

CORPORACIÓN
RAYOS DE ESPERANZA

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CONVENIO DE ASOCIACION N°223



DICIEMBRE 05 AL 27

CHARALA 2024

Espacio para
Logo Corporativo

CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA
NIT 901.372.769-9
CRA 8 NO. 27-05
Tel: (607) 3232794288
Socorro - Colombia
adrianasilva0679@hotmail.com

Factura electrónica de venta
No. FEV 68

Señores	MUNICIPIO DE CHARALA		
NIT	890.205.063-4	Teléfono	(607) 7258008 - Ext. 000
Dirección	CRA 17 NO. 24-11	Ciudad	Socorro - Colombia

Fecha y hora Factura	Fecha de Vencimiento
2024-12-27	2024-12-27

Item	Descripción	Cantidad	Vr. Total
1	CONVENIO CON EL MUNICIPIO DE CHARALA No. 223-2024 LOTE 3	1.00	48,489,200.00

Total items: 1

Total Bruto	48,489,200.00
Total a Pagar	48,489,200.00

Valor en Letras:

Cuarenta y ocho millones cuatrocientos ochenta y nueve mil doscientos pesos m/cte

Forma de pago:

Crédito

Medio de pago:

Pago a crédito - Cuota No. 001 vence el 2024-12-27 \$ 48,489,200.00 por

Observaciones:

A esta factura de venta aplican las normas relativas a la letra de cambio (artículo 5 Ley 1231 de 2008). Con esta el Comprador declara haber recibido real y materialmente las mercancías o prestación de servicios descritos en este título - Valor. Número Autorización Electrónica 18764085628409 aprobado en 20241218 prefijo FEV desde el número 51 al 100 Vigencia: 12 Meses
- Actividad Económica 8810 Actividades de asistencia social sin alojamiento para personas mayores y discapacitadas Tarifa

Fabricante Software y Proveedor tecnológicos: Siigo SAS - NIT 830.048.145-8. Nombre Software: Siigo Nube. Firma electrónica ver en el XML.

Gobernación de Santander
Secretaría de Hacienda



Recibo N°
2502400754569

Trámite CONVENIOS GENERALES

PRO HOSPITAL
PRO UIS

\$969,800
\$969,800

Total
Ordinanza 012

\$1,939.600
\$193.960

Total a Pagar

\$2,133,560

Fecha de Expedición: 2024/12/27
Con destino a: Alcantilla de Charala - CHARALA

Fecha Límite de Pago 2024/12/31

Contribuyente	Tipo de Doc. N.I.	Número 9013727699
----------------------	--------------------------	--------------------------

Nombre CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA

Directions

Municipio SOCORRO

Telefone

Departamento SANTANDER



(415)7708988036639180201025024007545691396010001000213058019620241231

NRO. CONVENIO	223
VALOR BASE	48.489.200
VALOR DE CREDITO PAGADO	48.489.200
VALOR TOTAL CREDITO	48.489.200
NUMERO ORDEN DE PAGO	68
FECHA CONVENIO	04/12/2014

27/12/24 15:49:15
LI NSP 757
Doc: 7799092013619
02507400754555
32133.560.00
\$2,133,560.00



Gobernación de Santander
Secretaría de Hacienda

Recaudo de Estampillas

Recibo N°
2502400754569

PRO HOSPITAL
PRO LIS

5500.000
5000.000

Trámite CONVENIOS GENERALES

Con destino a: Alcaldía de Charalá - CHARALÁ

Tipo de Doc. N.I.
Nombre: CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA
Direccion:

Numero cognome
Telefono:

NRO. CONVENIO	223
VALOR BASE	48,489.200
VALOR ORDEN DE PAGO	48,489.200
VALOR TOTAL CONVENIO	48,489.200
NUMERO ORDEN DE PAGO	63
FECHA CONVENIO	04/12/2023

Total	\$1.939.600
Ordenanza Q12	\$193.900
Total a Pagar	\$2.133.500

Total a Pagar	\$2.133.560
----------------------	--------------------



Gobernación de Santander
Secretaría de Hacienda

Recaudo de Estampillas

Recibo Nº
2502400754569

Trámite: CONVENIOS GENERALES

Con destino a: **Alcalde de Charalá - CHARALÁ**

Total a Pagar

\$2,133,560

Fecha de Expedición: 2024/12/27

Fecha Limite de Pago: 2024/12/31

NRO. CONVENIO	323
VALOR BASE	48.489.200
VALOR ORDEN DE PAGO	48.489.200
VALOR TOTAL CONVENIO	48.489.200
NUMERO ORDEN DE PAGO	68
FECHA CONVENIO	04/12/2012

PRO HOSPITAL	\$98C.80C
PRO LHS	\$98G.80C
Total	\$1,919,800
Ordinanza 812	\$193,900

Banco Popular 27/12/24 15:49:36
 530 37947014 Li Nsp
 IMPRE Nro Doc: 0
 Cod Convenio: 7709998038639
 Codigo IAC 02502400754569
 Nro Documento: \$2,133,560.00
 Nro Efect: \$.00
 Nro CheqPop: \$.00
 Nro Total: \$2,133,560.00
 Nro Cheques: 0



10625788



00514280



10625788



00514280



10625788



00514280

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL DE LA CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA

CERTIFICA:

Que la CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA con Nit: 901372769-9, se encuentra a paz y salvo en los pagos de parafiscales y seguridad social integral de los últimos seis (6) meses.

Expedida en Charalá a solicitud de los interesados a los Veinte (27) días del mes de Diciembre de 2024.

Atentamente,



JOHANNA VIVIANA CARDENAS DUARTE
c.c. 37.949.102 de Socorro
Representante Legal
Corporación Rayos de esperanza
rayosdeespernzacorporacion@gmail.com
celular. 3161628788

BANCO DAVIVIENDA S.A.**CERTIFICADO**

Por medio de la presente hacemos constar que la Empresa CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA con NIT 901372769 - 9. Posee en el Banco Davivienda una **CUENTA DE AHORROS DAMAS-TRADICIONAL.**

Número de Cuenta	0550108900418543
Estado	VIGENTE.
Fecha de Apertura	27/11/2023
Dirección Registrada	CL 9 4 14

Se expide a solicitud del titular en Bogotá, el 02 de Agosto 2024.

Cordialmente.

BANCO DAVIVIENDA SA
NDBUESAQ

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CONVENIO DE ASOCIACION N°223

LUGAR Y FECHA:	CHARALÁ , SANTANDER 27/12/2024
CONVENIENTE 1:	MUNICIPIO DE CHARALÁ NIT. 890.205.063-4 R/L JORGE WILMAR VEGA ROJAS C.C. N° 1.032.361.163 EXPEDIDA EN BOGOTA ALCALDE MUNICIPAL
CONVENIENTE 2:	CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA. ENTIDAD SIN ANIMO DE LUCRO NIT. 901.372.769-9 R/L JOHANNA VIVIANA CARDENAS DUARTE. C.C. 37.949.102 EXPEDIDA EN SOCORRO
OBJETO:	“AUNAR ESFUERZOS PARA LA ASISTENCIA Y ATENCION INTEGRAL A LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE CHARALÁ, SANTANDER, EN MODALIDAD CENTRO VIDA”
VALOR:	Cincuenta millones novecientos treces mil seiscientos sesenta PESOS MCTE (\$50.913.660).
PLAZO:	DIECISÉIS (16) DIAS HABILES CONTADOS A PARTIR DE LA SUSCRIPCION Y LEGALIZACION DEL ACTA DE INICIO.

OBJETIVO: “AUNAR ESFUERZOS PARA LA ASISTENCIA Y ATENCION INTEGRAL A LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE CHARALÁ, SANTANDER, EN MODALIDAD CENTRO VIDA”

INTRODUCCION

En nuestro país, gracias a los avances tecnológicos de la medicina, se ha incrementado la esperanza de vida de la población, pero no en la misma proporción de espacios de atención dirigidos a este sector de población.

Ello nos revela que nuestros adultos mayores y sus familias no reciben suficiente información acerca de la vejez, de sus cambios y posibles trastornos y de las enfermedades más comunes. Por esa razón es necesario implementar programas de información que despierten el interés, no sólo de las personas mayores, sino también de los niños y jóvenes en torno a medidas de prevención de enfermedades propias de la edad avanzada, preparación para la vejez, técnicas de autocuidado, nutrición y rehabilitación.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Es ahora, cuando todavía las personas mayores están integradas a la familia, cuando debemos iniciar preventivamente programas sociales de mejoramiento para los adultos mayores, pues lo importante no es que podamos vivir más años, sino con qué calidad de vida vamos a vivir esa segunda mitad de nuestra existencia.

Todavía tenemos mucho que aprender con respecto a la gente mayor para entenderlos y cuidarlos. Una buena manera de introducirnos al tema es teniendo claro que el envejecimiento no es sinónimo de enfermedad, sino una etapa de la vida que para muchos resulta difícil enfrentar.

Emocionalmente la principal dificultad estriba en enfrentar la declinación de ciertas facultades intelectuales y físicas; socialmente el problema más importante es la solvencia económica que no le permite seguir siendo independiente y le genera dificultades en su relación familiar y social.

El ideal es que cada familia que cuenta con un adulto mayor entre sus miembros, sepa darle su lugar, escucharlo, reconocer sus derechos, fomentarle actividades creativas y de enriquecimiento espiritual, integración en las decisiones y tareas del hogar; así como respetar su gran poder de evocación y su dificultad para adaptarse a las familias.

En este caso La Corporación Rayos de Esperanza, un valioso apoyo para aquellas personas que viven solos, o aquellos que cuentan con familia pero que, debido a sus propias ocupaciones, los dejan solos la mayor parte del día, expuestos a riesgos físicos y emocionales que propician el deterioro de sus funciones físicas y mentales.

La Corporación Rayos de Esperanza también de gran importancia para las personas mayores que no han pensado qué hacer con su vida futura, ya que en ella se imparten a través de conferencias y talleres, nociones de autocuidado, nutrición, ejercicio; se reflexiona en torno a cómo mejorar la calidad de vida y la convivencia familiar y se orienta para que cada persona se interese más por su salud que por su enfermedad.

El criterio que prevalece es que los adultos mayores aprovechen su tiempo libre, que cultiven y desarrollen sus aficiones personales para mantenerse interesados en el mundo que los rodea y así ampliar sus vínculos con la vida contemporánea a través de actividades que estimulan sus capacidades y habilidades.

Todos los adultos mayores tienen derecho a sentir seguridad económica y emocional, así como contar con la atención a su salud que les permita vivir decorosa y tranquilamente. Por ello nos permitimos proponer como una efectiva y eficiente alternativa de cuidado de las personas de edad avanzada el modelo de Centro de Vida como una institución de asistencia social, que permite en lo posible elevar la calidad de vida de los beneficiarios.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CONVENIO DE ASOCIACION No. 223

INFORME DE ACTIVIDADES No 01

Para el cumplimiento del objeto del convenio, LA CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA. Cumplió con las especificaciones técnicas que se describen a continuación para 112 adultos mayores durante el periodo del 05 al 27 Diciembre:

ITEM	CONCEPTO	ACTIVIDAD	Cantidad de actividades
1	ATENCION NUTRICIONAL	MERIENDA: Suministrar un refrigerio por día a los adultos mayores de acuerdo con las minutas establecidas. ALMUERZO: Suministrar el almuerzo a los adultos mayores de acuerdo con las minutas establecidas	16
2	NUTRICIONISTA	NUTRICIONISTA: Nutricionista con una disponibilidad mínima de 3 horas cada visita	1
3	ORIENTACION PSICOLOGICA	Atención terapéutica y realización de talleres formativos para promover estilos de vida dignos aumentando la autoestima y bienestar individual de los beneficiarios, incluyendo valorización y/o diagnóstico inicial, actividades de desarrollo para mejorar las condiciones detectadas, seguimiento y/o control a evolución. Con una disponibilidad mínima de 2.5 horas por visita de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida	1
4	APOYO ENFERMERÍA	SERVICIO DE PROMOCION Y PREVENCION: Atención en enfermería para promover estilos de vida saludables, prevención de enfermedades, atención primaria y remisión a los centros de salud cuando sea requerido, cuidados generales de salud con apoyo de auxiliar de enfermería Con una disponibilidad completa el tiempo que el Centro preste servicios por cada día.	16
5	CAPACITACION EN ACTIVIDADES PRODUCTIVAS	Atención a actividades cognitivas y productivas a los adultos mayores que incluyen de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida. Con una disponibilidad mínima de 2 horas por visita de acuerdo con	3



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

		cronograma de actividades establecidas en el centro vida	
6	DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	Atención recreativa y cultural, actividades físicas y de interacción social, de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida. Con una disponibilidad mínima de 2 horas visitas de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida	7
7	ENCUENTROS INTERGENERACIONALES	Encuentros intergeneracionales con los demás centros vida del municipio de Charala y sus familias con el propósito de compartir sus experiencias y vivencias	1
8	JORNADAS DE TRABAJO ASOCIATIVOS	Organizar un día empresarial del adulto mayor donde los adultos mayores puedan promocionar cada uno de los productos y/o elementos elaborados en el centro vida.	1
9	PROMOCION DE LA CONSTITUCION DE REDESDE APOYO PERMANENTE DE LOS ADULTOS MAYORES.	Proporcionar redes de apoyo permanente de los adultos mayores. Con instituciones tales como eps, comisaria de familia, familiares y vecinos, defensa civil, bomberos, entre otros. El dinero se atribuye a los costos asociados para realizar encuentros (transporte, talleristas y/o capacitador).	1
10	CONECTIVIDAD	Promover en los adultos mayores el uso del internet. (disponer de equipos de cómputo y red de wifi que garantice conectividad daría a los adultos mayores) disponibilidad de red wifi y equipos de cómputo.	1
11	AUXILIO EXEQUIAL	Auxilio exequial hasta un (1) salario mínimo legal mensual vigente, de acuerdo con las posibilidades economías dl ente territorial.	1
12	COORDINADORA	Coordinar quien es responsable del cumplimiento de los servicios ofrecidos por los Centros.	1

Dando cumplimiento a la ley 1276 de 2.009, La corporación Rayos de Esperanza realizo las actividades correspondientes del 05 al 27 Diciembre de 2024, las cuales fueron:



CORPORACIÓN
RAYOS DE ESPERANZA

ATENCION INTEGRAL

Colombia es uno de los países en donde se viene incrementando la población mayor, esto constituye una preocupación en años futuros, por esta razón nuestro país considera esta preocupación una necesidad a escala mundial, la cual requiere de una acción cooperativa y solidaria, que trazando políticas y estrategias nacionales e internacionales tiendan a materializar en forma efectiva dicha ayuda.

En Colombia desde hace varios años se comenzó un trabajo muy serio desde el punto de vista social, legislativo, como de asistencia médica, que garantizara la salud y la asistencia social para los adultos mayores y el disfrute de la vejez con óptima calidad de vida.

Podemos añadir que no existen suficientes recursos humanos que garanticen esta atención y que el estado por sí solo no puede hacerse cargo de este flagelo, por eso la Corporación Rayos de Esperanza trabaja de la mano con los entes administrativos municipales para dar cobertura total y poder prestar atención integral a los adultos mayores beneficiarios que hacen parte de la Corporación

Para la ello la Corporación Rayos de Esperanza con el apoyo de la administración Municipal de Charalá Santander quiere contribuir a elevar el nivel de salud, el grado de satisfacción y la calidad de vida del adulto mayor, mediante acciones de prevención, promoción, asistencia y rehabilitación, teniendo como protagonistas la familia, la comunidad y el propio adulto mayor en la búsqueda de soluciones locales a sus problemas.

Adicionalmente con lo anterior queremos mejorar la salud de la población de 60 años y más, aumentando la vida activa, mediante el tratamiento preventivo y valorativo de esta población; Crear una modalidad de atención gerontológica comunitaria que contribuya a resolver las necesidades socio-económicas, psicológicas y medicas de los adultos de este nivel.

Queremos promover estilos de vida saludable, hábitos y costumbres que favorezcan la salud, garantizar la atención integral, escalonada, oportuna y eficaz a este grupo de la sociedad, estimular la participación comunitaria en la identificación y búsqueda de soluciones a los problemas del adulto mayor y esto lo hacemos no solo para dar cumplimiento a la normatividad en la ejecución del CONVENIO DE ASOCIACION No. 131 DE 2024, si no que queremos poner nuestro grano de arena para colaborar con el tratamiento y cuidado que se le debe dar al adulto mayor



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ALIMENTACION

Ofrecer alimentación que se asegure la ingesta necesaria a nivel proteínico, calórico y de micronutrientes a los adultos mayores beneficiarios, que les permita asegurar estados de salud adecuados. Para el cumplimiento de tal fin, se sugiere elaborar una minuta patrón por parte de profesionales en nutrición que permita atender las necesidades especiales de la población objeto.

Una buena alimentación es fundamental en cada una de las etapas de nuestra vida desde la infancia hasta la vejez. Los aspectos básicos de una dieta son los mismos a lo largo de nuestra vida, pero las necesidades nutricionales individuales cambian a medida que vamos envejeciendo. Además, la correcta absorción de los alimentos puede verse afectada por alguna enfermedad.

Los adultos mayores necesitan los mismos nutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales) que los jóvenes, pero en cantidades diferentes. Algunos pueden ser más necesarios que otros. Además, para los adultos mayores la fibra es esencial para mejorar la digestión y evitar el estreñimiento.

La buena nutrición es fundamental para la salud y el bienestar general, pero muchas personas mayores corren riesgo de nutrirse mal. Además, la desnutrición puede conducir a un mayor desinterés por la comida o a la falta de apetito, lo cual solo empeora el problema.

- ✓ Hidratos de carbono: Pueden constituir el 60 % de la dieta del envejecimiento, de fácil digestión y absorción.
- ✓ Proteínas: Representarán el 15- 20 % del valor calórico total de la dieta. En los viejos, la síntesis proteica es disminuida y la masa muscular decrece, por lo tanto, el ingreso proteico adecuado es fundamental.
- ✓ Fibras: Están contenidas en las verduras y frutas. Actúan estimulando el movimiento intestinal tan necesario en las personas mayores, por su tendencia a la constipación.
- ✓ Vitaminas y Minerales: Una dieta adecuada provee la totalidad de vitaminas y minerales que necesita el organismo, sin embargo, en la vejez hay tendencia a la descalcificación ósea y al déficit vitamínico B
- ✓ Leche y derivados: sola o con té, mate o café, yogur, queso fresco.
- ✓ Carnes: de ave y de vacuno asadas o a la cacerola. De pescado hervidas o asadas.
- ✓ Verduras: crudas, hervidas o cocidas (al horno o al gratín).
- ✓ Huevos: la clara.
- ✓ Pastas: fideos, arroz.
- ✓ Pan: blanco, integral, fresco o tostado, galletas.
- ✓ Sopas: de arroz, sémola o verduras.
- ✓ Frutas: frescas, jugos, licuados, compotas, mermeladas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Convenio N°.223

Alimentación

Periodo comprendido del 05 al 06 Diciembre 2024

Diciembre 05



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 06



Periodo comprendido del 09 al 13 Diciembre 2024

Diciembre 09



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Diciembre 10



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Diciembre 11



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 12



Diciembre 13



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Periodo comprendido del 16 al 20 Diciembre 2024

Diciembre 16



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 17



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 18



Diciembre 19



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Diciembre 20



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 23



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Diciembre 24



Diciembre 26



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Diciembre 27



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Mabí Ospino

MABÍ DE JESÚS OSPINO MARTÍNEZ
c.c 36.459.475

Yensi Milena Correa Gaviria

YENSI MILENA CORREA GAVIRIA
c.c 1.074.008.944

Esperanza Celiz Delgado
ESPERANZA CELIZ DELGADO
c.c 37.707.080



ÁREA DE NUTRICIÓN

MUNICIPIO CHARALÁ

POBLACIÓN OBJETIVO: USUARIOS ASISTENTES A LA SEDE DE RAYOS DE ESPERANZA DEL MUNICIPIO DE CHARALÁ

TEMA: INFORME INTERVENCION INDIVIDUAL E INTERVENCIÓN GRUPAL

PERIODO: DICIEMBRE 2024

FECHA: 23-DIC-2024

PROFESIONAL: ILMAYE SANABRIA AMAYA
NUTRICIONISTA-DIETISTA
REG. MED. 01196

FICHA TÉCNICA ÁREA DE NUTRICIÓN

1. PROYECTO: Intervención del área de nutrición en el municipio de Charalá centro vida Rayos de Esperanza.
2. META: Lograr de manera integral la atención de los adultos mayores asistentes al centro vida Rayos de Esperanza del municipio de Charalá
3. Objetivo:
 - a. General:
Realizar seguimiento y educación nutricional a usuarios del centro, así como seguimiento y control al servicio de alimentación.
 - b. Específicos:
 - i. Que los servicios de alimentación estén operando bajo los requerimientos de ley.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

- ii. Diagnosticar el estado nutricional de los adultos mayores
- iii. Que los adultos mayores sean educados en alimentación saludable de manera individual y grupal.

4. Actividades:

- a. Realizar revisión del servicio de alimentación.
- b. Realizar la valoración de IMC para adulto mayor con el fin de diagnosticar el estado nutricional de la población
- c. Realizar intervención nutricional individual en los usuarios
- d. Realizar talleres educativos a los adultos mayores

MARCO TEORICO

Toda entidad que atienda a personas adultas mayores debe cumplir las directrices de calidad emitidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.

Los estándares de calidad aplican a cuatro tipos de entidades entre ellos los centros de bienestar para personas adultas mayores (también llamados de centros de protección, hogares geriátricos u hogares gerontológicos).

Son establecimientos que prestan servicios de protección y cuidado integral de las personas adultas mayores ofreciendo alternativas de desarrollo, propiciando espacios favorables para la socialización, recreación, capacitación, productividad y desarrollo de proyectos de vida digna, los **Centros vida para personas adultas mayores**: Son aquellos destinados a la vivienda permanente o temporal de las personas mayores, donde se ofrezcan servicios de hospedaje, alimentación, recreación, actividades productivas, de protección y cuidado integral de las personas adultas mayores.

En cuanto a la alimentación, Para cumplir con el aporte de calorías y nutriente establecidos el ICBF planifica la alimentación de los adultos mayores, mediante el establecimiento de una minuta patrón, como herramienta central en el servicio de alimentación, que debe incluir el aporte calórico y nutricional que se debe brindar al adulto mayor. Una vez diseñada la Minuta Patrón, se procede a la planeación del ciclo de menús o conjunto de menús diarios, que se repiten de manera regular y predecible en un tiempo determinado, en la cual se deben proponer preparaciones de acuerdo al grupo de alimentos, teniendo en cuenta los alimentos disponibles en la región, hábitos, costumbres alimentarias y los costos. Partiendo del hecho que la alimentación saludable debe ser completa, equilibrada, suficiente adecuada e inocua.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ACTIVIDAD N° 1. AUDITORIA AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN

Durante este mes se realiza revisión al cumplimiento del ciclo de menús establecido, encontrando que se cumple con lo planeado a ofrecer en el documento llamado “ciclo de menús”. Se cumple con las especificaciones de calidad en cuanto a características organolépticas de color, porción y distribución en el plato y se garantiza la proporción de macronutrientes planeados a ofrecer con la alimentación a los adultos mayores usuarios del servicio de centro vida.

NUEVES	BEBIDA	240 cc	CHOCOLATE EN LECHE
	CEREAL	50 gr	PAPA COCIDA CON
HOGO	PROTEINA	50 gr	HUEVO COCIDO
ALMUERZO	SOPA	200 cc	SOPA DE CEBADA
	ALIMENTO PROTEICO	80-100 gr	CERDO ASADO
	CERAL	90 gr	ARROZ BLANCO
	TUBÉRCULO	50-70 gr	TAJADA DE PLATANO
	LEGUMINOSA	60 gr	NO APLICA
	VERDURA	50 gr	ENSALADA
	JUGO DE FRUTA	240 cc	JUGO DE GUAYABA

EVIDENCIA FOTOGRAFICA DEL SEGUIMIEINTO AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ACTIVIDAD 2. CLASIFICACIÓN NUTRICIONAL

Con ayuda del servicio de enfermería se realiza la toma de peso y talla a los adultos mayores; con estos datos por medio del Índice de Masa Corporal para el adulto mayor, se realiza la clasificación nutricional de los mismos y se identifican posibles riesgos nutricionales.

A continuación, encontramos la tabla de clasificación nutricional y la gráfica donde analizaremos la condición nutricional de la población:

CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA - MUNICIPIO CHARALÁ							
VALORACION NUTRICIONAL							
DICIEMBRE							
Nº	NOMBRE COMPLETO		CC	PESO	TALLA	IMC	DX.
1	MARIA LIBRADA	ACEVEDO DE LEON	28097701	55,5	1,5	24,7	EUTROFICO
2	ELVIA MARIA	AMADOR PICO	28098848	68,5	1,54	28,9	SOBREPESO
3	JOSE VICENTE	AMAYA BERNAL	2080110	65	1,67	23,3	EUTROFICO
4	PEDRO EMILIO	ARIAS FONCE	5742829	65	1,68	23,0	EUTROFICO
5	MARIA ELENA	BENAVIDES DE AMAYA	28098651	64,3	1,5	28,6	SOBREPESO
6	ISABEL	BUITRAGO DE GONZALEZ	28098124	50,4	1,6	19,7	DESNUTRICION LEVE
7	NOHEMI	MENDEZ DE ACEVEDO	28098511	67,5	1,57	27,4	SOBREPESO
8	MERCEDES	CARDENAS DE PICO	37885094	77	1,55	32,0	OBESIDAD LEVE
9	TERESA	CARDENAS GARAVITO	28097917	52,5	1,53	22,4	EUTROFICO
10	GUILLERMINA	CARDENAS PINZON	37.706.883	43	1,49	19,4	DESNUTRICION LEVE
11	FLOR MARIA	CARDENAS RINCON	42495111	72	1,48	32,9	OBESIDAD LEVE
12	AURORA	CASTRO AMAYA	28423102	57	1,52	24,7	EUTROFICO
13	JESUS ALFREDO	CELON RINCON	13260044	61,2	1,6	23,9	EUTROFICO
14	VERONICA	CHAPARRO DE PAMPLONA	28098524	60,4	1,48	27,6	SOBREPESO
15	LUIS ENRIQUE	CRUZ CRUZ	5619396	54,4	1,5	24,2	EUTROFICO
16	CECILIA	DELGADO DE CELIS	28098099	63	1,55	26,2	EUTROFICO
17	HERCILIA	DIAZ MARTINEZ	41612149	60	1,53	25,6	EUTROFICO
18	ALICIA	DIAZ MURILLO	28082457	52	1,47	24,1	EUTROFICO
19	FELIX ALFONSO	GOMEZ	5625147	57	1,4	29,1	SOBREPESO
20	MARIA	GOMEZ CAMPOS	41484354	55	1,58	22,0	EUTROFICO
21	MARIA LUISA	GONZALEZ DE BUITRAGO	28098488	72,2	1,5	32,1	OBESIDAD LEVE
22	LUIS JESUS	GONZALEZ PRADA	5756484	74,6	1,5	33,2	OBESIDAD LEVE
23	GONZALO MARIA	GUALDRON MONSALVE	5625384	57,7	1,6	22,5	EUTROFICO
24	JOSE BUENAVENTURA	GUIO HERRERA	5760310	55	1,52	23,8	EUTROFICO
25	LEONOR	LEON	28098641	56	1,53	23,9	EUTROFICO
26	ARMINTA	LEON DE RIVERA	28096921	66,8	1,55	27,8	SOBREPESO



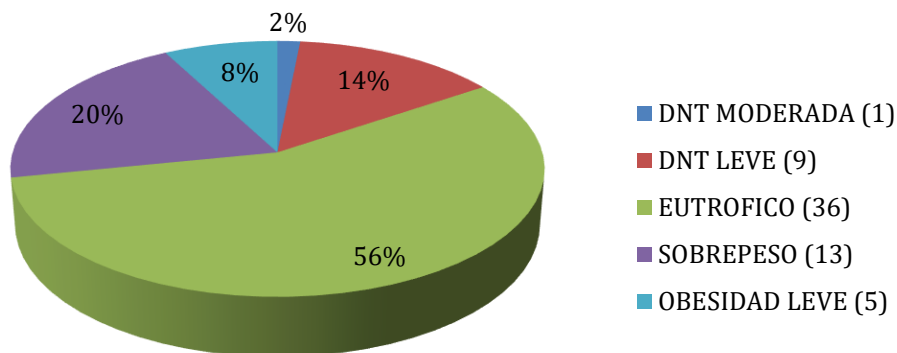
CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

27	LUZ STELLA	LEON SUAREZ	28098233	52,1	1,58	20,9	DESNUTRICION LEVE
28	SAMUEL	LUNA OTERO	5560562	60	1,57	24,3	EUTROFICO
29	MARIA ELVIRA	MEJIA BENAVIDES	28.096.258	55	1,6	21,5	DESNUTRICION LEVE
30	LEONILDE	MENDEZ PEREZ	28094846	63	1,5	28,0	SOBREPESO
31	GABRIEL	MONTAÑEZ SANDOVAL	2.085.625	56	1,52	24,2	EUTROFICO
32	SALOMON	OCHOA TIBAGUISA	2074778	57	1,6	22,3	EUTROFICO
33	MARIA DEL TRANSITO	PEREZ CASTRO	28086416	67	1,53	28,6	SOBREPESO
34	EVA	PICO CASTRO	27.955.905	65	1,5	28,9	SOBREPESO
35	LUCILA	PICO MENDEZ	37705648	65	1,53	27,8	SOBREPESO
36	CARLOS JULIO	PINZON CEDIEL	5624836	61	1,65	22,4	EUTROFICO
37	JESUS	PINZON GUEVARA	2079885	76	1,65	27,9	SOBREPESO
38	MARIA LUISA	PINZON PATIÑO	28097199	42	1,55	17,5	DESNUTRICION LEVE
39	BERNARDO	QUINTANILLA GAMEZ	5.623.692	49,2	1,66	17,9	DESNUTRICION LEVE
40	EMIRO	QUINTERO GARCIA	13842121	47,1	1,52	20,4	DESNUTRICION LEVE
41	JOSE CRISTOBAL	QUINTERO GARCIA	5626174	42	1,6	16,4	DESNUTRICION MODERADA
42	ISOLINA	RANGEL CORREA	28098622	53,7	1,57	21,8	DESNUTRICION LEVE
43	MARIA ZORAIDA	RANGEL DE MARIN	28.096.421	65,8	1,55	27,4	SOBREPESO
44	LIBARDO	RANGEL LEON	5623722	71	1,65	26,1	EUTROFICO
45	CRISTOBAL	REYES ALARCON	5623887	67	1,65	24,6	EUTROFICO
46	JOSE VICENTE	RIVERA BALAGUERA	2.085.727	71,5	1,5	31,8	OBESIDAD LEVE
47	AURA MARIA	RODRIGUEZ DE FORERO	28032271	64,8	1,53	27,7	EUTROFICO
48	ANA LUCIA	SANABRIA VASQUEZ	28096641	49	1,48	22,4	EUTROFICO
49	PEDRO ELIAS	SANCHEZ ARDILA	4300659	64	1,6	25,0	EUTROFICO
50	GUILLERMINA	SANTOS DE SUAREZ	28101319	53,8	1,52	23,3	EUTROFICO
51	DAMASO	TORRES FONCE	13702905	53	1,5	23,6	EUTROFICO
52	CRISTINA	RODRIGUEZ ROMERO	37707396	54	1,44	26,0	EUTROFICO
53	MIGUEL ANTONIO	FONSECA CASTRO	2079225	64	1,65	23,5	EUTROFICO
54	LEONOR	ARDILA LEON	28.119.072	61	1,53	26,1	EUTROFICO
55	BENILDA	ARENAS ARENAS	28097191	52	1,5	23,1	EUTROFICO
56	VITERMINA	BERDUGO	28097401	62	1,6	24,2	EUTROFICO
57	ENCARNACION	GARCIA LANCHEROS	28097887	56	1,49	25,2	EUTROFICO
58	MARIA ANTONIA	GONZALEZ RODRIGUEZ	20039453	58	1,52	25,1	EUTROFICO
59	TERESA	MARTINEZ DE LUNA	27958980	63	1,56	25,9	EUTROFICO
60	NEMESIO	MORANTE PEREA	2080689	51	1,54	21,5	DESNUTRICION LEVE
61	ANGEL MIGUEL	PICO VARGAS	2079389	63	1,57	25,6	EUTROFICO
62	JUAN EVANGELISTA	RIVERA BALAGUER	2085707	61	1,63	23,0	EUTROFICO
63	JAIME	SUAREZ	2080667	58	1,57	23,5	EUTROFICO
64	HILDUARDO	BEDOYA ZULETA	16202384	67,2	1,65	24,7	EUTROFICO



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CLASIFICACION NUTRICIONAL POR IMC ADULTO MAYOR



Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que:

- El 56% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional (36 usuarios).
- El 28% se encuentra en exceso de peso (18 usuarios), dado por:
 - El 20% que se encuentran en sobrepeso (13 usuarios)
 - El 8% que presentan obesidad leve (5 usuarios)
- El 16% de los usuarios presentan diagnóstico de desnutrición (10 usuarios), de ellos:
 - El 14% se encuentran en desnutrición leve (9 usuarios)
 - El 2% se encuentran en desnutrición moderada (1 usuario)

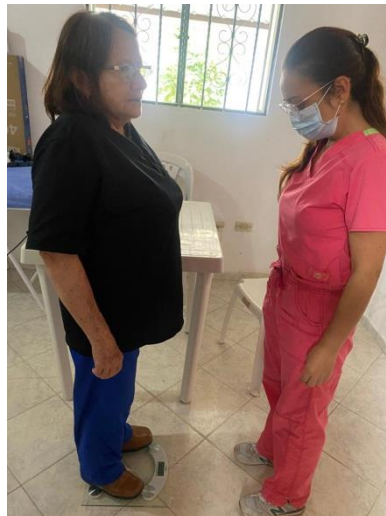


CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE LA TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ACTIVIDAD 3. VALORACIÓN NUTRICIONAL INDIVIDUAL

En el seguimiento individual se valora de manera integral al adulto mayor identificando posibles factores de riesgo nutricional y realizando educación alimentaria y nutricional a necesidad. Es importante mencionar que a cada usuario se le realiza formato individual que es entregado y anexado a cada carpeta de cada uno.

Para la visita de este periodo, se valoran de manera individual a 24 usuarios asistentes a la sede de Charalá del centro vida Rayos de Esperanza.

CORPORACION RAYOS DE ESPERANZA - MUNICIPIO CHARALÁ							
VALORACION NUTRICIONAL							
DICIEMBRE							
Nº	NOMBRE COMPLETO		CC	PESO	TALLA	IMC	DX.
1	MARIA LIBRADA	ACEVEDO DE LEON	28097701	55,5	1,5	24,7	EUTROFICO
2	ELVIA MARIA	AMADOR PICO	28098848	68,5	1,54	28,9	SOBREPESO
5	MARIA ELENA	BENAVIDES DE AMAYA	28098651	64,3	1,5	28,6	SOBREPESO
6	ISABEL	BUITRAGO DE GONZALEZ	28098124	50,4	1,6	19,7	DESNUTRICION LEVE
7	NOHEMI	MENDEZ DE ACEVEDO	28098511	67,5	1,57	27,4	SOBREPESO
8	MERCEDES	CARDENAS DE PICO	37885094	77	1,55	32,0	OBESIDAD LEVE
9	TERESA	CARDENAS GARAVITO	28097917	52,5	1,53	22,4	EUTROFICO
11	FLOR MARIA	CARDENAS RINCON	42495111	72	1,48	32,9	OBESIDAD LEVE
12	AURORA	CASTRO AMAYA	28423102	57	1,52	24,7	EUTROFICO
13	JESUS ALFREDO	CELON RINCON	13260044	61,2	1,6	23,9	EUTROFICO
14	VERONICA	CHAPARRO DE PAMPLONA	28098524	60,4	1,48	27,6	SOBREPESO
22	LUIS JESUS	GONZALEZ PRADA	5756484	74,6	1,5	33,2	OBESIDAD LEVE
24	JOSE BUENAVENTURA	GUIO HERRERA	5760310	55	1,52	23,8	EUTROFICO
29	MARIA ELVIRA	MEJIA BENAVIDES	28.096.258	55	1,6	21,5	DESNUTRICION LEVE
32	SALOMON	OCHOA TIBAGUISA	2074778	57	1,6	22,3	EUTROFICO
35	LUCILA	PICO MENDEZ	37705648	65	1,53	27,8	SOBREPESO
39	BERNARDO	QUINTANILLA GAMEZ	5.623.692	49,2	1,66	17,9	DESNUTRICION LEVE
40	EMIRO	QUINTERO GARCIA	13842121	47,1	1,52	20,4	DESNUTRICION LEVE
42	ISOLINA	RANGEL CORREA	28098622	53,7	1,57	21,8	DESNUTRICION LEVE
43	MARIA ZORAIDA	RANGEL DE MARIN	28.096.421	65,8	1,55	27,4	SOBREPESO
46	JOSE VICENTE	RIVERA BALAGUERA	2.085.727	71,5	1,5	31,8	OBESIDAD LEVE
47	AURA MARIA	RODRIGUEZ DE FORERO	28032271	64,8	1,53	27,7	EUTROFICO
50	GUILLERMINA	SANTOS DE SUAREZ	28101319	53,8	1,52	23,3	EUTROFICO
64	HILDUARDO	BEDOYA ZULETA	16202384	67,2	1,65	24,7	EUTROFICO



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE SEGUIMIENTOS



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

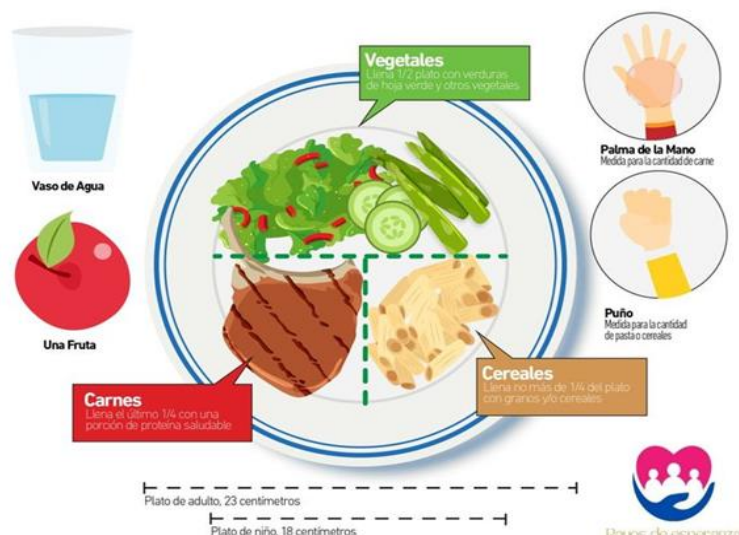
Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ACTIVIDAD 4. ACTIVIDAD EDUCATIVA

Para esta visita diseñamos la actividad grupal con énfasis en que los adultos mayores comprendan la importancia de mantener una alimentación saludable durante las festividades, se recuerda los grupos de alimentos a consumir en sus comidas, se hace referencia a las porciones ya manejadas anteriormente con las manos y se realizan ejemplos de alimentos típicos de celebración de las festividades de fin de año para enseñar como las puede consumir de una manera más saludable sin dejar de cuidar su salud.

FICHA DE TRABAJO



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE LA ACTIVIDAD REALIZADA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

RESULTADOS OBTENIDOS

Durante este mes se realiza revisión al cumplimiento del ciclo de menús establecido, encontrando que se cumple con lo planeado a ofrecer en el documento llamado “ciclo de menús”. Se cumple con las especificaciones de calidad en cuanto a características organolépticas de color, porción y distribución en el plato y se garantiza la proporción de macronutrientes planeados a ofrecer con la alimentación a los adultos mayores usuarios del servicio de centro vida.

Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que:

- El 56% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional (36 usuarios).
- El 28% se encuentra en exceso de peso (18 usuarios), dado por:
 - El 20% que se encuentran en sobrepeso (13 usuarios)
 - El 8% que presentan obesidad leve (5 usuarios)
- El 16% de los usuarios presentan diagnóstico de desnutrición (10 usuarios), de ellos:
 - El 14% se encuentran en desnutrición leve (9 usuarios)
 - El 2% se encuentran en desnutrición moderada (1 usuario)

En el seguimiento individual se valora de manera integral al adulto mayor identificando posibles factores de riesgo nutricional y realizando educación alimentaria y nutricional a necesidad. Es importante mencionar que a cada usuario se le realiza formato individual que es entregado y anexado a cada carpeta de cada uno. Para la visita de este periodo, se valoran de manera individual a 24 usuarios asistentes a la sede de Charalá del centro vida Rayos de Esperanza.

Para esta visita diseñamos la actividad grupal con énfasis en que los adultos mayores comprendan la importancia de mantener una alimentación saludable durante las festividades, se recuerda los grupos de alimentos a consumir en sus comidas, se hace referencia a las porciones ya manejadas anteriormente con las manos y se realizan ejemplos de alimentos típicos de celebración de las festividades de fin de año para enseñar como las puede consumir de una manera más saludable sin dejar de cuidar su salud.

ILMAYE SANABRIA A.

ILMAYE SANABRIA AMAYA
NUTRICIONISTA-DIETISTA
REG. MED. 01196



REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos		
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido**

Lácteos

Leche de vaca líquida entera, pasteurizada o leche de vaca entera en polvo	Todos los días	180 cc o	180 cc o	
		24 g	24 g	180 cc
Yogurt o kumis		180 cc	180 cc	180 cc

Cereal o derivado de cereal

Galletas sin crema o relleno	Todos los días	28 g	28 g	28 g
Pan sin crema o relleno		50 g	50 g	50 g
Ponqué sin crema o relleno		40 g	40 g	40 g

Fruta	Todos los días	90-180 g	90 g	90 g
-------	----------------	----------	------	------

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad en gramos o centímetros cúbicos para líquidos		
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido**

Verduras	Todos los días	44-100 g	40 g	38-40 g
----------	----------------	----------	------	---------

Cereal o	Todos los	45 g	45 g	91-122 g
----------	-----------	------	------	----------

	días			
--	------	--	--	--

Tubérculos o raíces o plátanos	Todos los días	60-88 g	60 g	60 g
---------------------------------------	----------------	---------	------	------

Carnes

Carne roja magra	3 días/semana + Vísceras rojas 1 día/semana	85 g	85 g	60 g
Pollo o pescado	2 días/semana pollo + 1 día/semana pescado	Pechuga: 91g Pierna: 116g Contramuslo: 93g Pescado: 163g	85 g	60 g sin hueso
Leguminosa*	1 día/semana	20 g	20 g	47 g

Grasa

Aceite de girasol o maíz o soya	Todos los días	9 cc	9 cc	9 cc
---------------------------------	----------------	------	------	------

Cordial saludo,

ILMAYÉ SANABRIA A.

Ilmayé Sanabria Amaya
Nutricionista-Dietista. Reg. 01196.
Especialista En Nutrición Deportiva
Máster en Dietética y Nutrición

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA
NIT. 901372769-9

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN ADULTOS MAYORES

REFRIGERIO DE LA MAÑANA								
Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio			
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido				
Lácteos								
Leche en polvo ó	4 veces/semana	15,6 g	15,6 g	120 cc	4 onzas de leche			
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc					
Derivados de cereal								
Pan ó torta ó	Todos los días	60 g	60 g	50 g	1 ½ unidad mediana, 1 porción mediana			
Galletas de dulce ó sal ó wafler		21 g	21 g	21 g	3 unidades			
Cereales para colada (Trigo ó Maíz ó Avena ó Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1 cucharada rebosada, para elaboración de colada (¼ agua - ¾ leche)			
Fruta								
Entera ó	2 veces por semana	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana			
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo			
Azúcares								
Azúcar ó	Todos los días	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colada	8 onzas de bebida ó 240 cc		
Panela ó		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colada			
		Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APOORTE REFRIGERIOS		550	14,1	12,6	94,3	353,0	4,6	0,6
ADECUACION		23,2%	17,0%	16,0%	28,4%	44,1%	32,7%	8,6%

ALMUERZO						
Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servicio	
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido		
Sopa o crema	Todos los días	14 - 20 g	12 g	200 cc	6 onzas	
Cereal		9 g	9 g			
Ralces/Tubérculos/Putanos		17 - 25 g	15 g			
Leguminosa		2 g	2 g			
Saco						
Carnes, huevo, leguminosas						
Carne roja	3 veces/semana (Víscolas una vez cada 15 días)	100 g	100 g	100 g	1 porción mediana	
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Parriz: 150 g Atún lomo: 100 g	100 g	80 g (en huevo) Atún: 50 g	1 porción mediana	
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad	
Leguminosa	2 veces / semana	20 g	20 g	60 g	4 cucharadas medianamente coladas	
Cereal						
Arroz ó	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	5 cucharas soperas	
Pasta	1 vez / semana	40 g	40 g	91 g	5 cucharas soperas	
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****						
Papa, plátano, ñame, etc ó	5 veces/semana	83 - 116 g	70 g	69 g	1 unidad mediana	
Arepas ó envueltos, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1 unidad mediana	
Hortalizas - verduras						
Verdura	Todos los días	57 - 85 gr	50 g	50 g	4 cucharas soperas	
Frutas						
Entera ó	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana	
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo	
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los días	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colada	8 onzas de bebida ó 240 cc
Panela		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colada	
Acaite	Todos los días	16 cc	16 cc	16 cc	1 ½ cucharadas	
Calorías						
TOTAL APOORTE ALMUERZO		707	28,7	24,1	98,9	80,4
ADecuACION		28,8%	34,3%	30,3%	28,0%	10,4%

OBSERVACIONES

1. Para la realización de los jugos de fruta se puede utilizar cualquiera de cosecha
2. Para efectos de la salud de la población objetivo se tiene en cuenta el uso de azúcar en pocas cantidades y para personas con diabetes se evita su uso
3. Para los usuarios diabéticos el jugo se reemplazará por agua con limón o agua natural en el caso de los almuerzos y ocasionalmente jugo sin azúcar
4. Para los usuarios diabéticos en el caso de presentarse bebida: chocolate se usará chocolate dietético, agua de panela se usará té o café o aromática

Dr. Eusebio Sarmiento A.
NUTRICIONISTA DIETISTA
No. MINUT 01196
P. 32, 1

Nutricionista

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA NIT. 901372769-9 CICLO DE MENÚS						
SEMANA 1						
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	240CC	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAIZENA	CHOCOLATE CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE
CEREAL	50 GR	TORTA DE HARINA DE TRIGO	AREPA DE MAIZ	GALLETA DE SAL	CALDO DE HUEVO Y PAPA /	AREPA DE TRIGO
PROTEÍNA	30 - 50 GR	QUESO	HUEVO COCIDO	QUESO	GALLETA SODA	QUESO
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA O CREMA	220 CC	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE AVENA	SOPA DE CEBADA	SOPA DE PASTA	SOPA DE HARINA DE TOSTADO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CERDO A LA PLANCHA	PECHUGA ASADA	CARNE GUISADA	SUDADO DE POLLO	GOULASH DE RES
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	SPAGUETIS	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PLATANO MADURO ASADO	MONEDAS DE PLATANO	PAPA AL VAPOR	PAPA EN EL SUDADO	YUCA COCIDA
LEGUMINOSA	60 GR	EN LA SOPA	*	*	*	*
VERDURA	50 GR	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA DE REMOLACHA	ZANAHORIA RALLADA Y TOMATE	ENSALADA TRADICIONAL (CEBOLLA, TOMATE, LECHUGA)	EN EL GOULASH
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

ILIAMAR SANCHEZ A.,
 Dña. Iliamari Sánchez A.,
 Representante legal
 del MINSALUD
 P.U.I.

Firma Nutricionista

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA NIT. 901372769-9 CICLO DE MENÚS						
SEMANA 2						
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	240CC	CAFÉ CON LECHE	AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	PETO	CHOCOLATE CON LECHE
CEREAL	50 GR	CALDO DE POLLO Y PAPA /	MOGOLLA	TORTILLA DE HARINA DE TRIGO	QUESO	AREPA DE MAIZ BLANCO CON
PROTEÍNA	30 - 50 GR	GALLETA SODA	HUEVO PERICO	HUEVO COCIDO	PAN INTEGRAL	QUESO
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA O CREMA	220 CC	CREMA DE TOMATE	SOPA DE PASTAS	SOPA DE PLÁTANO	SOPA DE VERDURA	SOPA DE CUCHUJO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	PESCADO SUDADO	CARNE MOLIDA	ALITAS DE POLLO	CERDO A LA PLANCHA	FRICASE DE POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	CRIOLLAS COCIDAS	PAPA CHORREADA	TAJADA DE PLATANO	PURE DE PAPA	MADURO COCIDO
LEGUMINOSA	60 GR	*	*	ARVEJA GUISADA	*	*
VERDURA	50 GR	ENSALADA DE PIÑA Y REPOLLO	TORTILLA DE COLIFLOR	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA	TOMATE EN CASQUITOS	CON EL POLLO
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA


 Corporación Rayos de Esperanza A.S.
 Dña. Limmyé Sarabina A.
 Representante legal
 NIT. 901372769-9
 P. U. I

Firma Nutricionista

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA					
NIT. 901372769-9					
CICLO DE MENÚS					
SEMANA 3					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO			
BEBIDA	240CC	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	PICADO DE FRUTA
CEREAL	50 GR	AREPA DE MAIZ BLANCO	EMPAREDADO DE QUESO	MOGOLLA	QUESO
PROTEÍNA	30 - 50 GR	HUEVO PERICO		HUEVO COCIDO	GALLETAS SODA
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO			
SOPA O CREMA	220 CC	SOPA DE FRIJOL	CREMA DE ESPINACA	SOPA DE AVENA	SOPA DE ARROZ
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CARNE MOLIDA	POLLO ASADO	RES ENCEBOLLADO	MACARRONES CON POLLO
	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ BLANCO	
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA EN FOSFORITO	PAPA EN CUBOS CON MAYONESA	TAJADA DE MADURO	PAPA COCIDA CON CÁSCARA
LEGUMINOSA	60 GR	*	*	LENTEJAS	*
VERDURA	50 GR	EN EL ARROZ	ENSALADA TRADICIONAL (TOMATE, CEBOLLA, LECHUGA)	ENSLADA DE PEPINO CEBOLLA Y ZANAHORIA	ZANAHORIA GUISADA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA
NIT. 901372769-9
CICLO DE MENÚS

Firma Nutricionista

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA
NIT. 901372769-9
CICLO DE MENÚS

SEMANA 4						
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD			REFRIGERIO		
BEBIDA	240CC	AVENA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	ARROZ CON LECHE Y QUESO
CEREAL	50 GR	AREPA DE MAIZ	DEDITO DE QUESO	FRITAS DE HARINA	CALDO DE POLLO Y PAPA /	
PROTEINA	30 - 50 GR	HUEVO COCIDO		HUEVO PERICO	GALLETAS SODA	
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA O CREMA	220 CC	SOPA DE CONCHITAS	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE ARRACACHA	SOPA DE VERDURAS	AJIACO SANTANDEREANO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CARNE DE RES DESMECHADA CON HOGO	PERNIL GUISADO	FRICASE DE POLLO	ALBONDIGAS DE RES	CERDO A LA PLANCHA
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
RAIZ, TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PATACON	YUGA CON HOGO	PAPA FRITA	PURE DE PAPA BLANCA	MADURO ACARAMELADO
LEGUMINOSA	60 GR	*	GARBANZOS	*	*	*
VERDURA	50 GR	RODAJAS DE TOMATE	TAJADA DE AGUACATE	EN EL FRICASE	ENSALADA DE TORNILLOS DE PASTA	ENSALADA ESPINACA, MANGO Y CREMA DE LECHE
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

ILMAYÉ SANGRIA A.
Dra. Ilimayé Sangria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P. U. I.

Firma Nutricionista

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

INTRODUCCIÓN

El presente informe detalla las actividades desarrolladas en el *Centro Vida* Rayos de Esperanza desde el área de psicología, enfocadas en la atención integral de los adultos mayores. El envejecimiento es una etapa natural del ciclo vital que conlleva una serie de desafíos emocionales, cognitivos y sociales. Desde esta perspectiva, el trabajo psicológico busca promover el bienestar emocional, fortalecer las habilidades cognitivas y favorecer la integración social de los participantes. A través de intervenciones grupales e individuales, se han implementado estrategias que fomentan la autoestima, el manejo de emociones, la estimulación cognitiva y la creación de redes de apoyo, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y potenciar su sentido de pertenencia y autonomía en esta etapa.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Presentar el respectivo informe de las actividades desarrolladas dando cumplimiento a los lineamientos técnicos y operativos requeridos por el área de psicología con la población beneficiaria, participando activamente durante el mes de Diciembre del año 2024 como profesional encargada del área de apoyo psicosocial en el centro vida Rayos de Esperanza en el municipio de Charalá.

OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Brindar espacios para todos los asistentes con el fin de compartir momentos de integración donde se refleje la unión y el trabajo en equipo.
- Desarrollar oportuna y adecuadamente los encuentros grupales con todas las actividades asignadas y planeadas a ejecutar.
- Cultivar acciones positivas que se puedan poner en práctica entre cada uno de los asistentes.

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES

Nº	TEMA (S) DEL MES	FECHA	Anexo Nº
1	Época de Navidad	11 de Diciembre del 2024	Registro fotográfico

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD N°1:

- **Objetivo:** Fomentar la integración y el espíritu de colaboración entre los participantes a través de actividades temáticas de la época navideña, promoviendo valores como la solidaridad, el respeto y la alegría
- **Desarrollo del espacio:**
 1. Se dio la bienvenida a los participantes y se les invitó a organizarse **en mesa redonda** con el fin de crear un espacio cercano, participativo y de diálogo abierto.
 2. Se explicó el propósito de la actividad, resaltando la importancia de compartir experiencias, reflexiones y deseos en esta época especial del año.
 3. Se iniciaron las conversaciones a través de preguntas abiertas orientadas a generar una reflexión profunda y significativa:
 - ¿Para ti qué es la Navidad?
 - ¿Con qué palabra defines la Navidad?
 - ¿Es lo mismo agradecer que valorar?
 4. Cada participante tuvo la oportunidad de expresar sus pensamientos y sentimientos, mientras los demás escuchaban con atención y respeto. Se promovió un ambiente cálido y ameno, donde cada voz fue escuchada y valorada.
 5. La profesional guio el diálogo, resumiendo ideas claves y fomentando la participación de todos, logrando así una reflexión colectiva sobre los valores y significados de la Navidad.
 6. Una vez concluido el conversatorio, se **entregó a cada participante un pequeño árbol de Navidad** acompañado de **hojitas de colores**.
 7. Se explicó la actividad: En cada hoja, los asistentes plasmarían, por escrito, **deseos o propósitos personales** para esta época navideña, orientados al bienestar propio, familiar o comunitario.
 8. Se animó a los participantes a ser sinceros y creativos al momento de escribir sus deseos, destacando la importancia de visualizar metas positivas y significativas.
 9. Al finalizar, cada persona compartió, si así lo deseaba, alguno de sus deseos con el grupo, fortaleciendo la conexión entre los participantes.
 10. Se agradeció a los asistentes por su participación y disposición a reflexionar y compartir.
 11. Se resaltó cómo actividades como ésta nos permite fortalecer valores como la gratitud, la unión y la esperanza, tan característicos de la Navidad.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

12. Se invitó a los participantes a llevarse sus arbolitos de Navidad como símbolo de los deseos expresados y motivación para seguir construyendo momentos especiales en esta época.

REGISTRO FOTOGRÁFICO



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CONCLUSIONES

La actividad realizada con la población de personas del centro vida de la corporación Rayos de Esperanza fue exitosa y se desarrolló sin ningún inconveniente. El ejercicio permitió a los participantes profundizar en el significado de la Navidad, destacando valores como la unión, el amor, la gratitud y la esperanza. Los participantes se mostraron receptivos y comprometidos, lo que permitió un ambiente de aprendizaje y reflexión en torno a su bienestar físico, mental y emocional. La participación activa y la actitud positiva de los asistentes fortalecieron los lazos grupales, haciendo de cada dinámica una experiencia enriquecedora.

El espacio se desarrolló de manera fluida y sin inconvenientes, manteniendo una atmósfera de respeto, apoyo mutuo y colaboración. Los participantes lograron involucrarse plenamente en cada dinámica, lo que permitió un ambiente positivo y constructivo para el intercambio de ideas, emociones y aprendizajes.

En resumen, se cumplieron con los objetivos planteados, proporcionando momentos de aprendizaje y crecimiento personal para todos los participantes. Los espacios fueron disfrutados y aprovechados plenamente, lo que refuerza la importancia de seguir generando dinámicas que promuevan la participación activa y el bienestar emocional en futuras sesiones.

Elaborado por:



DARLIN DAYANA RINCÓN RAMÍREZ

C.C: 1.101.694.504

PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**INFORME DE
ENFERMERIA CENTRO
VIDA RAYOS DE
ESPERANZA SEDE
CHARALÁ**

**KELLY JOHANA GUEVARA SANCHEZ
GLADYS JOHANNA MENDEZ SILVA**

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

INTRODUCCION

El cuidado de adultos mayores es un componente fundamental en la enfermería, dado el envejecimiento progresivo de la población y el aumento de enfermedades crónicas asociadas a esta etapa de la vida. Este informe presenta un análisis detallado de la atención brindada a adultos mayores por parte de la corporación Rayos de Esperanza del municipio de Charalá, y centro poblado de Riachuelo - Santander, con el objetivo de identificar las necesidades específicas de este grupo etario y evaluar la efectividad de las intervenciones de enfermería implementadas.

A lo largo del documento se da a conocer las actividades realizadas durante el periodo comprendido **del 05 al 27 de Diciembre del presente año**, las cuales se desarrollaron con adultos de la tercera edad en el municipio de Charalá, centro poblado de Riachuelo - Santander abordarán aspectos clave como la evaluación del estado de salud, la planificación de cuidados individualizados y la implementación de estrategias que promuevan el bienestar físico y emocional de los pacientes. Además, se explorarán los desafíos y barreras que enfrentan tanto los profesionales de enfermería como los adultos mayores en el acceso a servicios de salud adecuados.

JUSTIFICACION

La promoción de la salud y prevención de enfermedades en la salud, integra los conocimientos y habilidades clínicas, y la experiencia en la gestión de servicios de salud que contribuyan al mejoramiento de esta para identificar, prevenir y tratar a tiempo cualquier deficiencia en la salud en nuestros adultos mayores

Cabe aclarar que estas actividades se llevaron a cabo de la mano de la fundación rayos de esperanza gracias a esta pudimos reconocer los adultos que necesitan ser tratados por los adecuados especialistas en las diferentes áreas de la salud

También utilizadas para el refuerzo del cuidado personal, informado, aconsejando y promoviendo la prevención de enfermedades y consumo de comidas saludables para su bienestar, y mejorando estilos de vida.

POBLACION OBJETO

112 Usuarios sede del casco urbano corporación rayos de esperanza Charalá – centro poblado de Riachuelo

OBJETIVO ESPECIFICO

Realizar la promoción de la salud y la prevención de enfermedades mediante el control periódico de toma de signos vitales.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

INTRODUCCION

El cuidado de adultos mayores es un componente fundamental en la enfermería, dado el envejecimiento progresivo de la población y el aumento de enfermedades crónicas asociadas a esta etapa de la vida. Este informe presenta un análisis detallado de la atención brindada a adultos mayores por parte de la corporación Rayos de Esperanza del municipio de Charalá - Santander, con el objetivo de identificar las necesidades específicas de este grupo etario y evaluar la efectividad de las intervenciones de enfermería implementadas.

A lo largo del documento se da a conocer las actividades realizadas durante el periodo comprendido **del 05 de diciembre al 27 de diciembre del presente año**, las cuales se desarrollaron con adultos de la tercera edad en el municipio de Charalá - Santander abordarán aspectos clave como la evaluación del estado de salud, la planificación de cuidados individualizados y la implementación de estrategias que promuevan el bienestar físico y emocional de los pacientes. Además, se explorarán los desafíos y barreras que enfrentan tanto los profesionales de enfermería como los adultos mayores en el acceso a servicios de salud adecuados.

METODOLOGIA

La metodología que se utilizó durante el proceso fueron la capacitación a nuestros adultos mayores mediante actividades dinámicas para darles a conocer la importancia de las diferentes capacidades que tienen y pueden desarrollar también a que reconozcan la necesidad e importancia de cuidar su cuerpo y tenerlo totalmente sano.

Durante el periodo comprendido del **05 de diciembre hasta el 27 de diciembre del 2024** se llevaron a cabo diversas actividades de enfermería como charlas educativas, la toma de tensiones arteriales, frecuencias cardiacas, de manera individual a la cual asistieron cierta cantidad de adultos mayores al llamado hecho por parte de la corporación rayos de esperanza llevándose a cabo en el casco urbano de Charalá.

JUSTIFICACION

La promoción de la salud y prevención de enfermedades en la salud, integra los conocimientos y habilidades clínicas, y la experiencia en la gestión de servicios de salud que contribuyan al mejoramiento de esta para identificar, prevenir y tratar a tiempo cualquier deficiencia en la salud en nuestros adultos mayores

Cabe aclarar que estas actividades se llevaron a cabo de la mano de la fundación rayos de esperanza gracias a esta pudimos reconocer los adultos que necesitan ser tratados por los adecuados especialistas en las diferentes áreas de la salud



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

También utilizadas para el refuerzo del cuidado personal, informando, aconsejando y promoviendo la prevención de enfermedades y consumo de comidas saludables para su bienestar, y mejorando estilos de vida.

Toma de Signos Vitales

POBLACION OBJETO

112 usuarios sede del casco urbano corporación rayos de esperanza Charalá.

OBJETIVO ESPECIFICO

Realizar la promoción de la salud y la prevención de enfermedades mediante el control periódico y toma de signos vitales.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

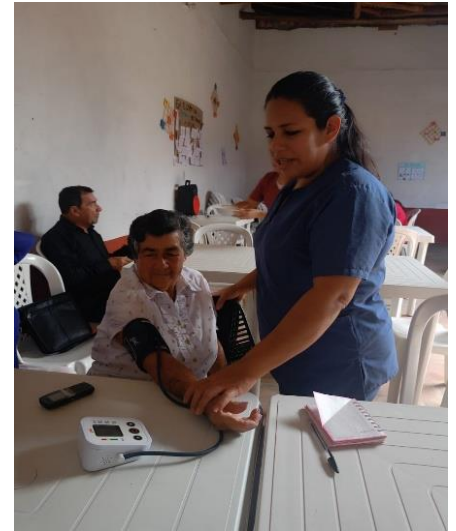


Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Charlas Educativas Envejecimiento Saludable 09 de diciembre de 2024

POBLACION OBJETO

112 usuarios sede del casco urbano corporación rayos de esperanza Charalá.

OBJETIVO ESPECIFICO

El objetivo del envejecimiento saludable es mejorar la calidad de vida de las personas a lo largo de su vida, a través de la optimización de su salud física y mental, su independencia y su participación en la sociedad.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

Charla Educativa Charalá



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Actividades físicas y lúdicas

Las actividades físicas y lúdicas son esenciales para la salud integral de los adultos mayores. El personal de enfermería desempeña un papel crucial en promover estas actividades, ya que contribuyen a la prevención de enfermedades, mejoran la movilidad, la cognición, y favorecen la socialización, lo que se traduce en una mejor calidad de vida y mayor autonomía para los adultos mayores.

Evidencia fotográfica



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Acompañamiento en la Actividad “Propender por la realización de encuentros intergeneracionales con las diferentes instituciones del municipio”

POBLACION OBJETO

112 usuarios sede del casco urbano corporación rayos de esperanza Charalá.

OBJETIVO ESPECIFICO

Promover el intercambio de saberes y experiencias entre personas de diferentes edades. Estos encuentros buscan romper estereotipos sobre la vejez, fomentar el respeto entre generaciones, valorar el papel de las personas mayores como trasmisoras de cultura, fortalecer los vínculos afectivos, erradicar la discriminación hacia las personas mayores, promover el envejecimiento activo y por último aumentar la solidaridad entre personas de distintas edades.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Auxiliar de enfermería

Auxiliar de enfermería



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Acompañamiento en la Actividad “Feria Empresarial”

POBLACION OBJETO

112 usuarios sede del casco urbano corporación rayos de esperanza Charalá.

OBJETIVO ESPECIFICO

Promover la independencia económica y la autonomía de las personas mayores, promoviendo espacios en donde los adultos mayores puedan presentar y vender sus productos de manera presencial, estimulando la empatía entre los públicos más jóvenes y la oportunidad del adulto mayor.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA Acompañamiento en actividad feria empresarial



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Glady Fendez

Auxiliar de enfermería

Kelly Euevara

Auxiliar de enfermería



ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS

INTRODUCCIÓN

Realizar manualidades es una actividad que se disfruta en todas las etapas de la vida, pero quizás sea una actividad más valorada durante la etapa de adulto mayor. A medida que envejecemos, nuestra movilidad se vuelve limitada, por lo que la elaboración de manualidades también se convierte en una de las pocas actividades en las que las personas mayores pueden participar activamente.

Podemos decir que las manualidades para personas mayores cuentan con muchas ventajas y sirven, además, para estimular la confianza personal, fortalecer la autoestima y favorecer el envejecimiento activo. Sin olvidar, que también sirve para ejercitar varias capacidades que se van deteriorando con el paso del tiempo.

A nivel psicológico, podemos destacar mejoras en la atención, la memoria y la concentración, que son capacidades mentales que con el tiempo y el paso de los años se van deteriorando. En este caso, las manualidades les ayudan a trabajar su atención y concentración para entender y realizar las actividades siguiendo los pasos y el orden de cada actividad. Por su parte, la repetición sucesiva de movimientos permite recordar procesos y, por lo tanto, influir en su memoria de forma positiva.

También podemos mencionar el fomento de la creatividad, ya que propicia que los adultos mayores se propongan nuevas manualidades que les parezcan útiles e interesantes para el día a día.

BENEFICIOS TERAPÉUTICOS

Las manualidades ofrecen a la persona mayor una forma creativa de mantenerse activa y comprometida, factores claves para garantizar una salud física y mental.

Como veremos en mayor detalle en secciones posteriores, las manualidades ofrecen también una oportunidad maravillosa para socializar y conectarse con otros, lo cual puede ayudar a combatir la soledad y el aislamiento tan frecuente y preocupante en la tercera edad.

Realizar actividades manuales puede mejorar la destreza manual y la coordinación, habilidades especialmente beneficiosas para mantener la funcionalidad y la independencia a medida que envejecemos.

Sin mencionar que, el proceso creativo en sí mismo puede ser terapéutico y ayudar a reducir el estrés y la ansiedad, promoviendo así el bienestar emocional y mental de las personas mayores.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Actividad # 1: ESTRELLITA NAVIDEÑA

Fecha: Diciembre 10 de 2024

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL 10 DE DICIEMBRE DE 2024 SEDE CHARALA	
Tema	ESTRELLITA NAVIDEÑA
Materiales	Cartón paja, fomi, silicona, tijeras talento humano.
Objetivo	Fortalecer las capacidades motrices de nuestros adultos mayores, mediante la utilización de materiales de fácil manejo.
Descripción desarrollo de actividad	<p>Saludo, presentación y oración. Seguidamente mediante una pequeña charla se da explicación, orientación y recomendaciones para la ejecución de la actividad. Entrega de materiales.</p> <p>Los adultos mayores orientados y dirigidos por el profesional, iniciamos recortando en el cartón paja formando un molde en forma de estrella. Seguidamente algunos adultos van recortando tiras de fomi en diferentes colores, los cuales los van pegando alrededor de la estrella, como se observa en las evidencias fotográficas.</p>

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Jose Noel Perez Morales

JOSE NOEL PEREZ MORALES



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Actividad # 2: MUÑECO DE NIEVE

Fecha: Diciembre 17 de 2024

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL 17 DE DICIEMBRE DE 2024 SEDE CHARALA	
Tema	MUÑECO DE NIEVE
Materiales	Pelotas de icopor grandes y pequeñas, palos de pincho, silicona, fomi, tijeras y talento humano.
Objetivo	Mejorar el trabajo en equipo orientado.
Descripción desarrollo de actividad	Saludo, presentación y oración. Inducción y explicación para la ejecución de la manualidad. Los adultos mayores, inician recortando las diferentes figuras que se van a utilizar para la realización de nuestro muñeco de nieve.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Jose Noel Perez Morales

JOSE NOEL PEREZ MORALES



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Actividad # 3: MI ARBOLITO DE NAVIDAD

Fecha: Diciembre 19 de 2024

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL 19 DE DICIEMBRE DE 2024 SEDE CHARALA	
Tema	MI ARBOLITO DE NAVIDAD
Materiales	Palitos de helado, silicona.vinilos.pinceles,tijeras.fomi y talento humano.
Objetivo	Activación de capacidades motrices y refortalecimiento de la motricidad fina y gruesa.
Descripción desarrollo de actividad	Saludo, presentación y oración. Inducción y explicación para la ejecución de la manualidad. Nos ubicamos por grupos en las mesas. Seguidamente se hace entrega de materiales. Los abuelitos van pintando los palitos de helado de diferentes colores, otros adultos recortan una estrellita pequeña en fomi, la cual nos sirvió para decorar nuestro arbolito.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



JOSE NOEL PEREZ MORALES



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

ATENCION EN DEPORTE, CULTURA Y RECREACIÓN

INTRODUCCIÓN

Con el envejecimiento, las **personas mayores** suelen hacerse más dependientes, ya que aparecen muchas limitaciones causadas por el paso de los años. La edad causa deterioro físico, que puede retrasarse manteniendo el hábito de practicar actividad física u ejercicio físico, siempre teniendo en cuenta las limitaciones de cada paciente. Ciertamente, el ritmo de vida de las personas de edad avanzada cambia y no pueden moverse con la misma rapidez y agilidad que antes. Sin embargo, eso no significa que no puedan moverse en absoluto. De hecho, lo más recomendable es que continúen realizando sus actividades cotidianas en la medida de lo posible.

La actividad física es el eje central sobre el que los hábitos de vida del adulto mayor deben girar, ya que está demostrado que un estilo de vida activo con una rutina de ejercicio adecuado es lo que va a permitir que los adultos mayores mantengan su independencia, lo que permite una mejor calidad de vida en comparación con sus otros sujetos menos activos y frágiles.

Beneficios de la actividad física en personas mayores

La actividad física en las personas mayores tiene múltiples ventajas, no sólo a nivel físico sino también mental y emocional. El poder realizar alguna actividad les ayudará afrontar esta etapa de la vida con mayor optimismo. También les anima a relacionarse con otros de forma sana e independiente. Además, existen incluso estudios que señalan que el ejercicio tiene la capacidad de retrasar el envejecimiento del cerebro y puede prevenir enfermedades neurodegenerativas de la tercera edad, como el Alzheimer u otro tipo de demencia senil.

La actividad física es fundamental para que las personas mayores mantengan su movilidad y, sobre todo, para que la preserven por más tiempo. Las personas mayores que realizan alguna actividad física son mucho más coordinados, lo que los ayuda a reducir el riesgo de accidentes como tropezones o caídas. Otra gran ventaja de mantenerse activos es que su estado anímico mejora enormemente, además de que reduce el estrés y el insomnio.

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

Actividades recreativas y culturales

Las actividades recreativas, sociales y culturales ayudan al adulto a potenciar su creatividad, sentirse útiles, elevar su autoestima, disfrutar de nuevos intereses, fomentar las relaciones interpersonales, fomentar el bienestar y la satisfacción, así como mantener las habilidades cognitivas y psicomotrices. Se ha demostrado que las actividades recreativas en la vejez brindan grandes beneficios, desde una disminución de los niveles de dolencia y medicación hasta un fortalecimiento de los vínculos sociales y la autoestima.

La recreación a su vez es la manera de escapar de las presiones que generan desánimo y de la monotonía. Ayudan al adulto mayor a activar su cuerpo, buscar el equilibrio y el placer de forma tanto individual como grupal. Las experiencias lúdicas, artísticas y culturales (jugar, bailar, pasear, reuniones sociales, escuchar música o realizar actividades físicas), permiten al individuo salir de la rutina, cargarse de energía y tener una motivación que lo ayude a envejecer de forma positiva.

Las personas mayores necesitan dedicarle tiempo a las actividades recreativas, teniendo en cuenta sus gustos así como sus condiciones físicas para optar entre distintas actividades y hobbies. Por otra parte, es importante fomentar este tipo de actividades, que pueden no solo ayudar al adulto mayor a llevar con ánimo su envejecimiento, sino que además pueden ser actividades inclusivas, evitando así que se sientan aislados, deprimidos y solos, y puedan aprender a divertirse y relacionarse. Lejos de ser una edad para el reposo y la quietud, la tercera edad puede ser una etapa positiva, divertida y de bienestar. La clave es que el adulto mayor realice actividades que le gusten, le motiven y le permitan mejorar su bienestar emocional, físico y mental.

OBJETIVO

Mejorar y mantener la independencia de los adultos mayores en las actividades de la vida diaria mediante sesiones de actividad física, actividades recreativas y culturales dirigidas a los adultos mayores inscritos al centro vida.

ACTIVIDADES REALIZADAS

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

1. Fecha: 06 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, oración, lectura sobre la importancia de realizar actividad física en la edad adulta mayor, dinámica “esta mañana me levante”, objetivo de la actividad, dinámica de integración “pim, pam, pum”, estiramiento muscular mantenido, ejercicios de movilidad articular, ejercicios respiratorios no específicos.
PARTE CENTRAL	Trabajo grupal en el salón: ejercicios respiratorios no específicos desplazamientos en diferentes posiciones, realizando movimientos de los brazos, ejercicios de movilidad articular, ejercicios grupales de mantenimiento de la fuerza utilizando las sillas, descanso, ejercicios de motricidad, coordinación y equilibrio.
PARTE FINAL	Ejercicios respiratorios, elongación muscular, reflexión, importancia de los ejercicios de movilidad y mantenimiento de la fuerza muscular, lavado de manos y evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

2. Fecha: 09 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, oración, canción, presentación de la actividad y recomendaciones, Dinámicas de integración “”era una sandía” y “los números pares”, ejercicios de movilidad articular, elongación muscular, descanso, juegos con balón, elevación hombros, piernas, brazos, juegos grupales, descanso frecuentemente.
PARTE CENTRAL	Trabajo en el polideportivo: caminata, ejercicios de movilidad articular y mantenimiento de la fuerza, actividad recreativa de lanzamientos y precisión, ejercicios de coordinación y equilibrio con balones, descanso, circuitos y desplazamientos en diferentes direcciones.
PARTE FINAL	Caminata de regreso al centro vida, lavado manos, ejercicios respiratorios, elongación muscular, juegos tradicionales, expresiones artísticas, juego de mesa, reflexión y evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

3. Fecha: 13 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, oración, presentación actividad y recomendaciones, lectura, Dinámica "todos los sapitos", elongación muscular, descanso, movilidad articular, piernas, brazos, desplazamientos diferentes direcciones con implementos, realizando descansos frecuentemente.
PARTE CENTRAL	Trabajo grupal en el salón: caminata, ejercicios respiratorios, ejercicios de movilidad articular, ejercicios con balones y con globos, lanzamientos, ejercicios en parejas de coordinación y equilibrio, descanso, ejercicios respiratorios, lanzamientos para mejorar la precisión, mantenimiento de la fuerza y ejercicios con balones.
PARTE FINAL	Lavado manos, ejercicios respiratorios, juegos de mesa arma todo, elongación muscular, reflexión y evaluación actividad

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

4. Fecha: 16 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, novena de aguinaldos, lectura para reflexionar. Dinámicas “la ensalada”, movilidad articular, ejercicios con pelotas, Elongación muscular, rotaciones, elevación hombros, piernas, brazos, desplazamientos diferentes direcciones con implemento, realizando descansos frecuentemente.
PARTE CENTRAL	Trabajo en el polideportivo: caminata al polideportivo, ejercicios de mantenimiento de la movilidad articular y la fuerza muscular desplazamientos en diferentes direcciones, lanzamientos de balón, ejercicios grupales de coordinación y balance, se finalizó con estiramiento muscular mantenido, caminata de regreso al centro vida, campeonato recreativo de mini tejo.
PARTE FINAL	Lavado manos, ejercicios respiratorios, elongación muscular, lectura alusiva al cuidado de los adultos mayores, juegos de mesa evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

5. Fecha: 18 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, novena de aguinaldos, lectura. Dinámicas “el baile de la cebolla”, movilidad articular, ejercicios con pelotas, elongación muscular, rotaciones, elevación hombros, piernas, brazos, desplazamientos diferentes direcciones con implemento, realizando descansos frecuentemente.
PARTE CENTRAL	Trabajo grupal: desplazamientos en diferentes direcciones, se trabajó movilidad articular utilizando pelotas, trabajo en parejas, lanzamientos de pelotas y ejercicios de coordinación, equilibrio y precisión. Ejercicios respiratorios, dinámica “Tingo tango”, juegos recreativos grupales, alternando las posiciones sentados de pie, regreso a la calma.
PARTE FINAL	Lavado manos, ejercicios respiratorios, elongación muscular, lectura, adivinanzas, juegos de mesa evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

6. Fecha: 23 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, novena de aguinaldos, Dinámicas “el gato y el ratón”, ejercicios de movilidad articular, ejercicios con pelotas, estiramiento muscular mantenido de los principales grupos musculares, desplazamientos diferentes direcciones, realizando descansos frecuentemente.
PARTE CENTRAL	Trabajo en el salón: caminata en el salón realizando movimientos de miembros superiores, ejercicios con palos de escoba, ejercicios respiratorios, dinámica, ejercicios de coordinación y balance, ejercicios de movilidad articular de miembros superiores utilizando la pared, estiramiento muscular.
PARTE FINAL	Lavado manos, ejercicios respiratorios, elongación muscular, lectura alusiva al cuidado de los adultos mayores, juegos de mesa evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

7. Fecha: 26 de Diciembre de 2024

Estructura	Desarrollo
PARTE INICIAL	Saludo, novena de aguinaldos, presentación de la actividad, dinámica “las partes del marranito”, ejercicios de movilidad articular, ejercicios con pelotas, estiramiento muscular mantenido, caminata en diferentes direcciones y ejercicios respiratorios no específicos.
PARTE CENTRAL	Trabajo en el salón: dinámica “cuando yo a la selva fui”, ejercicios de movilidad articular en parejas utilizando pelotas, ejercicios de coordinación y balance, lanzamientos en diferentes direcciones utilizando balones, ejercicios grupales de fortalecimiento muscular, desplazamientos en diferentes direcciones, lanzamientos a la pared, expresiones artísticas y culturales, actividad bailable. Campeonato recreativo de minitejo.
PARTE FINAL	Lavado manos, ejercicios respiratorios, elongación muscular, lectura sobre la importancia de realizar actividad física y actividades culturales, juegos de mesa, evaluación actividad.

Evidencias fotográficas



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Responsable.

LEIDY FABIOLA MANRIQUE

LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA
FISIOTERAPEUTA UIS



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

Fecha: Diciembre 12 de 2024

Objetivo: Propender por la realización de encuentros intergeneracionales con niños y jóvenes realizando actividades que promuevan el contacto entre los adultos del centro vida Rayos de Esperanza y personas de diferentes generaciones con el propósito de fomentar relaciones intergeneracionales.

Con el apoyo de un profesional se realizó la actividad donde se promueve el desarrollo y la participación social de las personas adultas mayores generando una nueva cultura de entendimiento en el proceso del envejecimiento.



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN
RAYOS DE ESPERANZA

PROMOCIÓN DE TRABAJO ASOCIATIVO



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

FERIA EMPRESARIAL

Fecha: Diciembre 17 de 2024

Lugar: Frente al Centro Vida Rayos de Esperanza

Objetivo: dar a conocer los emprendimientos de los adultos mayores en una feria empresarial, donde se exponen las artesanías y trabajos del adulto mayor, se realizó frente al centro vida ya que es un sitio concurrido para que la población puede conocer estos trabajos.

La actividad incluye la organización stand debidamente identificado, disponibilidad de una persona quien se encargó de brindar acompañamiento a los adultos mayores para la venta de sus productos.



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

PROMOCION DE LA CONSTITUCION DE REDESDE APOYO PERMANENTE DE LOS ADULTOS MAYORES

Fecha: Diciembre 11 de 2024

Lugar: Salón Comunal

Objetivo: con el apoyo del hospital Luis Carlos Galán Sarmiento, y su programa de plan colectivo se realizó una capacitación sobre los derechos y deberes de las personas con discapacidad física y mental, al igual temas de autocuidado de los adulto mayores



CORPORACIÓN
RAYOS DE ESPERANZA

CONECTIVIDAD



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

PROMOVER EN LOS ADULTOS MAYORES EL USO DEL INTERNET

Fecha: Diciembre 2024

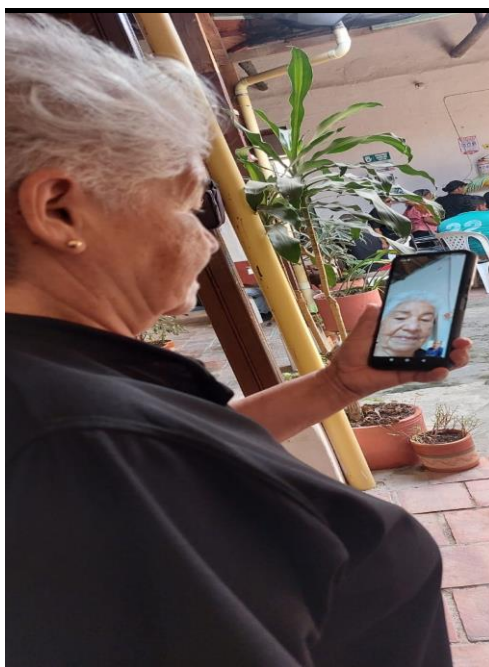
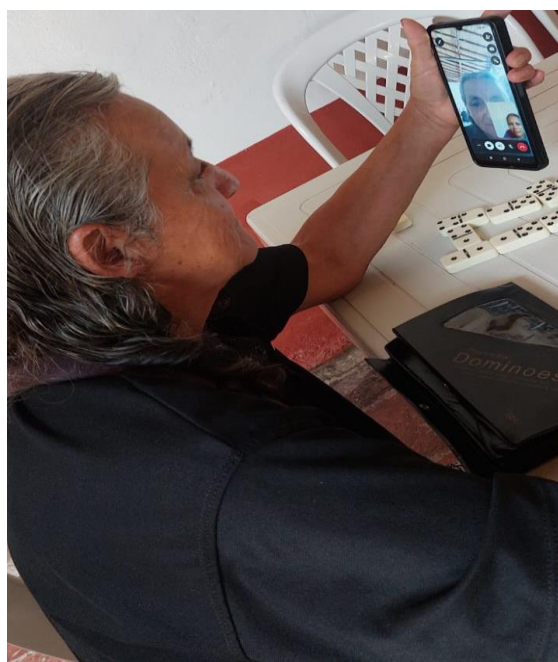
Lugar: Centro Vida Rayos de Esperanza

Objetivo: Permitir a los adultos mayores del centro Vida Rayos de Esperanza mantenerse en contacto con familiares y amigos a través de llamadas telefónicas, videollamadas y redes sociales, lo que reduce la soledad y el aislamiento social.

El centro vida Rayos de Esperanza brinda la oportunidad del uso de las redes sociales para sus adultos el adulto mayor por medio de la red WIFI, lo que ha contribuido en su bienestar psicológico al disminuir los niveles de depresión y aislamiento, permitiendo la comunicación con los seres queridos, aumentando las relaciones sociales saludables y mejorando su calidad de vida, debido a que contribuyen a que el adulto mayor tenga un envejecimiento activo.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

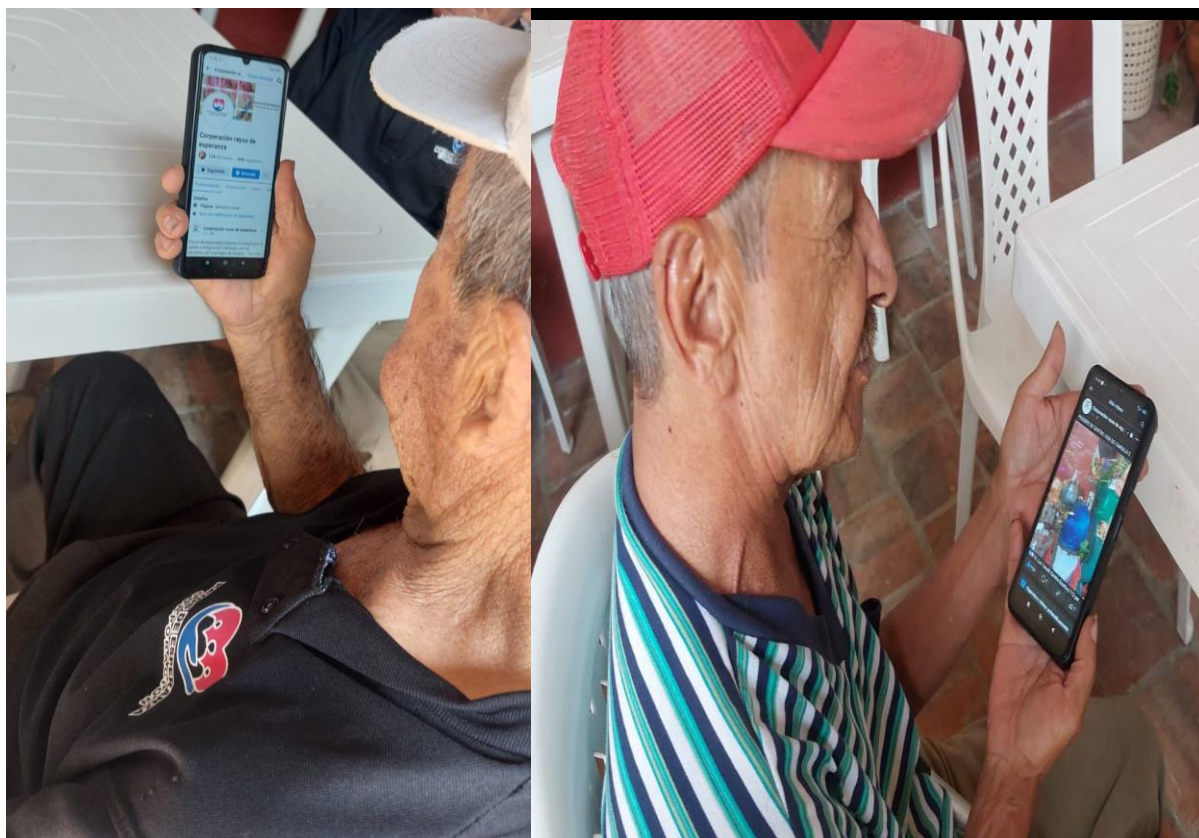
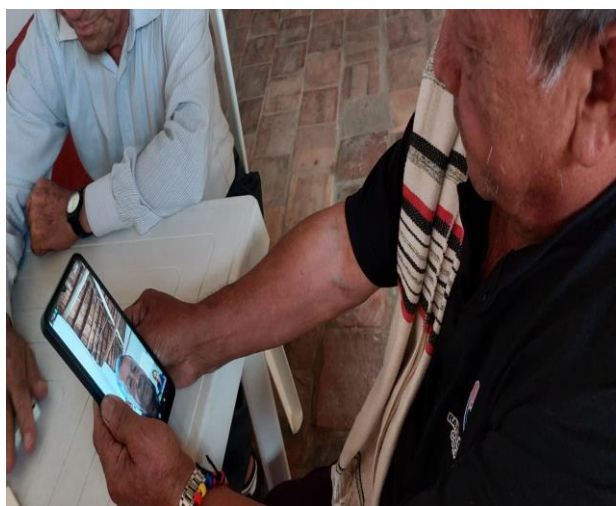


Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Socorro 20 de diciembre de 2024



ASISTENCIA FUNEBRE ALTA GRACIA S.A.S

CERTIFICA AQUIEN PUEDA INTERESAR QUE:

La corporación rayos de Esperanza con NIT 901372769-9 representada legalmente por **JOHANA VIVIANA CARDENAS** con cedula de ciudadanía N° 37.949.102 de Socorro Santander. Se encuentran afiliados con nosotros desde el 5 de diciembre de 2024 al 27 de diciembre de 2024 pagando un auxilio fúnebre a 112 adultos mayores en el municipio de Charalá, Santander, a continuación se relacionan en el listado.

	NOMBRES	APELLIDOS	CEDULA
1	ALICIA	DIAZ MURILLO	28082457
2	ALICIA	GRIMALDO GAMEZ	37.821.371
3	ANA LUCÍA	SANABRIA VÁSQUEZ	28096641
4	ANGEL ARTURO	MARIN MEJIA	2079045
5	ANGEL DE JESUS	MORALES PEREA	5.624.286
6	ANGEL MIGUEL	PICO VARGAS	2079389
7	ANGEL MIGUEL	PINZON MARIN	2.080.674
8	ANTONIO	MANTILLA JIMENEZ	5.624.431
9	ARMINTA	LEON DE RIVERA	28096921
10	AURA MARIA	RODRIGUEZ DE FORERO	28032271
11	AURORA	CASTRO AMAYA	28423102
12	BENILDA	ARENAS ARENAS	28097191
13	BERNARDO	QUINTANILLA GAMEZ	5.623.692
14	BLANCA ROSA	MALDONADO DE AMAYA	28.098.756
15	CARLOS JULIO	PINZON CEDIEL	5624836
16	CECILIA	DELGADO DE CELIS	28098099
17	CRISTINA	RODRIGUEZ ROMERO	37707397
18	CRISTINA	PINZON DE MOLNSALVE	28101283
19	CRISTINA	RODRIGUEZ CARDENAS	37.707.397
20	CRISTOBAL	REYES ALBARRACIN	5623887
21	DAMASO	TORRES FONCE	13702905
22	DOLORES	MONSALVE DE MELGAREJO	28101126
23	ELVIA MARIA	AMADOR PICO	28098848

Alta Gracia S.A.S

Nit: 901.874.244



24	ELVIA MARIA	PARRA DE PORRAS	28.097.148
25	EMIRO	QUINTERO	13842121
26	ENCARNACION	GARCIA LANCHEROS	28097887
27	EVA	PICO CASTRO	27.955.905
28	FAUSTINA	DUARTE DE SANABRIA	28096676
29	FELIX ALFONSO	GOMEZ	5625147
30	FELIX ANTONIO	ARGUELLO ARENAS	5.625.705
31	FLOR MARIA	CARDENAS RINCON	42495111
32	FRANCISCO EVELIO	RINCON FLOREZ	5.625.237
33	GABRIEL	MONTAÑEZ SANDOVAL	2.085.625
34	GERARDO	RAMOS RINCON	5.625.194
35	GONZALO MARIA	GUALDRON MONSALVE	5625384
36	GUILLERMINA	CARDENAS PINZON	37.706.883
37	GUILLERMINA	SANTOS DE SUAREZ	28101319
38	HERCILIA	DIAZ MARTINEZ	41612149
39	HERNANDO	MONSALVE SANTOS	13817881
40	HILDUARDO DE JESUS	BEDOYA ZULETA	16202384
41	ISABEL	BUITRAGO DE GONZALEZ	28098124
42	ISOLINA	RANGEL CORREA	28098622
43	JAIME	SUAREZ	2080667
44	JESUS	PINZON GUEVARA	2079885
45	JESUS ALFREDO	CELON RINCON	13260044
46	JOSE BUENAVENTURA	GUIO HERRERA	5760310
47	JOSE CRISTOBAL	QUINTERO GARCIA	5626174
48	JOSE DANIEL	LOPEZ	1.098.410.739
49	JOSE GABINO	PINZON MARIN	2.080.159
50	JOSE MARIA	FLOREZ CASTRO	5.623.790
51	JOSE VICENTE	RIVERA BALAGUERA	2.085.727
52	JOSE VIECENTE	AMAYA BERNAL	2080110
53	JUAN	PINZON PATIÑO	2080650
54	JUAN DE JESUS	PINZON SANCHEZ	5623041
55	JUAN DOMINGO	RAMIREZ VEGA	2.080.690
56	JUAN EVANGELISTA	RIVERA BALAGUER	2085707
57	ROGELIO	CAMARGO ZABALA	7312054

Alta Gracia S.N.S

Nº: 901.874.244



58	LEONILDE	MENDEZ PEREZ	28094846
59	LEONOR	ARDILA LEON	28.119.072
60	LEONOR	GARCIA CARDENAS	28.098.544
61	LIBARDO	RANGEL LEON	5623722
62	LUCILA	PICO MENDEZ	37705648
63	LUIS ANTONIO	QUINTERO TAPIAS	5.625.368
64	LUIS ENRIQUE	CRUZ CRUZ	5619396
65	LUIS JESUS	GONZALEZ PRADA	5756484
66	LUIS MARIA	PINZON MARIN	2.080.696
67	LUISA DELIA	NIÑO CARDENAS	37.707.132
68	LUZ MARINA	RINCON DE ARDILA	28.098.300
69	LUZ MILA	PARRA RINCON	37.706.790
70	LUZ STELLA	LEON SUAREZ	28098233
71	MANUEL ANTONIO	CARDENAS MURILLO	5623681
72	MANUEL ANTONIO	CRISTANCHO FLOREZ	13.701.536
73	MARCOS FIDEL	RAMOS RINCON	5.625.197
74	MARGARITA	AMAYA CASTRO	28096378
75	MARIA	GOMEZ CAMPOS	41484354
76	MARIA ANGELES	ARENAS DE CARDENAS	28.261.982
77	MARIA ANTONIA	GONZALEZ RODRIGUEZ	20039453
78	MARIA DEL TRANSITO	PEREZ CASTRO	28086416
79	MARIA DOLORES	PINZON FUENTES	28.095.713
80	MARIA ELENA	BENAVIDES DE AMAYA	28096651
81	MARIA ELENA	LUNA TAPIAS	28262133
82	MARIA ELVIRA	MEJIA BENAVIDES	28.096.258
83	MARIA INES	AMAYA AMAYA	28.098.372
84	MARIA LIBRADA	ACEVEDO DE LEON	28097701
85	MARIA LUISA	GONZALEZ DE BUITRAGO	28098488
86	MARIA LUISA	PINZON PATIÑO	28097199
87	MARIA MARGARITA	MONSALVE DE CEDIEL	28.098.742
88	MARIA OLINDA	GRASS DE RAMOS	28.102.640
89	MARIA OTILIA	CRISTANCHO FLOREZ	28.098.849
90	MARIA SOFIA	RANGEL PINZON	28.259.384
91	MARIA ZORAIDA	RANGEL DE MARIN	28.096.421

Alta Gracia S.A.S

Nº: 901.874.244



92	MERCEDES	CARDENAS DE PICO	37885094
93	MERY TULIA	AMAYA	28372717
94	MIGUEL ANTONIO	FONSECA CASTRO	2.079.225
95	NEMESIO	MORANTE PEREA	2080689
96	NOHEMI	MENDEZ DE ACEVEDO	28098511
97	PEDRO ELIAS	SANCHEZ ARDILA	4300659
98	PEDRO EMILIO	ARIAS FONCE	5742829
99	PEDRO OCTAVIO	AMAYA CASTRO	18914151
100	RICARDO	VELANDIA POVEDA	2.080.950
101	ROSA ELENA	TORRES FONCE	37.706.670
102	ROSA MARIA	RODRIGUEZ ROMERO	28.468.193
103	ROSA MARIA	GRASS DE RIVERA	28095263
104	ROSALIA	FLOREZ CASTRO	35.465.333
105	RUBEN	ESTEVEZ	5.624.247
106	SALOMON	OCHOA TIBAGUISA	2074778
107	SAMUEL	LUNA OTERO	5560562
108	SERAFINA	PINZON FUENTES	28101275
109	TERESA	CARDENAS GARAVITO	28097917
110	TERESA	MARTINEZ DE LUNA	27958980
111	VERONICA	CHAPARRO DE PAMPLONA	28098524
112	VITERMINA	BERDUGO	28097401

La presente certificación se expide a solicitud de quien interese a los 20 días del mes de diciembre del 2024

Atentamente,

Tania Fernanda Sarmiento

TANIA FERNANDA SARMIENTO MORENO
C.C. 1101693389
REPRESENTANTE LEGAL
ALTA GRACIA S.A.S

Alta Gracia S.A.S

Nit: 901.874.244

CORPORACIÓN
RAYOS DE ESPERANZA

APORTE DE LA CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

CONVENIO N°223
DICIEMBRE 05 AL 27



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788

INFORME DE COORDINADORA RAYOS DE ESPERANZA

Fecha: 05 al 27 de Diciembre

Objetivo: Programar, convocar y participar de las reuniones de equipo y demás actividades grupales requeridas para el cumplimiento del Anexo Técnico y el documento de estudios previos, al igual que las convocadas por la Subdirección para la Vejez.

Informar oportunamente al Equipo profesional las solicitudes realizadas por el equipo técnico de la Subdirección para la Vejez y el equipo de apoyo a la supervisión.

Garantizar la asistencia de los profesionales a las reuniones y a las diferentes actividades convocadas por la Subdirección para la Vejez.

Introducción

Desde el manejo administrativo del Programa Centro Vida desarrollaremos una serie de actividades, con el fin de contribuir a mejorar la Calidad de Vida de los Adultos Mayores beneficiarios del Programa Centro Vida Rayos de Esperanza del Municipio de Charalá, liderando un control y seguimiento al desarrollo de cada uno de los componentes desde donde se contemplan una serie de acciones propias del Programa Centro Vida, requerido para el cumplimiento del Convenio de Asociación que se suscriba con nuestra Entidad, con el fin de ejecutar el Programa como lo establece la norma, fortaleciendo así el bienestar Psicosocial, Familiar y Comunitario de este grupo poblacional.

Un coordinador de centro vida es responsable de administrar las funciones diarias de un centro vida, como la planificación e implementación de programas, la coordinación del personal, el registros, y la garantía del cumplimiento de las políticas y regulaciones.

Es posible que un coordinador del centro vida también tenga que manejar emergencias, resolver conflictos y evaluar el impacto y la calidad de los servicios del centro; oportunidades incluyen marcar una diferencia positiva en la vida de las personas, desarrollar nuevas habilidades y conocimientos, construir relaciones y redes, y avanzar en su carrera.



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA

JUSTIFICACIÓN

Todo centro vida debe tener un coordinador quien es responsable de administrar las funciones diarias de un centro, como la planificación e implementación de programas, la coordinación del personal y los voluntarios, el mantenimiento de presupuestos y registros, y la garantía del cumplimiento de las políticas y regulaciones.

El coordinador del centro también actúa como enlace entre el centro y sus partes interesadas, como clientes, socios, financiadores y el público. Es posible que un coordinador del centro también tenga que manejar emergencias, resolver conflictos y evaluar el impacto y la calidad de los servicios del centro.

Al igual se enfrenta a varios retos y oportunidades en su trabajo. Algunos de los desafíos incluyen lidiar con recursos limitados, múltiples demandas, necesidades diversas y circunstancias cambiantes. Un coordinador de centro tiene que equilibrar los intereses y expectativas de las diferentes partes, como el personal, los clientes, los financiadores y los reguladores. Un coordinador de centro también tiene que lidiar con el estrés, el agotamiento y la incertidumbre. Algunas de las oportunidades incluyen marcar una diferencia positiva en la vida de las personas, desarrollar nuevas habilidades y conocimientos, construir relaciones y redes, y avanzar en su carrera.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

- Supervisar las actividades y operaciones del centro Vida
- Coordinar al personal
- Garantizar el cumplimiento de las políticas y regulaciones
- Actuar como enlace entre el centro y sus partes interesadas
- Manejar emergencias y resolver conflictos
- Realizar los informes y coordinar las actividades

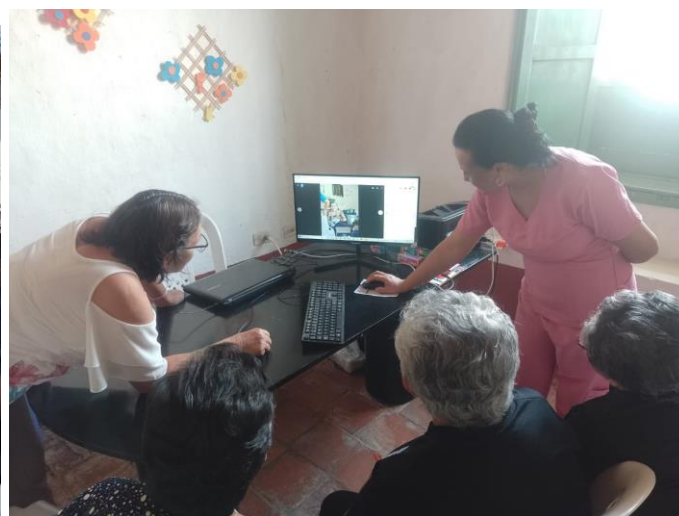
CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



CORPORACIÓN RAYOS DE ESPERANZA



Rayos de esperanza
CORPORACIÓN

RayosdeesperanzaCorporacion@gmail.com

Tel: 316 162 8788



PLANILLA DE AUTOLIQUIDACIÓN DE APORTES
PLANILLA NRO. 31779258
REFERENCIA DE PAGO (PIN):
Fecha Pago Planilla: 2024-12-03

PAGADA

DATOS DEL APORTANTE					
RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA	TIPO DE PERSONA	Jurídica	TIPO DE DOCUMENTO	NIT
Nro. DE IDENTIFICACIÓN	901372769	D.V.	9	TIPO DE APORTANTE	B menor a 200 empleados
DIRECCIÓN DE CORRESPONDENCIA	CRA 8 27 05	DEPARTAMENTO	SANTANDER	MUNICIPIO	SOCORRO
ACTIVIDAD ECONÓMICA	8810	CORREO ELECTRÓNICO	RAYODESPERANZA2023@GMAIL.COM	TELÉFONO	3000000
FAX	0	SUCURSAL	0	NOMBRE SUCURSAL	0
TIPO DE ENTIDAD	Privada	ARL	ARL SURA	Tipo de aportante	Empleador

REPRESENTANTE LEGAL					
Nro. DE IDENTIFICACIÓN	37949102	PRIMER APELLIDO	CARDENAS	SEGUNDO APELLIDO	DUARTE
PRIMER NOMBRE	JHANNA	SEGUNDO NOMBRE	VIVIANA		

PERÍODO COTIZACIÓN PENSIÓN		PERÍODO COTIZACIÓN SALUD		FORMA DE PRESENTACIÓN
Año: 2024	Mes: 11	Año: 2024	Mes: 12	Sucursal
Nro. DE TRABAJADORES		Vlr. TOTAL NÓMINA		Nro. DE RADICACIÓN
50		\$56.355.004		31779258



PLANILLA DE AUTOLIQUIDACIÓN DE APORTES
PLANILLA NRO. 31986975
REFERENCIA DE PAGO (PIN):
Fecha Pago Planilla: 2024-12-23

PAGADA

DATOS DEL APORTANTE					
RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA	TIPO DE PERSONA	Jurídica	TIPO DE DOCUMENTO	NIT
Nro. DE IDENTIFICACIÓN	901372769	D.V.	9	TIPO DE APORTANTE	E menor a 200 empleados
DIRECCIÓN DE CORRESPONDENCIA	CRA 8 27 05	DEPARTAMENTO	SANTANDER	MUNICIPIO	SOCORRO
ACTIVIDAD ECONÓMICA	8810	CORREO ELECTRÓNICO	RAYODEESPERANZA2023@GMAIL.COM	TELÉFONO	3000000
FAX	0	SUCURSAL	0	NOMBRE SUCURSAL	0
TIPO DE ENTIDAD	Privada	ARL	ARL SURA	Tipo de aportante	Empleador

REPRESENTANTE LEGAL					
Nro. DE IDENTIFICACIÓN	37949102	PRIMER APELLIDO	CARDENAS	SEGUNDO APELLIDO	DUARTE
PRIMER NOMBRE	JHANNA	SEGUNDO NOMBRE	VIVIANA		

PERÍODO COTIZACIÓN PENSIÓN		PERÍODO COTIZACIÓN SALUD		FORMA DE PRESENTACIÓN
Año: 2024	Mes: 12	Año: 2025	Mes: 01	Sucursal
Nro. DE TRABAJADORES		Vlr. TOTAL NÓMINA		Nro. DE RADICACIÓN
53		\$60.948.344		31986975

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 52707364		SANABRIA ALAYA ILIAYE	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CR 15 17 67	SOCORRO-SANTANDER	5555555	No
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Valor
2024-12	2024-12	0-0389621	9478856691	I	2025/01/17	2024/12/13	BANCO DE OCCIDENTE	\$580,900

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																					
EMPLEADO			PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$2,000,000	\$320,000			\$2,000,000	\$250,000			\$0	\$0			\$2,000,000	\$10,500		\$0	\$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$2,000,000	\$320,000			\$2,000,000	\$250,000			\$0	\$0			\$2,000,000	\$10,500		\$0	\$0
Ciudad: SOCORRO Depto: SANTANDER (1 Afiliados)					\$2,000,000	\$320,000			\$2,000,000	\$250,000			\$0	\$0			\$2,000,000	\$10,500		\$0	\$0
1	CC 52707364	SANABRIA ILIAYE	230301	30	\$2,000,000	\$320,000	EP5005	30	\$2,000,000	\$250,000	0		\$0	\$0	14-11	30	\$2,000,000	\$10,500	0	\$0	\$0
Total Afiliados(1)					\$2,000,000	\$320,000			\$2,000,000	\$250,000			\$0	\$0			\$2,000,000	\$10,500		\$0	\$0

DATOS GENERALES DEL APORTANTE											
Identificación	dv	Razon Social		Clase Aportante		Sucursal Principal		Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 52707364		SANABRIA ANAYA ILMAYE		INDEPENDIENTE		PRINCIPAL		CR 15 17 67	SOCORRO-SANTANDER	5555555	No
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION											
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago				
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco		Dias Mora	Valor	
2024-12	2024-12	04389621	9478856691	I	2025/01/17	2024/12/13	BANCO DE OCCIDENTE		0	\$580,500	
RESUMEN DE PAGO											
RIESGO		CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES		VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)					1	\$320,000	\$0	\$0		\$320,000	
PORVENIR		230301	800,224,808	8	1	\$320,000	\$0	\$0		\$320,000	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)					1	\$10,500	\$0	\$0		\$10,500	
ARL SURA		14-11	890,903,790	5	1	\$10,500	\$0	\$0		\$10,500	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)					1	\$250,000	\$0	\$0		\$250,000	
SANTAS		EPS005	800,251,440	6	1	\$250,000	\$0	\$0		\$250,000	
TOTAL					1	\$580,500	\$0	\$0		\$580,500	

CONSULTA EMPLEADO

RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA
IDENTIFICACIÓN APORTANTE	NE-901372769
SUCURSAL	0
FECHA PAGO	2024-12-23
IDENTIFICACIÓN EMPLEADO	CC-36459475
NOMBRE EMPLEADO	MARI DE JESUS OSPINO MARTINEZ
EPS	NUEVA EMPRESA PROMOTORA DE SALUD S.A. EPSS
AFP	PORVENIR
CAJA COMPENSACIÓN	Caja Santandereana de Subsidio Familiar CAJASAN
ARL	ARL SURA - SEGUROS DE VIDA SURAMERICANA S.A.
NÚMERO PLANILLA	31986975
REFERENCIA PAGO(PIN)	
TIPO PLANILLA	E
PERIODO PENSIÓN	2024-12
PERIODO SALUD	2025-01
TIPO COTIZANTE	Dependiente
SUBTIPO COTIZANTE	Sin Subtipo
ACTIVIDAD ECONÓMICA	3662901
NOVEDAD INGRESO INICIAL	2024-12-05
NOVEDAD INGRESO FINAL	2024-12-27

ING	Fecha INC	RET	Fecha RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	Fecha VSP	VTE	VST	SUN	Fecha Sin Inicio	Fecha Sin Fin	IGE	Fecha Ige Inicio	Fecha Ige Fin	LMA	Fecha LMA	Fecha LMA Fin	VAC	Fecha Vac Inicio	Fecha Vac Fin	AVP	VCT	Fecha VCT Inicio	Fecha VCT Fin	IRL	Fecha IRL Inicio	Fecha IRL Fin
X	5/12/24	X	27/12/24																								0			

SISTEMA GENERAL DE PENSIONES

Días Cot	IBC	Tarifa	Col. Obligatoria	Col. Voluntaria		Total	Fondo de Solidaridad de	Fondo de Subsistencia	Valor no retenido
				Afiliado	Aportante				
23	996.667	0,1600000	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE SALUD

Días Cot	IBC	Tarifa	Col. Obligatoria	UPC adicional	Incapacidades E.G		Licencias de Maternidad o	
					Número Autorización	Valor	Número Autorización	Valor
23	996.667	0,0400000	\$ 39.900	\$ 0	0	\$ 0	0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE RIESGOS LABORALES

Días Cot	IBC	Tarifa	Col. Obligatoria	Código de centro de trabajo
23	996.667	0,0243600	\$ 24.300	3

APORTES PARAFISCALES

Días Cot	Caja de Compensación Familiar			Sena			ICBF		ESAP		MIN DE EDUCACIÓN	
	IBC	Tarifa	Col. Obligatoria	IBC	Tarifa	Col. Obligatoria	Tarifa	Col. Obligatoria	Tarifa	Col.	Tarifa	Col. Obligatoria
23	996.667	0,0400000	\$ 39.900	0	0,0600000	\$ 0	0,0000000	\$ 0	0,0030000	\$ 0	0,0000000	\$ 0

TOTAL COTIZACIÓN EMPLEADO

Pensión	Salud	Riesgos	Parafiscales	Total
\$ 159.500	\$ 39.900	\$ 24.300	\$ 39.900	\$ 263.600

CONSULTA EMPLEADO

RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA
IDENTIFICACIÓN APORTANTE	NI-901372769
SUCURSAL	0
FECHA PAGO	2024-12-23
IDENTIFICACIÓN EMPLEADO	CC-1101992476
NOMBRE EMPLEADO	KELLY JOMANA GUEVARA SANCHEZ
EPS	NUOVA EM/PRESA PROMOTORA DE SALUD S.A.
AFP	PORVENIR
CAJA COMPENSACIÓN	Caja Solidaria de Subsidio Familiar CAJASAN
ARL	ARL SURA - SEGUROS DE VIDA SURAMERICANA S.A.
NÚMERO PLANILLA	31960975
REFERENCIA PAGO(PIN)	
TIPO PLANILLA	E
PERÍODO PENSIÓN	2024-12
PERÍODO SALUD	2025-01
TIPO COTIZANTE	Dependiente
SUBTIPO COTIZANTE	Sin Subtipo
ACTIVIDAD ECONÓMICA	3889201
NOVEDAD INGRESO INICIAL	2024-12-05
NOVEDAD INGRESO FINAL	2024-12-27

ING	Fecha ING	RET	Fecha RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	Fecha VSP	VTE	VST	SUN	Fecha Sin Inicio	Fecha Sin Fin	IGE	Fecha Ige Inicio	Fecha Ige Fin	LMA	Fecha LMA	Fecha LMA Fin	VAC	Fecha Vac Inicio	Fecha Vac Fin	AVP	VCT	Fecha VCT Inicio	Fecha VCT Fin	IRL	Fecha IRL Inicio	Fecha IRL Fin
X	5/12/24	X	27/12/24																								0			

SISTEMA GENERAL DE PENSIONES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Cot. Voluntaria		Total	Fondo de Solidaridad de	Fondo de Subsistencia	Valor no retenido
				Afiliado	Aportante				
23	996.667	0,1600000	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE SALUD

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	UPC adicional	Incapacidades E.G.		Licencias de Maternidad o	
					Número Autorización	Valor	Número Autorización	Valor
23	996.667	0,0400000	\$ 39.900	\$ 0	0	\$ 0	0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE RIESGOS LABORALES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Código de centro de trabajo
23	996.667	0,0243600	\$ 24.300	90137276

APORTES PARAFISCALES

Días Cot	Caja de Compensación Familiar			Sena			ICBF		ESAP		MIN DE EDUCACIÓN	
	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	Cot.	Tarifa	Cot. Obligatoria
23	996.667	0,0400000	\$ 39.900	0	0,0000000	\$ 0	0,0000000	\$ 0	0,0000000	\$ 0	0,0000000	\$ 0

TOTAL COTIZACIÓN EMPLEADO

Pensión	Salud	Riesgos	Parafiscales	Total
\$ 159.500	\$ 39.900	\$ 24.300	\$ 39.900	\$ 263.600

CONSULTA EMPLEADO

RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA
IDENTIFICACIÓN APORTANTE	NI-901372769
SUCURSAL	0
FECHA PAGO	2024-12-23
IDENTIFICACIÓN EMPLEADO	CC-37707080
NOMBRE EMPLEADO	ESPERANZA CELIS DELGADO
EPS	COOPERATIVA DE SALUD COOSALUD E.S.S
AFP	Administradora Colombiana de Pensiones COLPENSIONES
CAJA COMPENSACIÓN	Caja Santandereana de Subsidio Familiar CAJASAN
ARL	ARL SURIA - SEGUROS DE VIDA SURAMERICANA S.A.
NÚMERO PLANILLA	31986875
REFERENCIA PAGO(PIN)	
TIPO PLANILLA	E
PERIODO PENSIÓN	2024-12
PERIODO SALUD	2025-01
TIPO COTIZANTE	Dependiente
SUBTIPO COTIZANTE	Sin Subtipo
ACTIVIDAD ECONÓMICA	2811001
NOVEDAD INGRESO INICIAL	2024-12-05
NOVEDAD INGRESO FINAL	2024-12-27

ING	Fecha ING	RET	Fecha RET	TDE	TAE	TOP	TAP	VSP	Fecha VSP	VTE	VST	SUN	Fecha Sin inicio	Fecha Sin Fin	IGE	Fecha Ige Inicio	Fecha Ige Fin	LMA	Fecha LMA	Fecha LMA Fin	VAC	Fecha Vac Inicio	Fecha Vac Fin	AVP	VCT	Fecha VCT Inicio	Fecha VCT Fin	IRL	Fecha IRL Inicio	Fecha IRL Fin
X	5/12/24	X	27/12/24																								0			

SISTEMA GENERAL DE PENSIONES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Cot. Voluntaria		Total	Fondo de Solidaridad de	Fondo de Subistencia	Valor no retenido
				Afiliado	Aportante				
23	996.667	0.1600000	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE SALUD

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	UPC adicional	Incapacidades E.G		Licencias de Maternidad o	
					Número Autorización	Valor	Número Autorización	Valor
23	996.667	0.0400000	\$ 39.900	\$ 0	0	\$ 0	0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE RIESGOS LABORALES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Código de centro de trabajo
23	996.667	0.0104400	\$ 10.500	2

APORTES PARAFISCALES

Días Cot	Caja de Compensación Familiar			Sena			ICBF		ESAP		MIN DE EDUCACIÓN	
	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	CoL	Tarifa	Cot. Obligatoria
23	996.667	0.0400000	\$ 39.900	0	0.0000000	\$ 0	0.0000000	\$ 0	0.0000000	\$ 0	0.0000000	\$ 0

TOTAL COTIZACIÓN EMPLEADO

Pensión	Salud	Riesgos	Parafiscales	Total
\$ 159.500	\$ 39.900	\$ 10.500	\$ 39.900	\$ 249.800

CONSULTA EMPLEADO

RAZÓN SOCIAL	CORPORACION RAYOS DE LA ESPERANZA
IDENTIFICACIÓN APORTANTE	NI-961372769
SUCURSAL	0
FECHA PAGO	2024-12-23
IDENTIFICACIÓN EMPLEADO	CC-1074008944
NOMBRE EMPLEADO	YENSI MILENA CORREA GAVIRIA
EPS	COOPERATIVA DE SALUD COOSALUD E.S.S
AFP	PROTECCION (ING+PROTECCION)
CAJA COMPENSACIÓN	Caja Benfandereana de Subsidio Familiar CAJASAN
ARL	ARL SURA - SEGUROS DE VIDA SURAMERICANA S.A.
NÚMERO PLANILLA	31986876
REFERENCIA PAGO(FIN)	
TIPO PLANILLA	E
PERIODO PENSIÓN	2024-12
PERIODO SALUD	2025-01
TIPO COTIZANTE	Dependiente
SUBTIPO COTIZANTE	Sin Subtipo
ACTIVIDAD ECONÓMICA	3582901
NOVEDAD INGRESO INICIAL	2024-12-05
NOVEDAD INGRESO FINAL	2024-12-27

ING	Fecha ING	RET	Fecha RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	Fecha VSP	VTE	VST	SLN	Fecha Sin Inicio	Fecha Sin Fin	IGE	Fecha Ige Inicio	Fecha Ige Fin	LMA	Fecha LMA	Fecha LMA Fin	VAC	Fecha Vac Inicio	Fecha Vac Fin	AVP	VCT	Fecha VCT Inicio	Fecha VCT Fin	IRL	Fecha IRL Inicio	Fecha IRL Fin
X	5/12/24	X	27/12/24																								0			

SISTEMA GENERAL DE PENSIONES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Cot. Voluntaria		Total	Fondo de Solidaridad de	Fondo de Subistencia	Valor no retenido
				Afiliado	Aportante				
23	996.667	0.1600000	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 159.500	\$ 0	\$ 0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE SALUD

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	UPC adicional	Incapacidades E.G		Licencias de Maternidad o	
					Número Autorización	Valor	Número Autorización	Valor
23	996.667	0.0400000	\$ 39.900	\$ 0	0	\$ 0	0	\$ 0

SISTEMA GENERAL DE RIESGOS LABORALES

Días Cot	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Código de centro de trabajo
23	996.667	0.0243600	\$ 24.300	3

APORTES PARAFISCALES

Días Cot	Caja de Compensación Familiar			Sena			ICBF		ESAP		MIN DE EDUCACIÓN	
	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	IBC	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	Cot. Obligatoria	Tarifa	Cot.	Tarifa	Cot. Obligatoria
23	996.667	0.0400000	\$ 39.900	0	0.0000000	\$ 0	0.0000000	\$ 0	0.0030060	\$ 0	0.0000000	\$ 0

TOTAL COTIZACIÓN EMPLEADO

Pensión	Salud	Riesgos	Parafiscales	Total
\$ 159.500	\$ 39.900	\$ 24.300	\$ 39.900	\$ 263.600

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE				DATOS GENERALES DE LA PLANILLA													
TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE CIUDADANIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	50067466	NÚMERO PLANILLA:	1746206436	TIPO DE PLANILLA:	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	diciembre	AÑO	2024	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	diciembre	AÑO	INDEPENDIENTES	2024
NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:	CHARALA	DEPARTAMENTO:	GLADYS JOHANA MENDEZ SILVA	PERIODO COTIZACIÓN OTROS													
Ciudad/Municipio:	CHARALA	TELEFONO:	7257763	DÍAS DE MORA:	0												
DIRECCIÓN:	CALLE 22 # 13-14	CLASE APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	FECHA PAGO (aaaa/mm/aaaa):	2024/12/17	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	068117938										
TIPO APORTANTE:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Otras actividades profesionales, científicas y de														
TIPO EMPRESA:	UNICO																
FORMA DE PRESENTACIÓN:	UNICO																
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):	NO																

TOTAL APORTES A PENSIÓN										TOTAL APORTES A SALUD									
CÓDIGO	ADMINISTRADORA	NOMBRE	Nº. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS	FSP	SUBSISTENCIA	MORA	TOTALES	CÓDIGO	ADMINISTRADORA	NOMBRE	Nº. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD	LICENCIA MATERNIDAD	SALDO A FAVOR	LIQUIDACIÓN	MORA	TOTALES
230301	230301-PORVENIR		1	\$ 208.000	EMPLEADOR	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	EP5005	EP5005-SANTAS S.A.		1	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR
SUBTOTALES:																			

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES										PARAFISCALES									
DATOS DEL COTIZANTE										PENSIÓN									
Nº IDENTIFICACIÓN	NOMBRE	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	PRESTACIÓN	NO	ADMIN	IBC	COTIZACIÓN	SUBSISTENCIA	SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS	INDICADOR TAREFA ESPECIAL	TOTAL APORTES	ADMIN	IBC
230301	230301-PORVENIR																		

TOTAL \$ 402.200

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES COMPROBANTE DE PAGO

DATOS GENERALES DEL APORTANTE		
TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN: 1095458417
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	LEIDY FABIOLA MANRIQUE SANABRIA	
CIUDAD/MUNICIPIO:	COROMORO DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CALLE 8A # 16-39	TELÉFONO: 2222222
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE: I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA: Actividades reguladoras y
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO	
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):	NO	

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA		
NÚMERO PLANILLA:	7951024321	TIPO DE PLANILLA: I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN:	MES: diciembre	PERIODO COTIZACIÓN: MES: diciembre
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO: 2024	SALUD: AÑO: 2024
DÍAS DE MORA:	0	
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2024/12/18	NÚMERO AUTORIZACIÓN: 1135332143

NOVEDADES																
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP

LIQUIDACIÓN GENERAL						
				TOTALES		
				COTIZANTES	TOTAL PAGADO	
PENSIÓN						
		ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE				
800224808	230301	230301-PORVENIR		1	\$ 208.000	
SUBTOTAL:				1	\$ 208.000	
SALUD						
		ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE				
900156264	EPS037	EPS037-NUEVA EPS		1	\$ 162.500	
SUBTOTAL:				1	\$ 162.500	
RIESGOS PROFESIONALES						
		ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE				
860011153	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.		1	\$ 6.800	
SUBTOTAL:				1	\$ 6.800	

VALOR SIN MORA:	\$ 377.300
VALOR MORA:	\$ 0
TOTAL PAGADO:	\$ 377.300



RAZÓN SOCIAL :	DARLIN DAYANA RINCON RAMIREZ
IDENTIFICACIÓN:	CC-1101694504
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2024-12-17
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-01-02
FECHA DE PAGO:	2024-12-17
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DAVIVIENDA
PERÍODO PENSIÓN:	2024-12
PERÍODO SALUD:	2024-12
NÚMERO PLANILLA:	31810085
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	31810085
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS037	900156264	NUEVA E.P.S. S.A.	1	\$ 1.300.000	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 162.500	\$ 162.500
25-14	900336004	COLPENSIONES	1	\$ 1.300.000	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 208.000	\$ 208.000
14-7	860002503	SEGUROS BOLIVAR	1	\$ 1.300.000	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 6.800	\$ 6.800
Total a pagar					\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 377.300	\$ 377.300

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	04/02/2025
----------------------------------	------------



PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 13703131



DATOS GENERALES DEL APORTANTE			
Nombre ó Razón Social	JOSE NOEL PEREZ MORALES		
Tipo Identificación	CÉDULA DE CIUDADANÍA	Número de Identificación	13703131
Ciudad/Municipio	CHARALA	Departamento	SANTANDER
Dirección	CARRERA 18 23-41	Teléfono	7258396
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades de servicios
Tipo Aportante	02-INDEPENDIENTE	Clase Aportante	INDEPENDIENTE
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA			
Número Planilla	5166635910	Tipo de Planilla	INDEPENDIENTES
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2024	Periodo Cotización Salud	diciembre / 2024
Días de Mora	0	Fecha Pago	2024/12/06
Número Autorización	0671980796		

INFORMACIÓN BÁSICA			
Nombres	JOSE NOEL	Apellidos	PEREZ MORALES
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	13703131
Tipo cotizante	INDEPENDIENTE CONTRATO	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	CHARALA
Salario Básico	\$ 1.300.000	Tipo de Salario	

NOVEDADES															
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	IRP
	30														

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL			
PENSIÓN		Administradora	25-14 COLPENSIONES
Días	30	IBC	\$ 1.300.000
Tarifa	16,000 %	Cotización Obligatoria	\$ 208.000
FSP - Solidaridad	\$ 0	FSP - Subsistencia	\$ 0
Aportes Voluntarios Empleador	\$ 0	Aportes Voluntarios Cotizante	\$ 0
Indicador tarifa especial	Normal	Total Aporte	\$ 208.000

SALUD		Administradora	NUEVA EPS CM
Días	30	IBC	\$ 1.300.000
Tarifa	12,500 %	Cotización Obligatoria	\$ 162.500
Nro Incapacidad por Enf. General		Valor	\$ 0
Nro Licencia de Maternidad		Valor	\$ 0
Valor ADRES	\$ 0	Total Aporte	\$ 162.500

RIESGOS PROFESIONALES		Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Días	30	IBC	\$ 1.300.000
Clase de Riesgo	III	Tarifa	2,436 %
Centro de Trabajo	13703131	Total Aporte	\$ 31.700

TOTAL PAGADO:

\$ 402.200