**
   - Definición: La capacidad de utilizar diferentes partes del cuerpo de manera eficiente y armoniosa.
   - Importancia: Mantener una buena coordinación ayuda en la realización de tareas cotidianas y en la prevención de accidentes.
2. **Equilibrio:**

- Definición: La capacidad de mantener una postura estable, ya sea en movimiento o en reposo.
- Importancia: Un buen equilibrio es crucial para prevenir caídas, que son una causa común de lesiones en adultos mayores.

3. **Fuerza:**
   - Definición: La capacidad de ejercer fuerza muscular para mover objetos o el propio cuerpo.
   - Importancia: La fuerza muscular es necesaria para realizar actividades diarias, como levantarse de una silla, caminar y cargar objetos.
4. **Flexibilidad:**
   - Definición: La capacidad de mover las articulaciones a través de un rango completo de movimiento.
   - Importancia: La flexibilidad ayuda a mantener una buena postura, prevenir rigidez y facilitar los movimientos diarios.
5. **Resistencia:**
   - Definición: La capacidad de mantener la actividad física durante un período prolongado.
   - Importancia: La resistencia permite a los adultos mayores participar en actividades diarias sin sentirse excesivamente fatigados.

Así mismo, se subraya que la motricidad en los adultos mayores es crucial para mantener su autonomía, prevenir lesiones y mejorar su calidad de vida. Un enfoque integral que incluya ejercicios físicos adecuados y un estilo de vida activo es fundamental para lograr estos objetivos.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Desafío de vasos y papel higiénico’’ el objetivo es mejorar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la destreza manual mediante una serie de desafíos utilizando vasos y papel higiénico, fomentando al mismo tiempo la diversión y la socialización.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la motricidad. Se refuerzan los aprendizajes en cuanto al desarrollo de la capacidad de mantener el equilibrio y usar la fuerza de manera controlada y estimular el control de movimientos precisos y la manipulación de objetos.

Para concluir, esta actividad es flexible y puede adaptarse a diferentes niveles de habilidad, asegurando que todos los adultos mayores puedan disfrutar y beneficiarse mientras trabajan en su motricidad.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

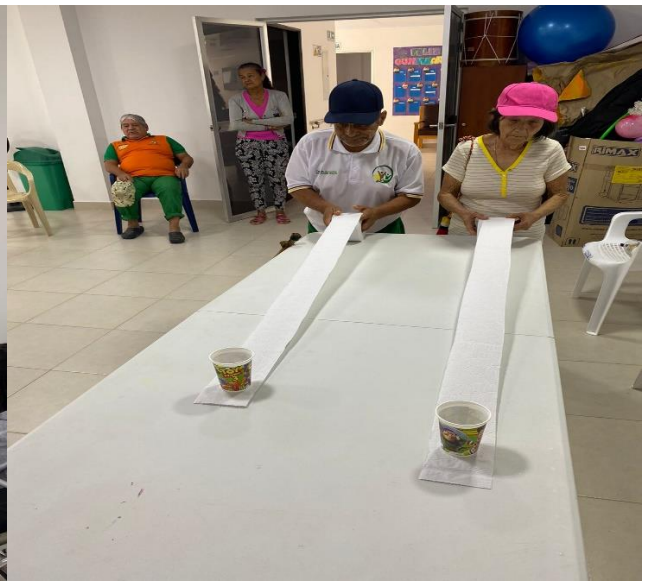
Se firma la presente acta

_____
ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

AGOSTO DE 1756
TRABAJO VIRTUD VALOR

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 18 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 28 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 18 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: RESPIRACIÓN ACTIVA

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 18 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Respiración Activa’’ en los adultos mayores que se refiere a la práctica consciente de técnicas de respiración que tienen el objetivo de mejorar la función respiratoria, promover la relajación y aumentar el bienestar general. A medida que las personas envejecen, la capacidad pulmonar y la eficiencia respiratoria pueden disminuir, por lo que incorporar ejercicios de respiración puede ser muy beneficioso.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. **Mejora de la Capacidad Respiratoria:**
    - **Ejercicio:** Técnicas como la respiración diafragmática ayudan a expandir la capacidad pulmonar y optimizar el intercambio de oxígeno.
    - **Beneficio:** Facilita una mejor oxigenación de los tejidos y puede mejorar la energía y la vitalidad.
2. **Reducción del Estrés y la Ansiedad:**

- **Ejercicio:** Técnicas de respiración profunda y controlada, como la respiración 4-7-8 (inhala durante 4 segundos, retiene durante 7 segundos, exhala durante 8 segundos), ayudan a inducir la relajación.
- **Beneficio:** Disminuye los niveles de cortisol, lo que reduce el estrés y mejora el bienestar emocional.

3. **Fomento de la Relajación:**
   - **Ejercicio:** Prácticas como el yoga y el Tai Chi integran la respiración con el movimiento para promover una mayor relajación.
   - **Beneficio:** Ayuda a calmar la mente y el cuerpo, lo que contribuye a un mejor estado general.
4. **Apoyo a la Salud Física:**
   - **Ejercicio:** Ejercicios de respiración pueden fortalecer los músculos respiratorios y mejorar la circulación.
   - **Beneficio:** Mejora la resistencia y facilita la recuperación tras esfuerzos físicos.
5. **Mejora de la Calidad del Sueño:**
   - **Ejercicio:** Técnicas de respiración lenta y profunda antes de dormir ayudan a preparar el cuerpo para el descanso.
   - **Beneficio:** Puede mejorar la calidad del sueño y facilitar un sueño más reparador.

Así mismo, se fomenta que la respiración activa para adultos mayores es una herramienta valiosa para mejorar la función respiratoria, reducir el estrés, y fomentar una mayor salud y bienestar general.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Desafío de respiración con vasos y pitillos’’ el objetivo es mejorar la capacidad respiratoria, la coordinación y la diversión mediante la práctica de técnicas de respiración utilizando vasos y pitillos.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la respiración activa. Se refuerzan los aprendizajes en cuanto a fortalecer los músculos respiratorios y aumentar la eficiencia de la respiración.

Para concluir, esta actividad combina la respiración activa con elementos lúdicos, proporcionando una forma divertida y efectiva de mejorar la capacidad respiratoria en los adultos mayores.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Se firma la presente acta

_____

ALEXANDER AGUDELO BARRERA
TEOLOGO
Profesional de apoyo
Centro De Bienestar Pata El Adulto Mayor

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

AGOSTO DE 1756
TRABAJO VIRTUD VALOR

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 19 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 29 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 19 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: HABILIDAD Y EQUILIBRIO

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 19 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Habilidad y Equilibrio’’ en los adultos mayores que son aspectos cruciales para mantener una buena calidad de vida, prevenir caídas y fomentar la autonomía.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. Habilidad en Adultos Mayores

Importancia:

- **Funcionalidad Diaria**: Permite a los adultos mayores realizar tareas cotidianas, como vestirse, cocinar y moverse por la casa con mayor facilidad.
- **Prevención de Lesiones**: Mejora la capacidad de manejar herramientas y realizar movimientos con precisión, lo que puede reducir el riesgo de accidentes y lesiones.
- **Independencia**: Fomenta la autonomía al permitir que los adultos mayores realicen actividades sin ayuda externa.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Ejemplos de Ejercicios para Mejorar la Habilidad:

- **Ejercicios de Coordinación**: Lanzar y atrapar pelotas, actividades que requieran movimientos sincronizados de manos y pies.
- **Ejercicios de Agarre**: Usar pelotas de goma o herramientas de agarre para fortalecer los músculos de las manos y mejorar la destreza.
- **Actividades Funcionales**: Simular tareas diarias, como levantar objetos o moverse en un entorno simulado de la vida cotidiana.

2. Equilibrio en Adultos Mayores

Importancia:

- **Prevención de Caídas**: Un buen equilibrio es crucial para reducir el riesgo de caídas, que pueden causar fracturas y otros tipos de lesiones.
- **Seguridad en la Movilidad**: Mejora la capacidad para moverse de manera segura tanto en el hogar como en el entorno comunitario.
- **Participación en Actividades**: Facilita la participación en actividades recreativas y sociales, contribuyendo a una mejor calidad de vida.

Así mismo, se enfatiza y se invita a enfocar esfuerzos para mejorar la habilidad y el equilibrio de los adultos mayores, pues es esencial para mantener su independencia, seguridad y calidad de vida. A través de ejercicios específicos y estrategias bien diseñadas, es posible lograr mejoras significativas en su capacidad funcional, reducir el riesgo de caídas y fomentar una vida activa y plena.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula, ‘’Desafío con vasos y la pelota’’ el objetivo es fortalecer el equilibrio estático y dinámico.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la habilidad y el equilibrio. Se refuerzan los aprendizajes en cuanto a mejorar la coordinación mano-ojo y la habilidad motora.

Para concluir, esta actividad lúdica y recreativa con vasos y pelotas son una excelente manera de mejorar la habilidad y el equilibrio en los adultos mayores. Ofrecen una forma entretenida de trabajar la coordinación y el equilibrio, al tiempo que promueven la socialización y el disfrute.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

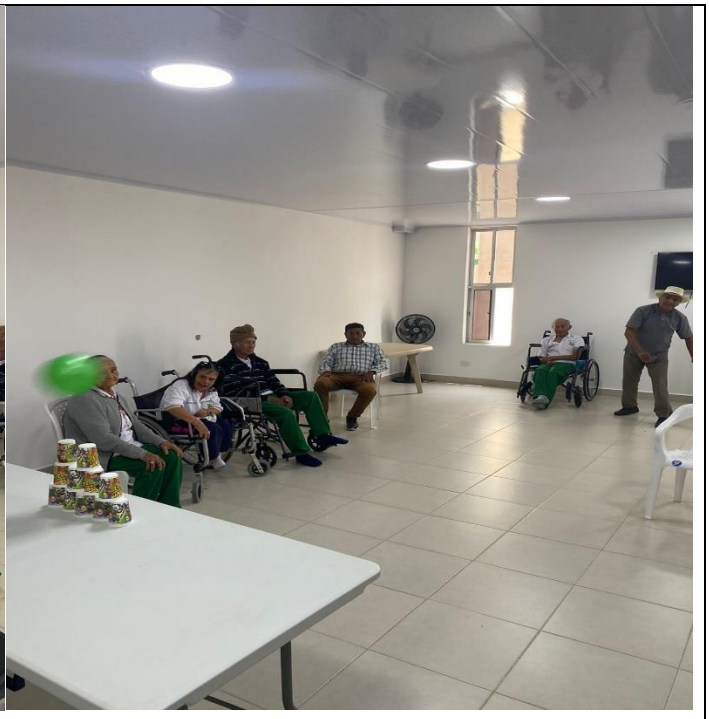





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

INSUMOS DE ENFERMERIA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

ACTA 030

Fecha: 19 DE SEPTIEMBRE DE 2024

HORA: 03:00 P.M.

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

REALIZO: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza solicitud de los insumos de ENFERMERIA requeridos para el centro de bienestar del adulto mayor.

En el listado a continuación:

Guantes quirúrgicos	1 caja
Acetaminofén	1 caja
Tapabocas	1 caja
Tensiómetro digital	1 unidad
Saturador	1 unidad
Fonendoscopio	1 unidad
Gasas	2 cajas
Vendas	2 unidades
Algodón	1 unidad

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Jeringas 3 cc	10 unidades
Alcohol	1 tarro
Espadrapo	1 unidad
Micropore	3 unidades
Cuellos ortopédicos	Kit
Sabanas tira resorte para camilla	5 unidades
Solución salina	3 bolsas
Bajalenguas	1 caja
Preservativos	1 caja X 3 unidades

Yoriana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

COORDINADORA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

INSUMOS ACTIVIADAES

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

ACTA 031

Fecha: 19 DE SEPTIEMBRE 2024

HORA: 10:00 a.m.

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza solicitud de los insumos de papelería requeridos para el centro de bienestar del adulto mayor, para el desarrollo de las actividades.

En el listado a continuación:

LISTADO DE MATERIALES PARA ACTIVIDADES CON LOS ADULTOS MAYORES

3 redma de papel blanco tamaño carta

3 blog de papel colores tamaño carta

1 redma de papel kimberly

2 paquetes de bombas

2 caja de lapiceros

2 caja de lápices

5 caja de colores

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

1 caja de marcadores borrables

10 pliegos de papel cartulina

1 grapadora – ganchos

1 perforadora

1 saca ganchos

5 libros de actas 200 folios

Papel bond en todos los colores

Papel ceda en varios colores

Papel cristal en todos los colores

Fomi en todos los colores

1 pistola para silicona

1 bolsa de silicona en barra

Pinceles

Temperas por 250 ml rosado, verde, blanco, azul, morado, café, amarillo, rojo

1 tarro de Colbon grande

10 aros

10 conos

Yhoryana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

COORDINADORA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

MERCADO SEMANAL

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

ACTA 032

FECHA:20 DE SEPTIEMBRE 2024

HORA: 05:00 PM

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza para dejar constancia de los alimentos que llegan al centro de bienestar para el adulto mayor del municipio de Acevedo, verificando cantidades y calidades.

- Alimentos recibidos para 15 beneficiarios internos y 30 externos del centro.
- Se anexa evidencia fotográfica del producto con su calidad y peso correspondiente.

a continuación, encuentran los productos recibidos

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PRODUCTOS PERECEDEROS		
AGUACATE	2 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

TOMATE	25 libras	
CEBOLLA CABEZONA	25 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

BATAVIA	4 libras	
PAPA CRIOLLA	60 unidades	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PAPA SABANERA	20 libras	
AJO	2 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PEPINO	4 libras	
CILANTRO	1 libra	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

LIMON	2 libras	
PIMENTON	2 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

ZANAHORIA	16 libras	
HABICHUELA	4 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

SANDIA	34 libras	
PAPAYA	34 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PLATANO	17 libras	
BANANO	60 unidades	

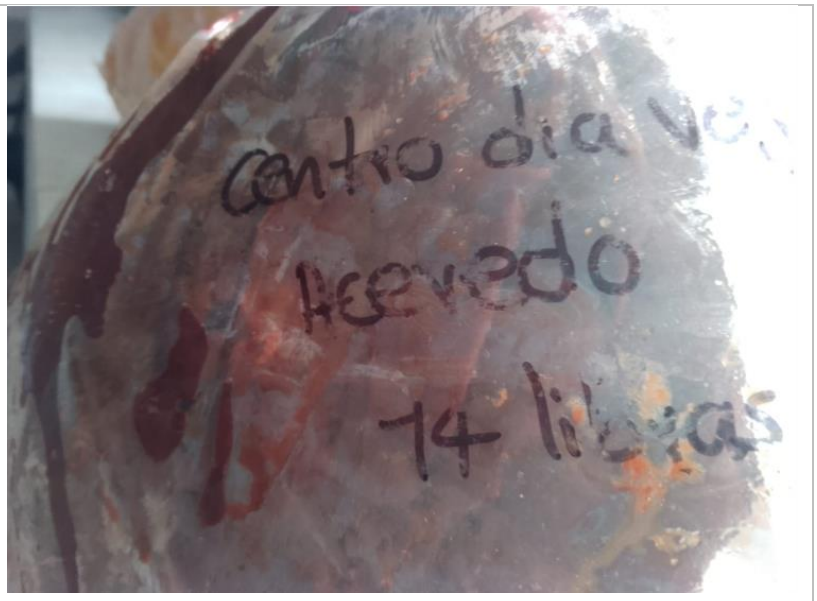
Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

MANDARINA	60 unidades	
NARANJA	120 libras	
PROTEÍNAS		

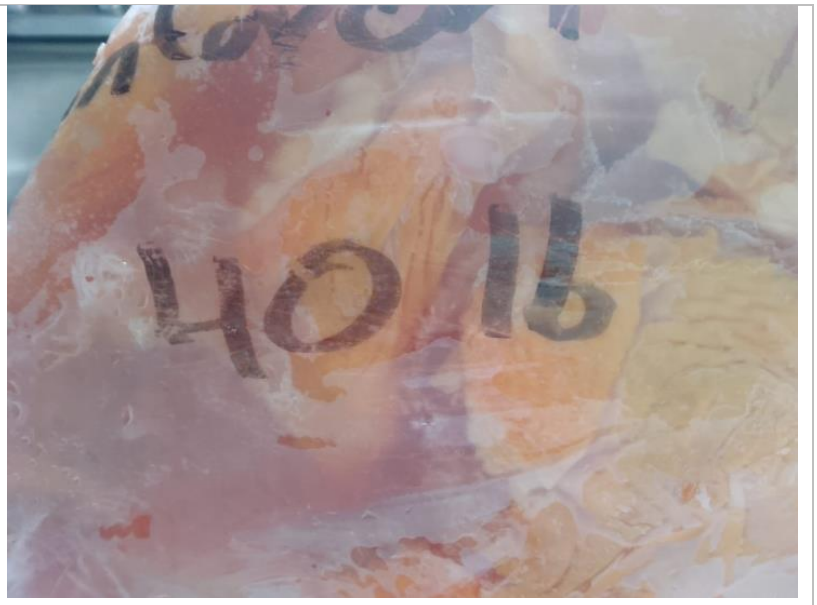
Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HÍGADO	14 libras	
CERDO	18 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

POLLO	40 libras	
RES	40 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HUEVOS	5 cubetas	
LECHE	28 bolsas	
PRODUCTOS NO PERECEDEROS		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PANELA	4 libras	
AVENA EN HOJUELAS	3 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

SPAGUETI	14 pq * 250 g	
MACARRONES	14 Pq * 250	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CABELLO DE ANGEL	1 PQ *250 g	
ARVEJA VERDE	1 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

FRIJOL	1 libras	
GALLETAS	3 pq * 4 tacos	
HARINA DE MAIZ AMARILLO	3 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

ACEITE	10 frascos* 500 ml	
ARROZ	43 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CHOCOLATE	1 libra	
HARINA	7 libras	
Sal	1 kilo	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Pan bimbo	2 paquetes	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Mogolla	30 unidaes	

OBSERVACIONES

Los productos que no fueron recibidos son los siguientes

- Harina de plátano 1 libra
- Gelatina 1 libra
- Maicena 1 libra
- Aromática 15 unidades
- Mazamorra 1 libra
- Café 1 libras

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

- Zapallo 3 libras

El hígado llego en las siguientes porciones, de parte de la proveedora están despachando los sobrantes



LISTADOS RECIBIDOS

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**	

MODELO DE ACTA DE ENTREGA DE MERCADO CENTRO DE BIENESTAR AL ADULTO MAYOR

fecha de entrega: 23/09/2024 | SEMANA DEL | DEL 23 AL | MES | SEPTIEMBRE

El día de hoy la EAS, hace entrega de los alimentos relacionados en la presente acta correspondiente a la Semana 3 de los Menús
 # ,15,16,17,18,19,20,21 CENTRO DE BIENESTAR AL ADULTO MAYOR ACEVEDO

ALIMENTO	CANTIDAD TOTAL gr/ml	ENTREGA: UNIDAD DE COMPRA/ PRESENTACION COMERCIAL	ENTREGA: CANTIDAD A ENTREGAR	RECIBI: C	RECIBI: NC	OBSERVACIONES
Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada	28	BOLSAS		X		
Res, carne magra, cruda	45	LIBRAS		X		
Pollo, pechuga con piel, cruda	60	LIBRAS		X		
Res, higado, crudo	14	LIBRAS		X		
Cerdo, carne magra, cruda	5	LIBRAS		X		
Huevo de corral	7	LIBRAS		X		
Magdalena, integral, horneada	30	UNIDADES DE 40 GRAMOS		X		
Galletas saladas, tipo soda	2	CAJAS DE 450 GRAMOS		X		
Pan blanco, regular, horneado	15	UNIDADES		X		
Plátano harton, maduro, crudo	17	LIBRAS		X		
Cilantro, crudo	2	LIBRA		X		
Plátano harton, verde, crudo	7	LIBRAS		X		
Papallo, crudo	3	LIBRAS			X	
Papaya, maduro, cruda	30	LIBRAS		X		
Habichuela, cruda	4	LIBRAS		X		
Pimenton rojo, crudo	2	LIBRAS		X		
Limón, crudo	2	LIBRA		X		
Mandarina, cruda	60	MANDARIA		X		
Naranja, cruda	120	LIBRAS		X		
Mango comun, crudo	32	LIBRAS				
Tomate, crudo	25	LIBRAS		X		
Zanahoria, sin cascara, cruda	28	LIBRAS		X		
Pepino cohombro, crudo	4	LIBRAS		X		
Cebolla cabezona, cruda	25	LIBRAS		X		
Cebolla junca, tallos, cruda	28	LIBRAS		X		
Ajo, crudo	2	LIBRA		X		
Papa, variedad criolla, sabanera, sin cascara, cruda	20	LIBRAS		X		
Banano comun, crudo	60	UNIDADES		X		
Papa, variedad hartona, criolla, con cascara, cruda	60	UNIDADES		X		
Lechuga comun, cruda	4	LIBRAS		X		
Plátano con o guineo, verde, crudo	4	LIBRA		X		
Aguacate Hass, crudo	2	LIBRAS		X		
Arveja verde, cruda	2	LIBRA		X		
Tomillo, cruda	2	LIBRAS			X	NC 35 34 16.
Harina de maiz amarillo, precocida	5	LIBRAS		X		
Galletas con azucar, en paleo	2	CAJAS DE 450 GRAMOS			X	
Arroz blanco, pulido, crudo	21	LIBRAS		X		
Avena en hojuelas, presentada	2	BOLSAS		X		
Chocolate, en pastilla, con azucar	1	LIBRA		X		
Aceite de soya	10	FRASCOS DE 500		X		
Harina de trigo, fortificada, todo proposito, cruda	2	LIBRAS		X		
Harina de platano, cruda	1	LIBRA				
panela	4	LIBRA		X		
Frijol cargamanto rojo, crudo	1	LIBRA		X		
Mayonesa chiquita	1	LIBRA			X	
Mayonesa	1	CAJAS DE 450 GRAMOS			X	
mayonesas	24	PAQUETES DE 250		X		
Cabello de angel	1	PAQUETES DE 250		X		
Espaguetis	14	PAQUETES DE 250		X		
AROMATICA	30	UNIDADES			X	
Huevo de gallina, entero, crudo	5	paletas		X		
Cafe	1	LIBRA			X	
SAL	1	KILO		X		
Galletas saladas, tipo soda	1	paquete		X		

Escaneado con CamScanner

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Yoriana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

COORDINADORA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

AGOSTO DE 1756
TRABAJO VIRTUD VALOR

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTIVIDAD
CHARLA PSICOSOCIAL, LÚDICA Y RECREATIVA DE FECHA 20 DE SEPTIEMBRE DE 2024

ACTA 33 de 2024

Lugar: Salón de Capacitación **Fecha:** septiembre 20 de 2024

Persona que Convoca: ALEXANDER AGUDELO BARRERA

TEMA: COORDINACIÓN ACTIVA

Con el propósito de estimular y fortalecer hábitos de vida saludable a los adultos mayores, por parte del profesional quien dirige dicho proceso de acompañamiento, se convoca a una charla formativa junto con una actividad lúdica y recreativa siendo las 10:00am del día 20 de septiembre de 2024.

Se inicia la charla formativa con la intervención del profesional Alexander Agudelo Barrera en donde se muestra la temática ‘’Coordinación Activa’’ en los adultos mayores que se refiere a la capacidad de

sincronizar y controlar los movimientos del cuerpo para realizar tareas con eficacia y seguridad. Este concepto es esencial para mantener la funcionalidad y la calidad de vida a medida que se envejece.

Se enmarca algunos puntos claves como los siguientes:

1. **Definición y Componentes:**

- **Coordinación Motora:** La capacidad de ejecutar movimientos precisos y controlados mediante la integración de diferentes grupos musculares.
- **Coordinación Ojo-Mano y Ojo-Pie:** La habilidad para coordinar los movimientos de las manos y los pies con la visión para realizar tareas específicas.
- **Equilibrio y Estabilidad:** Mantener el control del cuerpo en diferentes posiciones y durante el movimiento para prevenir caídas y lesiones.

2. **Importancia de la Coordinación Activa:**

- **Prevención de Caídas:** Un buen equilibrio y coordinación ayudan a prevenir caídas, que son una de las principales causas de lesiones en adultos mayores.
- **Funcionalidad en la Vida Diaria:** Mejora la capacidad de realizar tareas cotidianas como vestirse, cocinar y moverse por el hogar de manera segura y eficiente.
- **Independencia y Autonomía:** Facilita la capacidad para llevar a cabo actividades diarias sin asistencia, promoviendo la autonomía y la independencia.

3. **Beneficios de Mejorar la Coordinación Activa:**

- **Salud Física:** Aumenta la fuerza y la flexibilidad, contribuyendo a una mejor salud muscular y ósea.
- **Bienestar Cognitivo:** Estimula la mente al involucrar procesos cognitivos en la ejecución de movimientos coordinados, lo cual puede ayudar a mantener la agilidad mental.
- **Participación Social:** Facilita la participación en actividades recreativas y sociales, lo que puede mejorar el bienestar emocional y la calidad de vida.

Así mismo, se enfatiza que la coordinación activa es crucial para el bienestar general de los adultos mayores. Mejorar la coordinación no solo contribuye a la prevención de caídas y lesiones, sino que también mejora la funcionalidad, la independencia y la calidad de vida. Implementar actividades y programas específicos para mejorar la coordinación activa puede tener un impacto positivo significativo en la salud y el bienestar de los adultos mayores.

Posteriormente, se desarrolla la actividad lúdica y recreativa como adición a la charla en donde los adultos mayores se integran y comparten sus experiencias para asimilar la temática recibida. La actividad titula,

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

‘’Juego de coordinación con vaso y periódico’’ el objetivo es mejorar el equilibrio y la precisión en los movimientos.

Para ir dando cierre a la actividad se realiza una discusión en grupo sobre la importancia de la coordinación activa. Se refuerzan los aprendizajes en cuanto al equilibrio y la destreza motora.

Para concluir, esta actividad es efectiva para mejorar la coordinación activa en los adultos mayores. Utilizando materiales simples, la actividad no solo trabaja habilidades motrices esenciales, sino que también fomenta la participación social y el disfrute.

No siendo más los temas y actividades para tratar, se da por terminada la sesión siendo las 12:00 p.m.

Se firma la presente acta:

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**






Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Centro de Bienestar para el adulto mayor

Calle8a6-25 Barrio Centro, Acevedo Huila

ACTA SOCIALIZACION DE DEBERES Y DERECHO A LOS USUARIOS DEL CBAM 034

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	Socializar con los usuarios internos de la institución los deberes y derechos que tienen como adulto mayores residentes de la institución.
AGENDA	1. Bienvenida 2. Inicio de la capacitación 3. Cierre y agradecimiento
DESARROLLO	El día 25 de septiembre siendo las 10:00 am, se dio inicio al encuentro con un saludo por parte de la coordinadora del centro de bienestar Yoriana Camila Castro a los adultos mayores internos del centro de bienestar pare el adulto mayor. Como primer punto se explica que es un deber y que es un derecho, dando a conocer la importancia de los deberes y derechos del adulto mayor; los cuales deben ser tratados con respeto, dignidad y en igualdad de condiciones, brindándoles una atención

	adecuada en los servicios prestados en la institución: enfermería, nutrición, servicios generales, etc. Como primer punto se socializa el manual de convivencia del centro de bienestar para el adulto mayor, el cual fue aceptado por cada uno de los usuarios el día de su ingreso a la institución. Como segundo punto se socializan los deberes y derechos de los adultos mayores. Se socializa la misión y visión del centro de bienestar para el adulto mayor, recalcando que los funcionarios y la institución están para mejorar su calidad de vida, resaltando que la institución siempre busca la mejora continua de los servicios prestados. Se realiza marcha final y agradecimiento.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**





Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

MERCADO SEMANAL

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

ACTA 035

FECHA:27 DE SEPTIEMBRE 2024

HORA: 05:00 PM

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza para dejar constancia de los alimentos que llegan al centro de bienestar para el adulto mayor del municipio de acevedo, verificando cantidades y calidades.

- Alimentos recibidos para 15 beneficiarios internos y 30 externos del centro.
- Se anexa evidencia fotográfica del producto con su calidad y peso correspondiente.

a continuación, encuentran los productos recibidos

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PRODUCTOS PERECEDEROS		
AGUACATE	2 libras	
TOMATE	25 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CEBOLLA CABEZONA	25 libras	
BATAVIA	4 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PAPA CRIOLLA	60 unidades	
PAPA SABANERA	20 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

AJO	2 libras	
PEPINO	4 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CILANTRO	1 libra	
LIMON	2 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PIMENTON	2 libras	
ZANAHORIA	16 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HABICHUELA	4 libras	
SANDIA	34 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PAPAYA	34 libras	
PLATANO	17 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

BANANO	60 unidades	
MANDARINA	60 unidades	

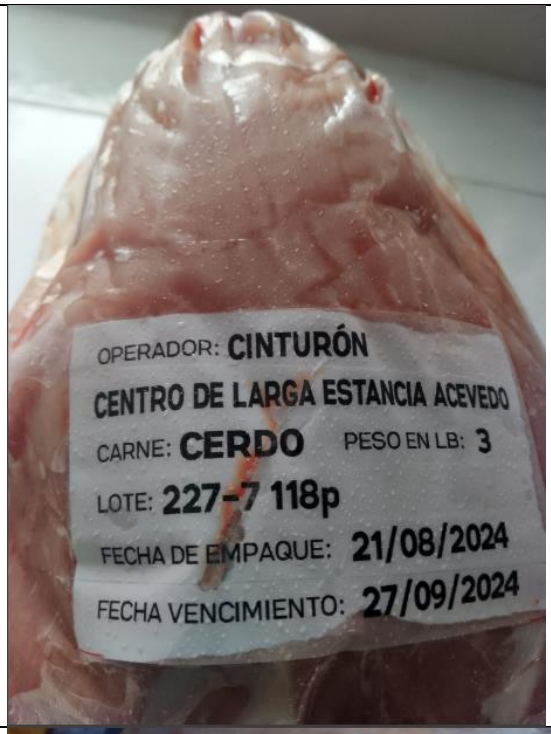
Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

NARANJA	120 libras	
PROTEINAS		
HIGADO	15 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CERDO	18 libras	
POLLO	44 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HUESO	7 L		
RES	54 libras		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HUEVOS	5 cubetas	
LECHE	28 bolsas	
PRODUCTOS NO PERECEDEROS		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PANELA	4 libras	
AVENA EN HOJUELAS	3 libras	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

MACARRONES	14 Pq * 250	
CABELLO DE ANGEL	1 PQ *250 g	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

ARVEJA VERDE	1 libras	
FRIJOL	1 libras	
GALLETAS	3 pq * 4 tacos	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HARINA DE MAIZ AMARILLO	3 libras	
ACEITE	10 frascos * 500 ml	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

ARROZ	43 libras		
CHOCOLATE	1 libra		
HARINA	7 libras		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Sal	1 kilo	
Pan bimbo	2 paquetes	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Mogolla	30 unidaes		

OBSERVACIONES

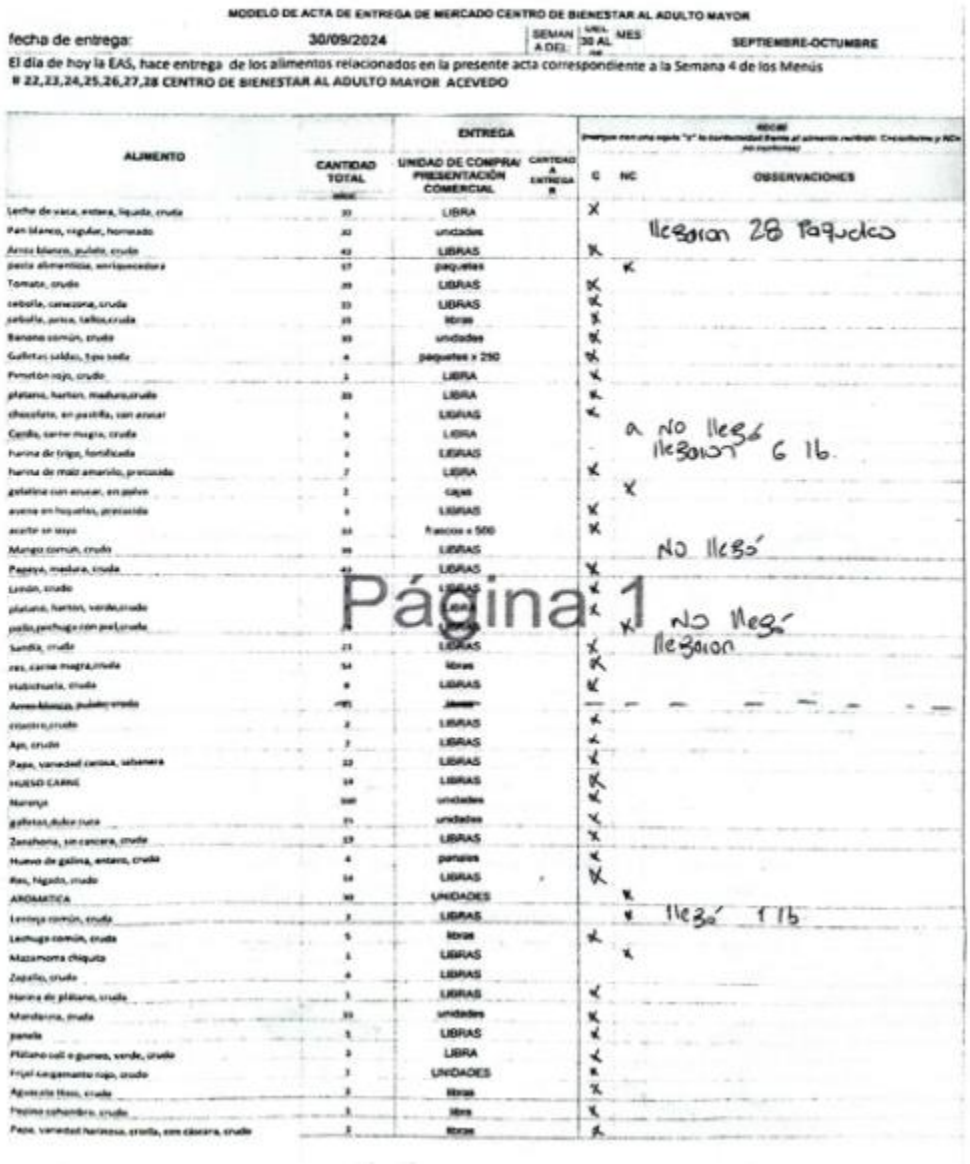
Los productos que no fueron recibidos son los siguientes

- Gelatina 2 lb
- Pasta alimenticia 17 pq
- Cerdo 9 lb
- Pollo 28 lb
- Aromática 30 unidades
- Lenteja 2 lb
- Mazamorra 1 lb

LISTADOS RECIBIDOS

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**



MODELO DE ACTA DE ENTREGA DE MERCADO CENTRO DE BIENESTAR AL ADULTO MAYOR

fecha de entrega: 30/09/2024 | SEMANA DEL: 30 AL | MES: SEPTIEMBRE-OCTUMBRE

El dia de hoy la EAS, hace entrega de los alimentos relacionados en la presente acta correspondiente a la Semana 4 de los Menús # 22,23,24,25,26,27,28 CENTRO DE BIENESTAR AL ADULTO MAYOR ACEVEDO

ALIMENTO	CANTIDAD TOTAL	ENTREGA: UNIDAD DE COMPRA/ PRESENTACIÓN COMERCIAL	ENTREGA: CANTIDAD A ENTREGAR	RECIBE: C	RECIBE: NC	OBSERVACIONES
Leche de vaca, entera, liquida, cruda	33	LIBRA		X		
Pan blanco, regular, horneado	32	unidades				llegaron 28 Paquetes
Arroz blanco, pulido, crudo	42	LIBRAS		X		
pasta alimenticia, enriquecidos o	17	paquetes			X	
Tomate, crudo	39	LIBRAS		X		
cebolla, cabezona, cruda	33	LIBRAS		X		
cebolla, junca, tallo, cruda	23	libras		X		
Banano común, crudo	33	unidades		X		
Galletas saladas, tipo soda	4	paquetes x 250		X		
Pimentón rojo, crudo	3	LIBRA		X		
platano, harton, maduro, crudo	33	LIBRA		X		
chocolate, en pastilla, con azucar	1	LIBRAS		X		
Caldo, carne magra, cruda	9	LIBRA				a no llegó llegaron 6 lb.
harina de trigo, fortificada	3	LIBRAS				
harina de maiz amarillo, precocido	7	LIBRA		X		
gelatina con azucar, en polvo	2	cajas			X	
avena en hojuelas, precocida	3	LIBRAS		X		
aceite de soya	22	Frascos x 500		X		
Mango comun, crudo	30	LIBRAS				NO llegó
Papaya, madura, cruda	42	LIBRAS		X		
Limón, crudo	33	LIBRAS		X		
platano, harton, verde, crudo	33	LIBRAS		X		
pollo, pechuga con piel, cruda	8	LIBRAS			X	no llegó
Sandia, crudo	23	LIBRAS				llegaron
res, carne magra, cruda	54	libras		X		
subcostilla, cruda	8	LIBRAS		X		
Arroz blanco, pulido, crudo	42	LIBRAS		X		
cilantro, crudo	2	LIBRAS		X		
Ajo, crudo	2	LIBRAS		X		
Papa, variedad criolla, sabanera	22	LIBRAS		X		
HUESO CARNE	14	LIBRAS		X		
Naranja	100	unidades		X		
galletas, dulce rueda	21	unidades		X		
Zanahoria, sin cascara, cruda	13	LIBRAS		X		
Huevo de gallina, entero, crudo	4	panales		X		
Res, higado, crudo	14	LIBRAS		X		
AROMATICA	10	UNIDADES			X	
Lenteja común, cruda	2	LIBRAS			X	llegó 1 lb
Lechuga común, cruda	5	libras		X		
Mazamorra chiquita	1	LIBRAS			X	
Zapallo, crudo	4	LIBRAS				
Harina de plátano, cruda	3	LIBRAS		X		
Mandarina, cruda	33	unidades		X		
panela	3	LIBRAS		X		
Plátano roll o guineo, verde, crudo	3	LIBRA		X		
Frijol cargamanto rojo, crudo	3	UNIDADES		X		
Aguacate Hass, crudo	3	libras		X		
Frejino cohombro, crudo	3	libra		X		
Papa, variedad herrezuela, criolla, con cáscara, cruda	3	libras		X		

Página 1

Yoriana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA
COORDINADORA
CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR
ACEVEDO HUILA

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

INSUMOS ACTIVIDADES

ACEVEDO HUILA

ACTA 036

Fecha: 30 DE SEPTIEMBRE 2024

HORA: 6:00 PM

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza para dejar constancia de los insumos recibidos para realizar las actividades en el centro de bienestar para el adulto mayor del municipio de acevedo, verificando calidades.

Se anexa evidencia fotográfica del producto con su calidad.

Cartulina 1 rollo por 7 pliegos



Papel bond 1 rollo por 30 pliegos



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

4 pliegos de papel ceda



3 redmas de papel



11 pliegos de papel cristal



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

3 paquetes de fomi, color verde, naranja y azul * 10 unidades cada uno



1 paquete de silicona en barra



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

4 block iris



1 block



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

1 pistola de silicona



1 perforadora



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

1 grapadora



1 kita ganchos



2 bolsas de bombas por 12 unidades



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

16 unidades de temperas, diferentes colores



8 unidades pinceles



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

2 cajas de lápiz por 12 unidades



2 cajas de lapiceros po 12 unidades c/u



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

5 cajas de colores por 18 unidades



Caja de marcadores



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

1 tarro de Colbon



Yoriana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

COORDINADORA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR - ACEVEDO HUILA

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

INSUMOS DE ASEO
CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR
ACEVEDO HUILA

ACTA 37

Fecha: 03 DE OCTUBRE 2024
HORA: 10:00 a.m.
LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR
RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza solicitud de los insumos de aseo requeridos para el centro de bienestar del adulto mayor, para el mes de septiembre. En el listado a continuación:

ASEO			
JABÓN DE LOZA	16	TARROS	
GUANTES	15	PARES	
JABON LIQUIDO	16	TARROS * 3L	
LÍMPIDO	6	TARROS * 3 L	
SOFLAN	4	TARROS * 3L	
PRESTOBARBAS	5	UNIDADES	
HAMBIENTADORES EN SPRAI	4	UNIDADES	
HAMBIENTADOR PARA PISO	3	TARROS * 3 L	
SABRAS	6	UNIDADES	
MATRIX (brilladora)	6	UNIDADES	
PAÑITOS HÚMEDOS	8	PAQUETE*100 U	
SHAMPOO	5	UNIDADES	
DESODORANTE	5	UNIDADES	
CREMA DENTAL	5	UNIDADES	

CEPILLO DE DIENTES	5	UNIDADES	
CREMA HUMECTANTE	5	UNIDADES	
JABÓN DE BAÑO	10	UNIDADES	
LOCIÓN O AGUA PERFUME	5	UNIDADES	
LISTERINE	5	UNIDADES	

OBSERVACIONES:

1. Se realiza cambio de jabón en polvo por jabón líquido, dado que el jabón en polvo suministrado, no se diluye y se incrementaron las jornadas de lavado de las prendas de los usuarios.
2. Se solicita administrar las bolsas que se mencionan a continuación, por medio del listado del mercado, dado que las bolsas suministradas por medio del proveedor de los insumos de aseo, son de muy mala calidad y no se puede realizar el correcto almacenamiento de los residuos del CBAM.

bolsa de basura negra	1	paquete * 10
bolsa de basura roja	1	paquete * 10
bolsa de basura verde	1	paquete *10
bolsa de basura blanca	1	paquete * 10
bolsa gruesa industrial (grandes)	20	unidades

3. El proveedor de los insumos de aseo no cubre las bolsas utilizadas para el correcto almacenamiento de los suministros de alimentación.

bolsa transparente	1	paquete * 100 de 5 kilos
bolsa rayada	1	paquete * 100 de 5 kilos

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Yoriana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA
COORDINADORA
CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR
ACEVEDO HUILA

UTENSILIOS

ACEVEDO HUILA

ACTA 038

Fecha: 08 DE OCTUBRE 2024

HORA: 6:00 PM

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza para dejar constancia de los insumos recibidos para el centro de bienestar para el adulto mayor del municipio de acevedo, verificando calidades.

Se anexa evidencia fotográfica del producto con su calidad.

Juegos de bloques 15 bolsas

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**



Pelotas 14 unidades



Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

Armarios 15 unidades



Yhoryana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

COORDINADORA

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR - ACEVEDO HUILA

INSUMOS DE ASEO

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

ACEVEDO HUILA

ACTA 039

Fecha: 10 DE OCTUBRE DE 2024

HORA: 02:00 PM

LUGAR: CENTRO BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR

RECIBE: YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA

La siguiente acta se realiza para dejar constancia de los insumos de aseo que llegan al centro de bienestar para el adulto mayor del municipio de acevedo, verificando cantidades y calidades.

- Insumos enviados para el mes de octubre.

a continuación, encuentran los productos recibidos.

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

INSUMOS DE ASEO			
NOMBRE	**CANTIDAD**	**GRAMAJE**	***IMAGEN***
JABON DE BAÑO	**3 paquetes * 3 u c/u**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

JABON DE LOZA	**16 unidades**	**500 ml**	
LIMPIDO	**6 unidades**	**2000 ml**	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

SOFLAN	**4 unidades**	**1 L**	
PRESTOBARBAS	**2 paquetes * 3 unidades**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

HAMBIENTADORES EN SPRAI	**3 unidades**	**360 ml**	
HAMBIENTADORES PARA PISO	**3 unidades**	**1000 ml**	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

SABRAS	**6 unidades**		
BRILLADORAS	**6 unidades**		
BOLSA NEGRA	**1 paquete * 20 unidades**		
BOLSA BLANCA	**1 paquete * 10 unidades**		
BOLSA VERDE	**1 paquetes * 10 unidades**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

PAÑITOS HUMEDOS	**8 paquetes * 72 unidades**		
SHAMPOO	**5 unidades**	**600 ml**	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

DESODORANTE	**5 unidades**		
CREMA DELTAL	**5 unidades**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

CEPILLO DE DIENTES	**5 unidades**		
CREMA HUMECTANTE	**5 unidades**	**300 g**	

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

GUANTES	**15 unidades**		
GUANTES TRANSPARENTES	**10 bolsas * 10 unidades**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

LISTERINE	**5 unidades**		
JABÓN ANTIBACTERIAL	**8 unidades**		

Dirección: CARRERA 2 NO. 2 SUR 14 - Balvanera
Teléfono: 3116341368- 3102053539
Correo: fungrupolibertad@gmail.com

	FUNDACION GRUPO LIBERTAD **NIT: 900027451-0**	
	Fecha de elaboración: **24 de febrero del 2024**	**Fecha de terminación** **24 de febrero del 2024**

LISTADOS RECIBIDOS

Observaciones

Insumos no recibos

1. No llego jabón liquido para la ropa solicitado

2. Suavitel: se solicitan 4 tarros de 3000 ml y fueron enviados 4 tarros de 1 L, cullo insumo es indispensable para el aseo de las sabanas y cobijas del centro, no alcanzaría para el mes de septiembre.

3. Bolsas: las bolsas enviadas al ser de tan mala calidad no alcanzarían para el mes completo, no fueron enviadas las bolsas transparentes y ralladas que son utilizadas para el arreglo y porción de las proteínas en la cocina.

Yhoryana Camila Castro

YHORYANA CAMILA CASTRO GARCIA
COORDINADORA
CENTRO DE BIENESTAR PARA EL ADULTO MAYOR
ACEVEDO HUILA