FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS
NIT. 900.632.931-9

Bucaramanga, febrero 27 de 2025

Doctor:
Maria Isabel Ballesteros
Supervisora Encargada Convenio No 159- 2024
Alcaldía Municipal
Bucaramanga

CENTRO VIDA

Cordial Saludo:

Por medio del presente oficio hago entrega del informe de cumplimiento de obligaciones contractuales del convenio No 159 del 10 de octubre del 2024 PERIODO COMPRENDIDO 01 al 15 DE FEBRERO DEL 2025.

RECURSO MUNICIPAL.

No	ENTREGABLES	SI	NO
1	INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES	X	
2	INFORME FINANCIERO DE EJECUCIÓN DE LOS RECURSOS DEL CONVENIO	X	
3	INFORME FINANCIERO DE EJECUCIÓN DE LOS RECURSOS DE LA ESAL	X	
4	LISTA DE BENEFICIARIOS	X	
5	LISTADO FIRMADO Y/O HUELLA VISIBLE DE LA ATENCION DIARIA	X	
6	PARAFISCALES	X	

Cordialmente:

Claudia Bueno Rivera
C.C. 63.362.476 De Bucaramanga
Representante Legal

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONVENIO DE ASOCIACIÓN No. 059 del 12 DE OCTUBRE DEL 2024

Supervisor (a)
MARIA ISABEL BALLESTEROS NOBZA
Técnico Operativo Grado 25
Municipio de Bucaramanga.

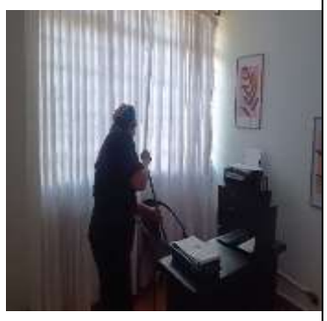
Con toda atención me permito presentar informe de actividades correspondiente al periodo comprendido entre el 1 Febrero de 2025 al 10 de Febrero de 2025 en los siguientes términos:

CONTRATISTA	FUNDACIÓN CENTRO DIA TERESA DE JESÚS
DEPENDENCIA	SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL
FECHA DE PRESENTACIÓN	MARZO 12 DEL 2025
NÚMERO DE INFORME	05

NÚMERO	OBLIGACIÓN	PRODUCTO	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1.	ALIMENTACIÓN	EL objetivo de nuestra fundación es cumplir con el convenio establecido para el centro vida con los adultos mayores, lo cual se desarrolla en el proceso de la alimentación servida a la mesa, la cual se realiza según la minuta semanal entregada por nuestra profesional en nutrición quien no la socializada y nos da las recomendaciones de acuerdo a los diagnósticos de algunos adultos mayores, diariamente la alimentación a los adultos mayores se realiza de acuerdo a la minuta la cual su objetivos es cumplir con los nutrientes y calorías que deben consumir los usuarios del convenio como es frutas, vegetales, granos y proteína. . Estas observaciones de nuestra profesional en nutrición se basan en la valoración que se le realiza a cada uno de los adultos	Se prepararon 1.020 desayuno almuerzos y refrigerios hasta la fecha estipulada. Actividad realizada de lunes a viernes.		    

		mayores como es el peso, talla y diagnósticos. Diariamente se les recuerda a los adultos mayores que antes de consumir los alimentos debemos bañarnos los manos así mismo que en todas las comidas diariamente deben tener en cuenta comer despacio y masticar bien los alimentos, Así mismo se les informa que todos los alimentos preparados en nuestra fundación se realizan bajos de sal y azúcar para el bienestar de cada uno de ellos. Diariamente al ingreso a nuestra fundación a todos los adultos mayores se les realiza la toma de signos vitales donde el resultado se registra en el formato de toma de signos, con el fin de mantener una información en caso de alguna descompensación, de acuerdo al resultado nuestras enfermeras según sus diagnósticos se les recuerda a los que toman medicamentos para la tensión las diabetes la importancia de tomarlos todos los días, de acuerdo a lo estipulado por el medico cumpliendo los horarios con el fin de que se logra mantener el diagnóstico y no tenga cambios al asistir al control. Otro cosa importante es el consumir			     

		agua ya que con ello ayudamos a los riñones a eliminar el sodio y las toxinas. Otro de los temas tratados con mucha relevancia es mantener la higiene personal informándoles que esta les ayuda a estimular circulación sanguínea evitando aparición de problemas dérmicos, y también eliminamos las células muertas, y grasa de la piel. Y así mismo podemos compartir con nuestros compañeros. El objetivo de la fundación dar cumplimiento en la alimentación de acuerdo a la minuta la cual es determinadas con cantidades y frecuencia para consumir los alimentos por medio del cual logramos nuestro organismo siempre funciones en mejores. condiciones. Los alimentos que se preparan siempre cumplen los protocolos realizando el emplatado con las cantidades adecuadas para cada alimento con el fin de que los disfruten sin perjuicio alguno. Para fundación la regla de oro es que la comida servida a la mesa se			    

		realice de acuerdo a los protocolos establecidos por nuestra jefe, para lo cual siempre se debe tener en cuenta la distribución y las cantidades de cada uno de los alimentos. Los espacios utilizados por nuestros adultos mayores se mantiene diariamente aseados y arreglados como lo es las mesas, sillas, y todos los implementos que realicen para el proceso de sus actividades. Con respecto al almacenamiento de los alimentos se determina de acuerdo al proceso de cada uno como es mantener la desinfección de la nevera , tener en cuenta la temperatura de los alimentos, los que nos ayuda a la prevención y la proliferación de los virus o las bacterias y así mismo evitar las plagas. La profesional en nutrición nos capacita sobre el cuidado que debemos tener al preparar los alimentos a los adultos mayores como el lavado, la conservación, el tiempo de cocción entre otros con el fin de que nuestros adultos mayores mantengan su bienestar y sana alimentación.		   

2.	**PSICOLOGIA** Taller de buenos hábitos de vida saludable e higiene dirigido a los usuarios del Centro Vida Teresa de Jesús**.** Taller # 2 Conmemoración del día Internacional de la prevención de la Depresión.	Promover un estilo de vida saludable y mejorar los hábitos de higiene entre los adultos mayores para fortalecer su salud física, emocional y social. 1. Introducción • Bienvenida e introducción al taller. • Breve explicación sobre la importancia de los hábitos saludables y la higiene en la vida de los adultos mayores. • Objetivos y expectativas del taller. 2. Buenos Hábitos de Vida • Nutrición balanceada: Importancia de una alimentación equilibrada que incluya todos los grupos alimenticios. Ejemplos de menús sencillos y saludables. • Ejercicio físico: Actividades adaptadas a la capacidad de los adultos mayores (caminar, yoga, ejercicios de fuerza, estiramientos). Explicar la importancia de moverse para mantener la movilidad y la salud general. • Descanso adecuado: Importancia del sueño y cómo mejorar la calidad del descanso. • Hidratación: La importancia de beber suficiente agua durante el día y los efectos del consumo insuficiente de líquidos. 3. Estilo de Vida Saludable • Manejo del estrés y bienestar emocional: Técnicas de relajación como la meditación, la respiración profunda, y el contacto social. • Socialización: La importancia de mantener relaciones sociales y participar en actividades comunitarias. • Prevención de enfermedades: Hablar sobre la importancia de las visitas médicas regulares, las vacunas y cómo prevenir enfermedades comunes en la vejez. • Uso responsable de medicamentos: Explicar cómo tomar medicamentos	*Objetivo del Taller;* Promover un estilo de vida saludable y mejorar los hábitos de higiene entre los adultos mayores para fortalecer su salud física, emocional y social	*Taller*	    Ç+

		correctamente, evitar la automedicación, y la importancia de la consulta médica. 4. Higiene Personal • Higiene corporal: Rutinas para el cuidado personal diario (baño, cuidado de la piel, cuidado de las uñas y el cabello). • Higiene bucal: Cómo cuidar los dientes y encías, y la importancia de las visitas periódicas al dentista. • Prevención de caídas: Cómo mejorar la seguridad en el hogar, especialmente en el baño, para evitar accidentes.			

3	**TALLER DE MANUALIDADES**	Seguimos con el proceso del proyecto de la realización del Jarrón **Proceso Realización de un Jarrón.** Seguimos en el proceso de que todos los adultos sigan realizando las 400 ruedas, con el fin de dar el otro paso el cual es inflar un globo y con silicona o Colbon vamos aplicando y pegando las rueda alrededor de la bomba, teniendo en cuenta de que todos los adultos mayores no tienen la misma capacidad y agilidad para realizar los pasos del proyecto. Las manualidades para nuestros adultos mayores generan muchos beneficios ya que les ayuda. 1- A mejorar la memoria 2. Fomentan la concentración. 3. Desarrollan la creatividad 4. Reducen el estrés 5. Mejora su autoestima demostrando que son capaces de realizar las manualidades. 6. Socializan con los compañeros. 7. Fortalecen las manos y los dedos. 8. Desarrollan la coordinación. 9. Mejoran su postura. 10. Aprenden a mantener la paciencia. Como observamos en las evidencias cada adulto mayor es atento a cada una de las explicaciones de las talleristas con el fin de ejecutar el proyecto pasa a paso. Y así lograr la terminación. Los adultos mayores expresan el gusto por estas actividades y les pueden demostrar a sus familiares que a pesar de sus años	En estas actividades el objetivo es que cada adulto mayor al realizar el proyecto desarrolle su motricidad. creatividad como eje fundamental en su bienestar, y motivando el espíritu emprendedor como fuente de generar ingresos a través de su conocimiento adquirido. El objetivo es incentivar el reciclaje de manera se le puede dar un uso productivo empleando la creatividad. En esta actividad los usuarios mostraron interés y participaron positivamente, también se pudo evidenciar el trabajo en equipo. Es importante resaltar que cada una de las actividades establecidas en el cronograma de manualidades se realizan bajo la voluntad de cada participante y el trabajo en equipo para conseguir alguno de los materiales, que en la mayoría de los casos son reciclables y están bajo el alcance de cada adulto mayor. Por otra parte, se logra identificar dentro del grupo usuarios con excelente creatividad destacando en los		    

		tiene la facilidad de lograr hacer muchas cosas por sus propios medios.	resultados de cada proyecto.		
5	**AUXILIARES DE ENFERMERIAS**	Diariamente se realiza la valoración de toma de signos a los adultos mayores, como es tensión, prueba de glucosa en sangre con el objetivo de conocer su estado de salud, por lo tanto, cuando los adultos mayores ingresan al centro día los dejamos descansar un lapso de cinco a diez minutos ya que como se vienen caminando desde sus casas debemos dar un tiempo prudencial con el fin de que la toma de tensión no le salga alterada. Así mismo de acuerdo al resultado se les realiza recomendaciones a cada adulto mayor para evitar que sufran complicaciones en su estado de salud. Como es moderar el consumo de azúcar, sal, grasas y harinas. Con ello logramos mantener nuestro el peso de acuerdo a nuestra estatura y el desarrollo de otras enfermedades.	Se llevaron actividades encaminadas enfocadas a la prevención con el objetivo que nuestros adultos mayores tengan presente los cuidados que deben tener de acuerdo a sus diagnósticos.		   
	CHARLAS	El amor por los animales: El amor que pueden tener un animal en la vida de los adultos mayores es muy importante ya que para ellos genera beneficios: 1. Reducen el estrés y la ansiedad. Ya que la presencia del adulto	Para nuestro centro vida es de vital importancia dar charlas y/o capacitaciones ya que ellos enseñan a los adultos mayores a aumentar su autonomía y conllevar un envejecimiento		

		mayor tener un animal lo ayuda a calmarse y a relajarse. 2. Mejora su salud emocional: Ya que para el adulto mayor tener un animal le proporciona una compañía y un apoyo. 3. Mejorar la salud física: Ya que los ayudan a mejorar su salud física y hacen ejercicio al salir a caminar con su mascota. El amor que nos genera al tener un animal en nuestra casa, es un sentimiento muy grande, ya que nos ayuda a nuestra salud emocional, física, también nos enseña el proceso de como educarlo.	activo y saludable.		 
	Masajes Geriátricos	Esta actividad está diseñada con el fin de brindar espacios de relajación en el adulto mayor, para tratar ciertos puntos donde existe dolor y rigidez muscular. Por medio de esta técnica los usuarios experimentan buena circulación y les brinda una sensación de bienestar general, aliviando sus dolencias. Estos masajes geriátricos tienen una durabilidad de 10 a 15 minutos, utilizando un aceite de eucalipto ya que de acuerdo a sus componentes alivia dolores de artrosis, tensión muscular y promueve la relajación de los músculos.	Se realiza de acuerdo al cronograma establecido, en el tiempo acordado. Con la finalidad de priorizar el bienestar integral del adulto mayor.	.	 

	Resistencia y Coordinación de miembros superiores	Esta actividad se realiza con los adultos mayores con el fin de ayudarlos a mantener un mejor sostenimiento y movilidad de sus miembros. Por lo tanto, por grupos, los adultos mayores trasladaron imaginariamente un pastel el cual era cargado en una charola. Donde logramos que los adultos mayores realicen ejercicios de extensiones de brazos, flexiones de brazos y elevaciones de brazos. Por ello el sostener la charola mide la forma y la capacidad que tienen para desarrollar dicha actividad.			
	Comida Saludable	Se realizo la actividad de la comida saludable una torta de papa, donde todos los adultos mayores participaron aportan una papa para realizar el torta de igual forma también llevaba queso salado, donde se inicio cocinando cinco libras de papa se dejo enfriar y después se rayo, se mezcló el queso, mantequilla y condimentos después se engraso un molde y se esparció la mezcla, obteniendo como el resultado una delicioso torta de papa en forma de arepas la cual la disfrutaron los adulto mayores. Con estas actividades logramos enseñarles a los adultos mayores que se puede preparar, variedad de alimentos, manejando un límite de sal, usando métodos de cocción los cuales son saludables y podemos hornear, cocinar al vapor o saltear los alimentos. También les enseño a utilizar hierbas y especias para agregar el sabor cambiando la sal y el azúcar.			   

	Curaciones	Se realiza curaciones a los adultos mayores, que presentan lesiones en la piel o por caídas las cuales sufres rapaduras leves. Las curaciones de heridas: Se realizan lavándola y en algún momento cubriéndola con vendaje estéril para prevenir infecciones. Haciendo recomendaciones que al realizar el baño se deben quitar los vendajes para lavar muy bien la herida.			 
	Baile Terapéutico	El baile terapéutico es una excelente opción para los adultos mayores ya que les ayuda a mejorar la salud física, emocional y mental. Así mismo mejora la movilidad y la flexibilidad el baile terapéutico puede ayudar a mejorar la movilidad y la flexibilidad lo que puede reducir el riesgo de caídas. Reduce el estrés y la ansiedad, el movimiento y la música pueden ayudar a reducir el estrés y la ansiedad promoviendo una sensación de calma y relajación. Mejora la autoestima y la confianza, esto ayuda a los adultos mayores a mantener un buen desarrollo de su salud mental. Fomenta la socialización ya que puede interactuar con los compañeros.			 

6	**Toma de signos vitales**	Diariamente a los adultos mayores al llegar a la institución se les deja descansar un tiempo prudente para después realizarles la toma de signos vitales, y glucometría. Al tomarle a cada adulto mayor los signos vitales y la glucometría se registra en la ficha de cada usuario los resultados de cada uno. De acuerdo a estos resultados se le realizan recomendaciones a los adultos mayores para que tenga cuidado y evite todo lo que realice alteraciones en su estado de salud. Ya que una de las recomendaciones básicas para nuestros adultos mayores es disminuir el consumo de grasas, harinas, sal y azúcar, pues el alto consumo de los anteriores elementos nos pueden alterar la tensión, se puede subir la diabetes, las harinas contribuyen en cantidades altas a que se les suba la tensión y con ellos se desarrolló el dolor de las articulaciones ya que es mayor el peso que tenemos.	Actividad diseñada a la recolección de firmas o huellas de acuerdo a la condición que tenga el adulto mayor para identificar su registro de asistencia a la institución. De esta manera garantizamos que este usuario recibe la atención y los servicios ofrecidos.		 
	Registro de asistencia	Cada adulto mayor dentro de la fundación se lleva un registro de asistencia al centro día para llevar datos exactos en la planilla de firmas y de esta manera ejercer un control sobre las ausencias si existieran en algún momento y novedades que se presenten. Se garantizan actividades que nos permite brindar un acompañamiento ante las necesidades cada usuario de acuerdo al usuario y crear el compromiso que debe tener con la fundación, ya que los beneficios le aseguran tener una mejor condición de salud, por los	Esta actividad está diseñada para cumplir los lineamientos del programa como lo es el bienestar integral de los adultos mayores.		 

		alimentos recibidos y atención oportuna por parte del cuerpo de profesionales.			
	Acompañamiento en la solicitud de citas a los adultos mayores.	Se da acompañamiento a los adultos mayores ante la solicitud de citas médicas en la eps que se encuentran afiliados. Así mismo revisamos los controles, citas con los especialistas, medicamentos pendientes, con el fin de que los adultos mayores mejoren su calidad de vida y prevenga futuras complicaciones. Otra actividad es realizar las autorizaciones vía wasap según la eps del adulto mayor, ya que a ellos se le dificulta realizar estos procedimientos.	El objetivo de esta actividad es enseñar a los adultos mayores la importancia de tomar los medicamentos para prevenir enfermedades y reducir el riesgo.		
	Charla Importancia De Los Cuidados De La Piel.	Durante este mes, se dio a conocer un tema los cuidados de la piel en el adulto mayor. La importancia del cuidado de la piel en los adultos mayores requiere de los siguientes consejos y recomendaciones: 1. Debemos bañarnos la cara todos los días con jabón. 2. Mantener una crema hidratante para aplicarnos después del baño. 3. Utilizar protector solar. Consejos: 1. Evitar el tabaco y el alcohol, estos pueden dañar la piel y aceleran el envejecimiento. 2. Tomar suficiente agua es importante para mantener la piel hidratada 3. Tener una dieta equilibrada comiendo fruticas, verduras y nutrientes.	El objetivo de esta actividad es enseñar a los adultos mayores la importancia de tomar los medicamentos para prevenir enfermedades y reducir el riesgo.		 

7	**DEPORTOLOGO DE ACTIVIDAD FISICA E INTERACCION SOCIAL**	Iniciamos este mes socializando las actividades a ejecutar haciendo las recomendaciones pertinentes como lo es utilizar la ropa adecuada para la actividad así mismo una buena hidratación.			
	ACTIVIDAD DE MOVILIDAD ARTICULAR MUSICALIZADA Y DE ESTIRAMIENTOS . **ACTIVIDAD JUEGO CON MATERIAL**	Esta actividad consistía en organizarse de forma circular los usuarios y por medio de la música ejecutar movimientos con la finalidad de realizar una relajación muscular y estiramiento. Esta actividad consiste en que cada adulto mayor debía insertar la rueda en el cono desde una distancia aproximada de 1 metro, con este tipo de ejecución buscamos que el adulto mayor trabaje la coordinación y ejecución por medio del juego, teniendo en cuenta que debe estar concentrado para lograr el objetivo de la clase. En esta actividad participaron muy activo los usuarios mostrando interés y satisfacción por el trabajo realizado. Saludo de bienvenida explicación de la actividad recreativa y actividad del perdón	La actividad se realiza donde los adultos mayores se organizan de forma circular y ellos según la música ejecutar movimientos con la finalidad de realizar una relajación muscular y estiramiento.		   
7	**DEPORTOLOGO DE ACTIVIDAD COGNITIVA.** **ACTIVIDADES GRUPALES COGNITIVAS**	**Primera actividad:** el profesor organiza a los participantes en sillas alrededor del salón. Comienza con la charla de la importancia del perdón y de poder vivir el aquí y el ahora, donde la invitación fue de perdonarse a ellos mismos y también de poderse perdonar con los compañeros por actitudes que se tienen y no gustan. Luego como segunda instancia realizamos una serie de juegos recreativos enfocados y llamados a la guerra de los SEXOS, donde disfrutaron			

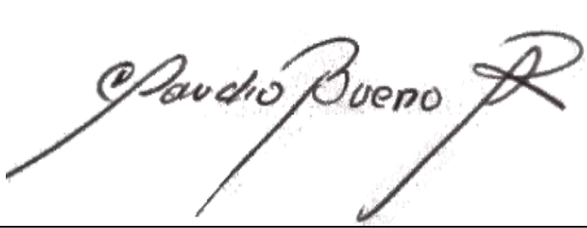
		actividades de coordinación oculo manual. Trabajaron con bombas, y lanzamiento con un objeto que se llevó para desarrollar la actividad. Luego se realizó un juego con música donde manejamos diferentes ritmos musicales sacando expresiones y por último se dejó un tiempo de baile. Se finaliza la actividad con la evaluación y la expresión de que cosas mejorarían en su vida. de coordinación oculo manual. Trabajaron con bombas, y lanzamiento con un objeto que se llevo para desarrollar la actividad. Luego se realizo un juego con música donde manejamos diferentes ritmos musicales sacando expresiones y por ultimo se dejo un tiempo de baile. Se finaliza la actividad con la evaluación y la expresión de que cosas mejorarían en su vida.			     
8	**DEPORTOLOGO DE ACTIVIDAD DEPORTIVAS Y CULTURALES**	**Bienvenida y reflexión:** Los participantes se reunieron para una charla sobre la importancia de la reflexión personal y el perdón. Se invitó a los participantes a reflexionar sobre sus experiencias y emociones. **Actividades recreativas:** Se realizaron una serie de juegos y actividades recreativas enfocados en la comunicación, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos. Estas actividades incluyeron:			 

9	**NUTRICIONISTA**	**- "La búsqueda del tesoro": Un juego de búsqueda en el que los participantes debían trabajar en equipo.** **para encontrar objetos escondidos.** **- "La danza de la vida": Una actividad de danza en la que los participantes debían expresar sus emociones y experiencias a través del movimiento.** **Evaluación y reflexión:** Al final de la actividad, se realizó una evaluación y se invitó a los participantes a reflexionar sobre qué cosas habían aprendido y cómo podrían aplicarlas en su vida diaria. **ACTIVIDAD EDUCACIÓN NUTRICIONAL** **TEMA:** Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas. **METODOLOGÍA:** Mediante charla dirigida se inicia actividad con los adultos mayores y con el fin de afianzar conocimientos se entrega actividad escrita para ser desarrollada. **DESARROLLO:** Como método de introducción a la actividad prevista se inicia con unas adivinanzas, posterior a esto se da a conocer a los adultos mayores que las frutas son agradables para la mayoría de las personas, niñas y niños, las consumen con agrado. Además son muy versátiles, ya que pueden comerse al natural, en trozos, en jugos con agua o leche, combinadas con verduras en ensaladas o con otros alimentos como aderezos, entre otras posibilidades.	**OBJETIVO:** Proporcionar conocimiento a los adultos mayores en temas relacionados con alimentación y Nutrición.		     

		Nuestro país es un paraíso de frutas y verduras y nos ofrece una inmensa oferta de ellas a lo largo del año y en todas las regiones. Este mensaje nos invita a incluir frutas y verduras en la alimentación diaria de toda la familia. Las frutas y verduras constituyen una fuente disponible y muy variada de vitaminas y minerales. Las verduras también son fuente importante de vitaminas y minerales, que contribuyen a la regulación de diferentes procesos vitales. Son la base de las ensaladas y al ser alimentos con una amplia gama de colores y sabores, permiten construir platos llamativos y agradables, más aún cuando son combinadas con frutas. Qué beneficios trae comer frutas y verduras? Comer frutas y verduras en abundancia nos sirve para: - Mantener y mejorar la salud. - Variar la alimentación diaria. - Mantener un peso saludable, pues nos proporcionan una sensación de saciedad rápida, con un bajo aporte de calorías. - Reducir el riesgo de padecer ECNT como: DM2, HTA, dislipidemias, ECV, cáncer gástrico y colorectal, entre otras. - Evitar el estreñimiento, gracias a su contenido de fibra dietaria. - La fibra además es importante para ayudar a reducir los niveles de colesterol y disminuir la absorción de la glucosa, lo que previene enfermedades del corazón y la diabetes. Así mismo, la fibra soluble es importante para ayudar a reducir los niveles de colesterol.			 

		- Recibir micronutrientes esenciales para el adecuado			

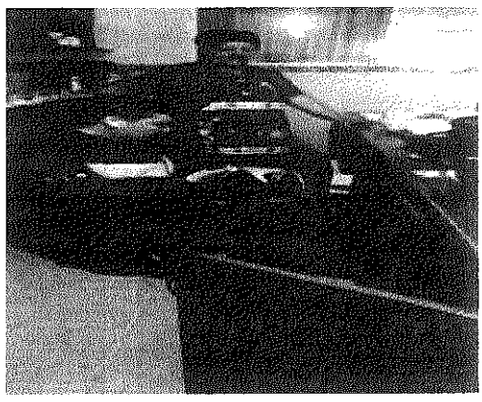
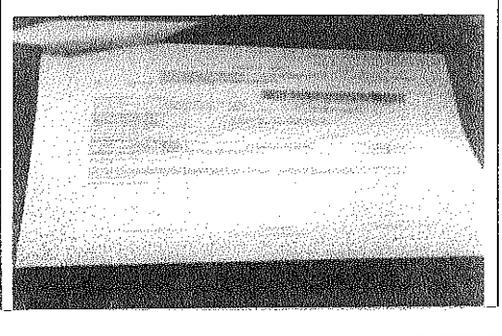
CONTRATISTA

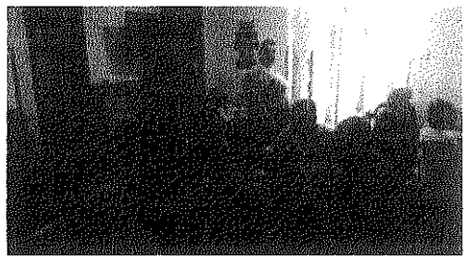


Claudia Bueno Rivera
Fundación Centro Día Teresa de Jesús
Representante Legal

INFORME DE ACTIVIDADES COORDINADORA- CLAUDIA MILENA QUINTERO
INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	Febrero 1 al 10 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	Febrero 28 del 2025
NUMERO DE INFORME	5

NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1	COORDINACION	En este mes inicie realizando la asistencia a los adultos mayores, asi preguntando que si tenían la necesidad de hablar con un profesional de igual tema personal como lo es psicología, nutrición etc. Se realiza acompañamiento en las actividades de los profesionales, con el fin de obtener las evidencias en cada proceso que realizan. Se atendió al técnico de vanti, el cual realizo una mantenimiento y revisión del gas, lo cual es muy importante para el centro vida ya que con ello tenemos la seguridad de que no suceda ningún accidente. Se realizo actividad de stop pero en grupos de cuatro donde a cada grupo de acuerdo a la letra contestaban entre todos se apoyaban Realizo acompañamiento a los adultos mayores en solicitud de citas médicas vía telefónica.		   

		Realizo acompañamiento en la servida a la mesa de los alimentos para los adultos mayores.		
		Se revisa el inventario semanal del mercado con las manipuladoras, para obtener el nuevo pedido del mercado.		
		Se recibe a los adultos mayores al ingreso de la fundación		
		Se toma evidencia donde se revisan que las manipuladoras cumplan con los protocolos de bioseguridad exigidos para garantizar la calidad de los alimentos recibidos por los adultos mayores.		

		Así mismo se realiza la inspección del aseo realizado a todas las áreas utilizadas por nuestros adultos mayores cumpliendo con los protocolos de limpieza y desinfección.		

	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
	FIRMA:
	NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA **CC. 63.362.476**

Firma _____

Nombre CLAUDIA MILENA QUINTERO
Cc: 63.487.920

en línea

Planilla Resultado

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 63487920		QUINTERO CLAUDIA MILENA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 33 # 21 - 84 pap 402	BUCARAMANGA-SANTANDER	6964766	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-02	2025-02	31128182	9481974740	I	2025/03/06	2025/03/03	BANCO DE OCCIDENTE	0	$413,300

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				NOVEDADES															PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS					PARAFISCALES				
No.	Identificación		Nombre	ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Tarifa	Aporte	Dias	IBC	Aporte	Exonerado SENA e ICBF	Total Aportes
SUCURSAL: PRINCIPAL (1 Afiliados)																						$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500		$7,500		$0	$0		$413,300
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)																						$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500		$7,500		$0	$0		$413,300
Ciudad: BUCARAMANGA Depto: SANTANDER (1 Afiliados)																						$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500		$7,500		$0	$0		$413,300
1	CC	63487920	QUINTERO CLAUDIA																		25-14	30	$1,423,500	$227,800	EPS002	30	$1,423,500	$178,000		0	$0	$0	14-23	30	$1,423,500	0.522%	$7,500	0	$0	$0	No	$413,300
Total	**Afiliados(1)**																					$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500		$7,500		$0	$0		$413,300

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 63487920		QUINTERO CLAUDIA MILENA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 33 # 21 - 84 pap 402	BUCARAMANGA-SANTANDER	6964766	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-02	2025-02	31128182	9481974740	I	2025/03/06	2025/03/03	BANCO DE OCCIDENTE	0	$413,300

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$227,800	$0	$0	$227,800
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$227,800	$0	$0	$227,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$7,500	$0	$0	$7,500
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$7,500	$0	$0	$7,500
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$178,000	$0	$0	$178,000
SALUD TOTAL	EPS002	800,130,907	4	1	$178,000	$0	$0	$178,000
TOTAL				1	$413,300	$0	$0	$413,300

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.

900.632.931-9

Cel: 315 8109250

PAGOS

No. 1631

FECHA

10/02/25

PAGADO A: CLAUDIA MILENA QUINTERO

C.C. O NIT: CELULAR:

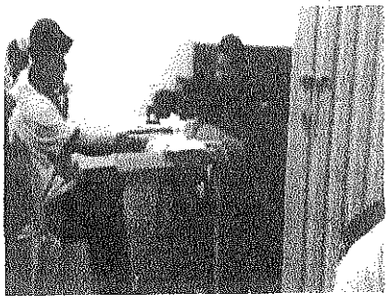
DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

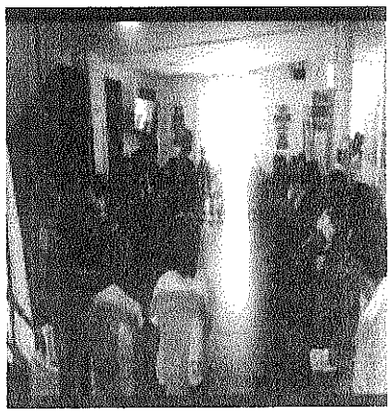
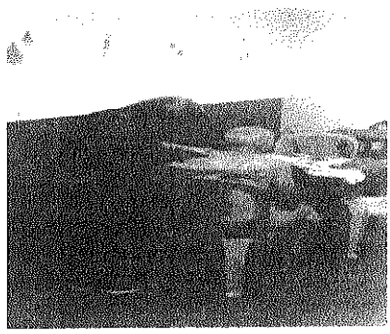
DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios como profesional en COORDINADORA del CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS. Periodo facturado 01 al 10 de febrero del 2025	$666.667
TOTAL A PAGAR $	$666.667

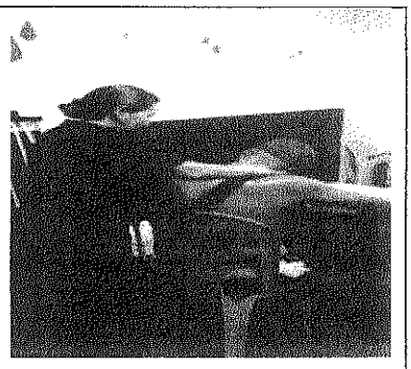
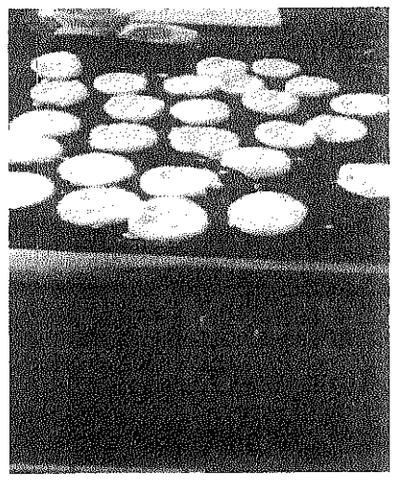
Recibí Conforme:
C.C. No. 63.487 920

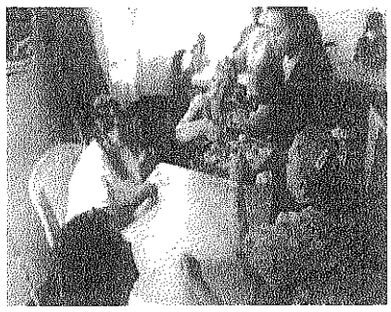
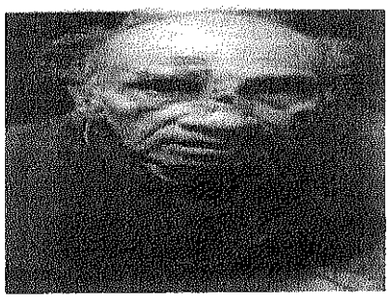
INFORME DE ACTIVIDADES DE AUXILIAR DE ENFERMERÍA: AURORA VARGAS SANTOS
INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	1 febrero al 10 febrero de 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	Febrero 25 2025
NÚMERO DE INFORME	05

NÚMERO	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1	**AUXILIAR DE ENFERMERÍA** **Toma de signos vitales**	Diariamente se realiza la valoración de toma de signos a los adultos mayores, como es tensión, prueba de glucosa en sangre con el objetivo de conocer su estado de salud, por lo tanto, cuando los adultos mayores ingresan al centro día los dejamos descansar un lapso de cinco a diez minutos ya que como se vienen caminando desde sus casas debemos dar un tiempo prudencial con el fin de que la toma de tensión no le salga alterada. Así mismo de acuerdo al resultado se les realiza recomendaciones a cada adulto mayor para evitar que sufran complicaciones en su estado de salud. Como es moderar el consumo de azúcar, sal, grasas y harinas. Con ello logramos mantener nuestro el peso de acuerdo a nuestra estatura y el desarrollo de otras enfermedades	Esta actividad va encaminada y enfocada a la prevención con el objetivo que nuestros adultos mayores tengan presente los cuidados que deben tener de acuerdo a sus diagnósticos.	    

2	**Charlas**	El amor por los animales: El amor que pueden tener un animal en la vida de los adultos mayores es muy importante ya que para ellos genera beneficios: 1. Reducen el estrés y la ansiedad. Ya que la presencia del adulto mayor tener un animal lo ayuda a calmarse y a relajarse. 2. Mejora su salud emocional: Ya que para el adulto mayor tener un animal le proporciona una compañía y un apoyo. 3. Mejorar la salud física: Ya que los ayudan a mejorar su salud física y hacen ejercicio al salir a caminar con su mascota. El amor que nos genera al tener un animal en nuestra casa, es un sentimiento muy grande, ya que nos ayuda a nuestra salud emocional, física, también nos enseña el proceso de como educarlo.	Para nuestro centro vida es de vital importancia dar charlas y/o capacitaciones ya que ellos enseñan a los adultos mayores a aumentar su autonomía y conllevar un envejecimiento activo y saludable.	 
3	Masajes Geriátricos	Esta actividad está diseñada con el fin de brindar espacios de relajación en el adulto mayor, para tratar ciertos puntos donde existe dolor y rigidez muscular. Por medio de esta técnica los usuarios experimentan buena circulación y les brinda una sensación de bienestar general, aliviando sus dolencias.	Se realiza de acuerdo al cronograma establecido, en el tiempo acordado. Con la finalidad de priorizar el bienestar integral del adulto mayor.	

		Estos masajes geriátricos tienen una durabilidad de 10 a 15 minutos, utilizando un aceite de eucalipto ya que de acuerdo a sus componentes alivia dolores de artrosis, tensión muscular y promueve la relajación de los músculos.		
4	**Resistencia y Coordinación de miembros superiores**	Esta actividad se realiza con los adultos mayores con el fin de ayudarlos a mantener un mejor sostenimiento y movilidad de sus miembros. Por lo tanto, por grupos, los adultos mayores trasladaron imaginariamente un pastel el cual era cargado en una charola. Donde logramos que los adultos mayores realicen ejercicios de extensiones de brazos, flexiones de brazos y elevaciones de brazos. Por ello el sostener la charola mide la forma y la capacidad que tienen para desarrollar dicha actividad.		
5	**Comida Saludable**	Se realizo la actividad de la comida saludable una torta de papa, donde todos los adultos mayores participaron aportan una papa para realizar el torta de igual forma también llevaba queso salado, donde se inicio cocinando cinco libras de papa se dejo enfriar y después se rayo, se mezcló el queso, mantequilla y condimentos después se engraso un molde y se esparció la mezcla, obteniendo como el resultado una delicioso torta de papa en forma de arepas la cual la disfrutaron los adulto mayores. Con estas actividades logramos enseñarles a los		 

		un límite de sal, usando métodos de cocción los cuales son saludables y podemos hornear, cocinar al vapor o saltear los alimentos. También les enseño a utilizar hierbas y especias para agregar el sabor cambiando la sal y el azúcar.		 
6	**Curaciones**	Se realiza curaciones a los adultos mayores, que presentan lesiones en la piel o por caídas las cuales sufres rapaduras leves. Las curaciones de heridas: Se realizan lavándola y en algún momento cubriéndola con vendaje estéril para prevenir infecciones. Haciendo recomendaciones que al realizar el baño se deben quitar los vendajes para lavar muy bien la herida.		 
7	**Baile Terapéutico**	El baile terapéutico es una excelente opción para los adultos mayores ya que les ayuda a mejorar la salud física, emocional y mental. Así mismo mejora la movilidad y la flexibilidad el baile terapéutico puede ayudar a mejorar la movilidad y la flexibilidad lo que puede reducir el riesgo de caídas.		

		Reduce el estrés y la ansiedad, el movimiento y la música pueden ayudar a reducir el estrés y la ansiedad promoviendo una sensación de calma y relajación. Mejora la autoestima y la confianza, esto ayuda a los adultos mayores a mantener un buen desarrollo de su salud mental. Fomenta la socialización ya que puede interactuar con los compañeros.		 

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
FIRMA: Aurora Vargas Santos	FIRMA: Claudia Bueno R
NOMBRE: AURORA VARGAS SANTOS	NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA

CONCLUSIONES:

- El apoyo en salud y/o auxiliar enfermería realizo actividades de tomas de signos vitales a los usuarios asistentes.
- Se les realiza actividades físicas de acuerdo a la capacidad de cada adulto mayor
- En esta semana se observan a los usuarios recibiendo sin ninguna complicación.
- Se les enseña a los adultos mayores el proceso de realizar comidas y jugo saludables
- Se realizan masajes geriátricos
- Revisión de historia clínica y anexos de novedades
- Acompañamiento a entrega de complemento nutricional y toma de signo a los usuarios beneficiarios de este programa.

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que AURORA VARGAS SANTOS identificado(a) con CC 60307627 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social.

APORTANTE: ADMINISTRADORA COLOMBIANA DE PENSIONES COLPENSIONES NI 900336004																	
Clave Planilla	Clave Pago	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades							
									ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	sus
9480637411	1240183980	2025-02-03	EPS	EPS005	SANITAS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-02	30							X	

Este certificado se expide el día 2025-02-10 a las 20:02.

PAGADO

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.

900.632.931-9

Cel: 315 8109250

PAGOS

No. 1632

FECHA

10/02/25

PAGADO A: AURORA VARGAS SANTOS

C.C. O NIT: CELULAR:

DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios como profesional en AUXILIAR EN ENFERMERIA del CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS. Periodo facturado del 01 al 10 de febrero del 2025	400.000
TOTAL A PAGAR $	$ 400.000

Aprobó:

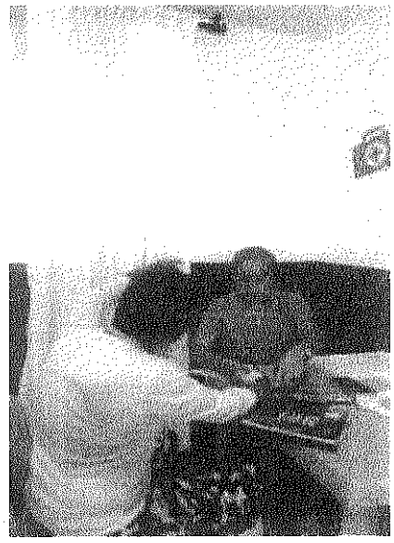
Recibí Conforme:

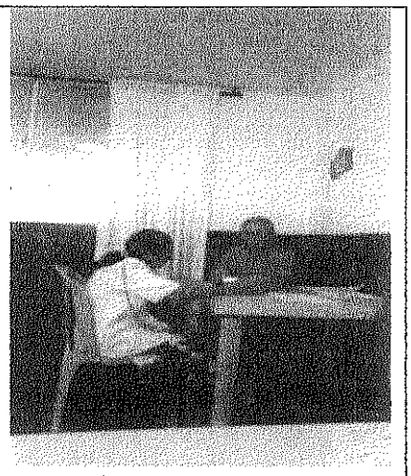
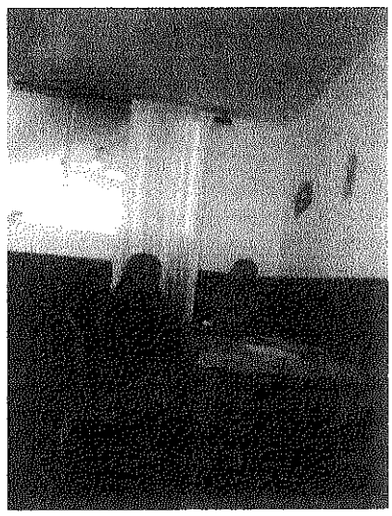
C.C. No. 60.307 627

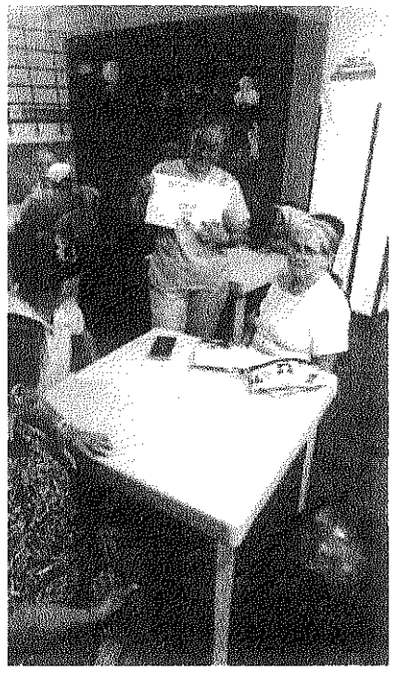
INFORME DE ACTIVIDADES DE AUXILIAR DE ENFERMERÍA: MONICA SERRANO GOMEZ

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS.

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	01 Febrero al 10 Febrero 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	Febrero
NÚMERO DE INFORME	05

NÚMERO	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1	**AUXILIAR DE ENFERMERÍA** **Toma de signos vitales**	Diariamente a los adultos mayores al llegar a la institución se les deja descansar un tiempo prudente para después realizarles la toma de signos vitales, y glucometría. Al tomarle a cada adulto mayor los signos vitales y la glucometría se registra en la ficha de cada usuario los resultados de cada uno. De acuerdo a estos resultados se le realizan recomendaciones a los adultos mayores para que tenga cuidado y evite todo lo que realice alteraciones en su estado de salud. Ya que una de las recomendaciones básicas para nuestros adultos mayores es disminuir el consumo de grasas, harinas, sal y azúcar, pues el alto consumo de los anteriores elementos nos pueden alterar la tensión, se puede subir la diabetes, las harinas contribuyen en cantidades altas a que se les suba la tensión y con ellos se desarrolló el dolor de las articulaciones ya que es mayor el peso que tenemos.	En este mes de febrero se realizaron actividades para la atención integral a nuestros adultos mayores, con el fin de garantizar su bienestar y calidad de vida. Incentivando a cada adulto mayor sobre el proceso que debe cumplir con los diagnósticos registrados en su historia clínica.	 

2	**Registro de asistencia**	Cada adulto mayor dentro de la fundación se lleva un registro de asistencia al centro día para llevar datos exactos en la planilla de firmas y de esta manera ejercer un control sobre las ausencias si existieran en algún momento y novedades que se presenten. Se garantizan actividades que nos permite brindar un acompañamiento ante las necesidades cada usuario de acuerdo al usuario y crear el compromiso que debe tener con la fundación, ya que los beneficios le aseguran tener una mejor condición de salud, por los alimentos recibidos y atención oportuna por parte del cuerpo de profesionales.	Actividad diseñada a la recolección de firmas o huellas de acuerdo a la condición que tenga el adulto mayor para identificar su registro de asistencia a la institución. De esta manera garantizamos que este usuario recibe la atención y los servicios ofrecidos. ,	 
3	**Acompañamiento en la solicitud de citas a los adultos mayores**	Se da acompañamiento a los adultos mayores ante la solicitud de citas médicas en la eps que se encuentran afiliados. Así mismo revisamos los controles, citas con los especialistas, medicamentos pendientes, con el fin de que los adultos mayores mejoren su calidad de vida y prevenga futuras complicaciones. Otra actividad es realizar las autorizaciones vía wasap según la eps del adulto mayor, ya que a ellos se le dificulta realizar estos procedimientos.	Esta actividad está diseñada para cumplir los lineamientos del programa como lo es el bienestar integral de los adultos mayores.	

3	**Charla Los Cuidados de la piel**	Durante este mes, se dio a conocer un tema los cuidados de la piel en el adulto mayor. La importancia del cuidado de la piel en los adultos mayores requiere de los siguientes consejos y recomendaciones: 1. Debemos bañarnos la cara todos los días con jabón. 2. Mantener una crema hidratante para aplicarnos después del baño. 3. Utilizar protector solar. Consejos: 1. Evitar el tabaco y el alcohol, estos pueden dañar la piel y aceleran el envejecimiento. 2. Tomar suficiente agua es importante para mantener la piel hidratada 3. Tener una dieta equilibrada comiendo fruticas, verduras y nutrientes.	El objetivo de esta actividad es enseñar a los adultos mayores la importancia de tomar los medicamentos para prevenir enfermedades y reducir el riesgo.	 

CONTRATISTA	**APROBADO REPRESENTANTE LEGAL**
FIRMA: Monica Serrano Gómez	**FIRMA:** Claudia Bueno R
NOMBRE: Mónica Serrano Gómez **C.C. 63.346.207**	**NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA** **CC. 63.362.476**

CONCLUSIONES:

- El apoyo en salud y/o auxiliar enfermería realizo actividades de tomas de signos vitales a los usuarios asistentes.
- Se les realiza actividades físicas de acuerdo a la capacidad de cada adulto mayor
- En esta semana se observan a los usuarios recibiendo sin ninguna complicación.
- Se realizo capacitación de riesgo cardiovascular

- Acompañamiento a entrega de complemento nutricional y toma de signo a los usuarios beneficiarios de este programa.



CRONOGRAMA DE ACTIVIDAD POBLACION ADULTO MAYOR AUXILIAR DE ENFERMERIA: MONICA SERRANO

HORA 7:00 A.M. A 2:00 P.M

PERIODO 1 DE FEBRERO A 10 FEBRERO 2025

FECHA	ACTIVIDADES	OBJETIVOS
3 DE FEBRERO	*TOMA DE SIGNOS VITALES REVISION DE HISTORIA CLINICA.*	*Realizar control de los signos vitales para identificar cualquier novedad en la salud del usuario.*
4 DE FEBRERO	*TOMA DE GLUCOMETRIA SOLICITUD DE CITAS MEDICAS*	*Realizar toma de glucometría a usuarios con diabetes para anexar el seguimiento. Acompañar a los usuarios a sacar citas médicas.*
5 DE FEBRERO	*REGISTRO ASISTENCIA*	*Se realiza el registro de asistencia la ingreso al centro vida.*
6 DE FEBRERO	*TOMA DE SIGNOS VITALES REVISAR ARCHIVO DE DIAGNOSTICOS MEDICOS.*	*Conocer el historial de salud de cada usuario para determinar el acompañamiento que se le va brindar en temas de salud.*
7 DE FEBRERO	*TOMA DE SIGNOS VITALES*	*Anexar el resultado de la toma de hipertensión.*
10 DE FEBRERO	*CHARLA DE LOS CUIDADOS DE LA PIEL*	*Mediante una charla se les da a conocer a los adultos mayores la importancia que deben tener sobre el cuidado de la piel*

enlace operativo

SuAporte | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-02-28 05:02:00 PM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Número Planilla:** 76049249

Periodo Cotización: Febrero de 2025 **Periodo Servicio:** febrero de 2025

PAGADO 28/02/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	MONICA SERRANO GOMEZ		
Documento	CC63346207	**Dirección**	CL 9 7a#35 BUCARAMANGA
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	600000
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	UNICO
Ciudad	BUCARAMANGA	**Departamento**	SANTANDER
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	NINGUNA ARP

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																	Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APF	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
63346207	MONICA SERRANO GOMEZ	51	00																	X	30	00	00	00	[illegible]	$ 1.423.500	$ 170.820	[illegible]	$ 1.423.500	$ 170.820	0.522%	$ 1.423.500	$ 7.409	CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.229

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Caja	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Caja	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 170.820	$ 170.820	$ 7.409	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.229	$ 0	$ 178.229

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.

900.632.931-9

Cel: 315 8109250

PAGOS

No. 1633

FECHA

10/02/25

PAGADO A: MONICA SERRANO

C.C. O NIT: CELULAR:

DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios de oficios varios del CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS. Periodo facturado del 01 al 10 de febrero del 2025	400.000
TOTAL A PAGAR $	$400.000

Aprobó:

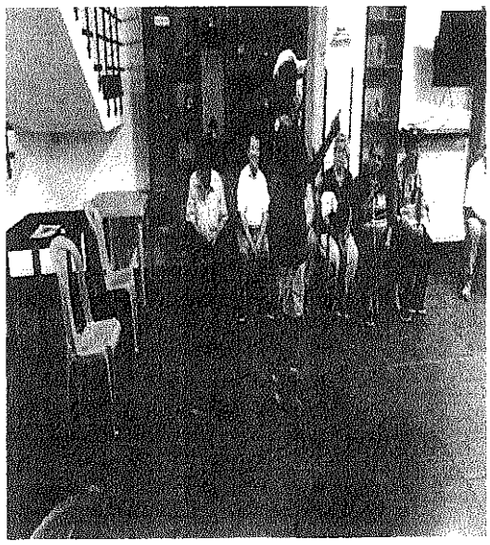
Monica Serrano Gómez

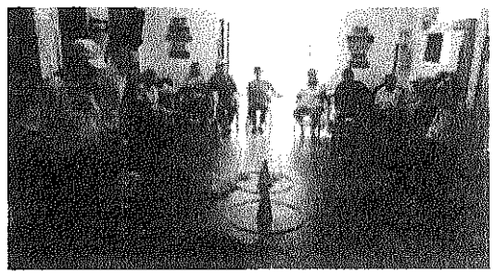
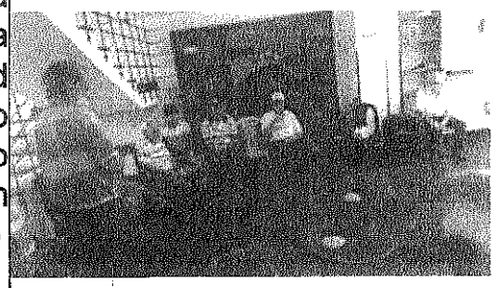
Recibí Conforme:

C.C. No. 63.346.207

INFORME DE ACTIVIDADES DE ACTIVIDAD FISICA E INTERACCION SOCIAL-IVAN DANILO ANGARITA BECERRA
INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	1 Febrero A 10 Febrero 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	Febrero 25 2025
NUMERO DE INFORME	5

NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	CANTIDAD	ACTIVIDAD REALIZADA	EVIDENCIA
1	**ACTIVIDADES FISICA E INTERACCION SOCIAL.** **ACTIVIDAD DE MOVILIDAD ARTICULAR MUSICALIZADA Y DE ESTIRAMIENTOS.**		Iniciamos este mes socializando las actividades a ejecutar haciendo las recomendaciones pertinentes como lo es utilizar la ropa adecuada para la actividad así mismo una buena hidratación. Esta actividad consistía en organizarse de forma circular los usuarios y por medio de la música ejecutar movimientos con la finalidad de realizar una relajación muscular y estiramiento.	 

	ACTIVIDAD JUEGO CON MATERIAL		Esta actividad consiste en que cada adulto mayor debía insertar la rueda en el cono desde una distancia aproximada de 1 metro, con este tipo de ejecución buscamos que el adulto mayor trabaje la coordinación y ejecución por medio del juego, teniendo en cuenta que debe estar concentrado para lograr el objetivo de la clase. En esta actividad participaron muy activo los usuarios mostrando interés y satisfacción por el trabajo realizado	  

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
FIRMA: Danilo Angarita B	**FIRMA:** Claudia Bueno R

NOMBRE: IVAN DANILO ANGARITA B. **C.C.74.754.925**	**NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA** **CC. 63.362.476**

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	IVAN DANILO ANGARITA BECERRA
IDENTIFICACIÓN:	CC-74754925
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-02-13
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-03-07
FECHA DE PAGO:	2025-02-13
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DE BOGOTA
PERÍODO PENSIÓN:	2025-02
PERÍODO SALUD:	2025-02
NÚMERO PLANILLA:	8634903737
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	8671021556
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	$ 901.550	$ 0	$ 0	$ 0	$ 112.700	$ 112.700
230201	800224808	PORVENIR	1	$ 901.550	$ 0	$ 0	$ 0	$ 144.300	$ 144.300
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 901.550	$ 0	$ 0	$ 0	$ 22.000	$ 22.000
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 279.000	$ 279.000

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	07/04/2025

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL	
FIRMA: Danilo Angarita g	FIRMA: Claudia Bueno R	

NOMBRE: IVAN DANILO ANGARITA B. C.C.74.754.925	NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA CC. 63.362.476

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.

8 ¡ 900.632.931-9

Cel: 315 8109250

PAGOS

No. 1634

FECHA

10/02/25

PAGADO A: Danilo Angarita Becerra

C.C. O NIT: CELULAR:

DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios de deportologo del CENTRO DIA	333.333
TERESA DE JESÚS. Periodo facturado del 01 al 10 de febrero del 2025	
TOTAL A PAGAR $	333.333

Aprobó.

Danilo Angarita B

Recibí Conforme:
C.C. No.



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES
POBLACION ADULTO MAYOR
DEPORTOLOGOS
HORA 7:00 A.M. A 2:00 P.M
PERIODO 1 DE FEBRERO A 10 FEBRERO 2025

FECHA	ACTIVIDADES	OBJETIVOS
17 DE ENERO	ACTIVIDAD DE DEPORTOLOGO CONGNITIVO Y PRODUCTIVO: FORTALECIMIENTO DE AUTOESTIMA Y AUTOIMAGEN SANA TU MENTE CAMBIA TU VIDA. RUEDA DE LA FELICIDAD Se realizo la actividad donde leían la frase y el espacio se asignaba la palabra correcta. juego donde observan un cuadro donde debemos buscar todas estrellas que tengan seis puntas y encerrarlas en un círculo.	Ejercicios donde se ejecuta la memoria, se utiliza el trabajo en equipo con los compañeros se comparten ideas, se realizan competencia y logramos identificar que a pesar de nuestra tenemos la capacidad de alcanzar un buen resultado. En la rueda de la felicidad observamos que todo lo que vivimos diariamente debe convertirse en felicidad ya que nuestros adultos mayores dicen que lo vivido es lo que nos llevamos.
14 DE ENERO	ACTIVIDADES DEPORTOLOGO FISICA E INTERACCION SOCIAL: actividad de movilidad miembros superiores e inferiores. Rotaciones de hombro, flexión de brazo, antebrazo y codo. Actividad de relevos de aros. Actividad de comando y movimientos.	Ejercitar los miembros superiores e inferiores requeridos por el deportologo. Se realizaron tres rotaciones de acuerdo a la indicación ejercitada por el deportologo. Se realizo la actividad formando dos equipos donde la competencia entre ellos. Se tornaba importante ya que ejercían la capacidad de pensar y el movimiento para lograr ganarle al equipo contrincante. Esta actividad se darán 5 comandos el numero



JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA

LIC. EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTE

DATOS PERSONALES

Documento de identidad
[illegible] piedecuesta

Fecha de nacimiento
[illegible] septiembre 1997

Lugar de nacimiento
Bucaramanga

Estado civil
Soltero

CONTACTO

[illegible]

[illegible]

[illegible] la candelaria

FORTALEZAS

- [illegible]ntener la disciplina
- [illegible]novador
- [illegible]nabilidades comunicativas

Estudios primarios

[illegible]

Estudios secundarios

[illegible]

Estudios Universitarios

[illegible]

Entrenador

[illegible]

Lic. Educación Física Recreación y Deporte

[illegible]

Coordinador

[illegible]

REPÚBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACIÓN PERSONAL

1.102.384.43

ALMEIDA ALMEIDA

JULIO ALBERTO

Jul Almeida



BUCARAMANGA
(SANTANDER)

M

PROCURADURIA GENERAL DE LA NACION

CERTIFICADO DE ANTECEDENTES

CERTIFICADO ORDINARIO
No. 264130740

PIB
08:47:24

Bogotá DC, 12 de febrero del 2025

La PROCURADURIA GENERAL DE LA NACIÓN certifica que una vez consultado el Sistema de Información de Registro de Sanciones e Inhabilidades (SIRI), el(la) señor(a) JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA identificado(a) con Cédula de ciudadanía número 1102384431:

NO REGISTRA SANCIONES NI INHABILIDADES VIGENTES

ADVERTENCIA: La certificación de antecedentes contiene las anotaciones de las sanciones o inhabilidades que se encuentren vigentes. Cuando se trate de nombramiento o posesión en cargos que exijan para su desempeño ausencia de antecedentes, se certificarán todas las anotaciones que figuren en el registro. Anterior, de acuerdo a los incisos 3o. y 4o. del artículo 238 Ley 1952 de 2019.

NOTA: El certificado de antecedentes disciplinarios es un documento que contiene las anotaciones e inhabilidades generadas por sanciones penales, disciplinarias, inhabilidades que se deriven de las relaciones contractuales con el estado, de los fallos con responsabilidad fiscal, de las decisiones de pérdida de investidura y de las condenas proferidas contra servidores, ex servidores públicos y particulares que desempeñen funciones públicas en ejercicio de la acción de repetición o llamamiento en garantía. **Este documento tiene efectos para acceder al sector público, en los términos que establezca la Constitución Política y la ley particular o demás disposiciones vigentes.** El Sistema SIRI reporta como antecedentes solamente las sanciones con debida ejecutoria recibidas de las autoridades nacionales colombianas. En caso de nombramiento o suscripción de contratos con el Estado, es responsabilidad de la Entidad, validar la información de antecedentes del aspirante en la página web:
ps://www.procuraduria.gov.co/Pages/certificado-antecedentes.aspx

CARLOS ARTURO ARBOLEDA MONTOYA
Jefe División de Relacionamiento Con El Ciudadano

ATENCIÓN :
ESTE CERTIFICADO CONSTA DE 01 HOJA(S), SOLO ES VALIDO EN SU TOTALIDAD. VERIFIQUE QUE EL NUMERO DEL CERTIFICADO SEA EL MISMO EN TODAS LAS HOJAS.

CONTRALORÍA
GENERAL DE LA REPÚBLICA

LA CONTRALORÍA DELEGADA PARA RESPONSABILIDAD FISCAL , INTERVENCIÓN JUDICIAL Y COBRO COACTIVO

CERTIFICA:

Que una vez consultado el Sistema de Información del Boletin de Responsables Fiscales 'SIBOR', hoy miércoles 12 de febrero de 2025, a las 08:43:21, el número de identificación, relacionado a continuación, NO SE ENCUENTRA REPORTADO COMO RESPONSABLE FISCAL.

Tipo Documento	Cédula de Ciudadanía
No. Identificación	1102384431
Código de Verificación	110238443125021208432 1

Esta Certificación es válida en todo el Territorio Nacional, siempre y cuando el tipo y número consignados en el respectivo documento de identificación, coincidan con los aquí registrados.

De conformidad con el Decreto 2150 de 1995 y la Resolución 220 del 5 de octubre de 2004, la firma mecánica aquí plasmada tiene plena validez para todos los efectos legales.

HERNÁN GUILLERMO JOJOA SANTACRUZ
Contralor Delegado

Generó: WEB

POLICÍA NACIONAL
DE COLOMBIA

Consulta en línea de Antecedentes Penales y Requerimientos Judiciales

La Policía Nacional de Colombia informa:
Que siendo las 10:55:45 AM horas del 18/02/2025, el ciudadano identificado con:
Cédula de Ciudadanía Nº 1102384431
Apellidos y Nombres: **ALMEIDA ALMEIDA JULIO ALBERTO**

NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES
de conformidad con lo establecido en el artículo 248 de la Constitución Política de Colombia.

En cumplimiento de la Sentencia SU-458 del 21 de junio de 2012, proferida por la Honorable Corte Constitucional, la leyenda "NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES" aplica para todas aquellas personas que no registran antecedentes y para quienes la autoridad judicial competente haya decretado la extinción de la condena o la prescripción de la pena.

Esta consulta es válida siempre y cuando el número de identificación y nombres, correspondan con el documento de identidad registrado y solo aplica para el territorio colombiano de acuerdo a lo establecido en el ordenamiento constitucional.

Si tiene alguna duda con el resultado, consulte las **preguntas frecuentes** o acérquese a las instalaciones de la **Policía Nacional** más cercanas.

DIJIN

Dirección: Avenida El Dorado # 75 – 25 barrio Modelia, Bogotá D.C.
Atención administrativa: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Línea de atención al ciudadano:
5159700 ext. 30552 (Bogotá)
Resto del país: 018000 910 112
E-mail: dijin.araic-atc@policia.gov.co

Policía Nacional de Colombia

(Default.aspx)

Portal de Servicios al Ciudadano PSC

Sistema Registro Nacional de Medidas Correctivas RNMC

Consulta Ciudadano

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que a la fecha, 18/02/2025 10:58:23 a. m. el ciudadano con Cédula de Ciudadanía Nº. **1102384431** .

NO TIENE MEDIDAS CORRECTIVAS PENDIENTES POR CUMPLIR.

De conformidad con la Ley 1801 de 2016 "Por la cual se expide el Código Nacional de Seguridad y Convivencia Ciudadana". Registro interno de validación No. **110755350** . La persona interesada podrá verificar la autenticidad del presente documento a través de la página web institucional digitando https://www.policia.gov.co, menú ciudadanos/ consulta medidas correctivas, con el documento de identidad y la fecha de expedición del mismo. Esta consulta es válida siempre y cuando el número de cédula corresponda con el documento de identidad suministrado.

Nueva Busqueda Imprimir

CONSULTA EN LÍNEA DE INHABILIDADES DE QUIENES HAYAN SIDO CONDENADOS POR DELITOS SEXUALES COMETIDOS CONTRA MENORES DE 18 AÑOS

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 14:12:20 horas del 20/02/2025, el ciudadano identificado con cédula de ciudadanía No. 1102384431, Apellidos y Nombres ALMEIDA ALMEIDA JULIO ALBERTO

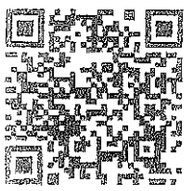
NO REGISTRA INHABILIDAD

La presente consulta se tendrá en consideración por la entidad o empresa **FUNDACION TERESA DE JESUS**, con N.I.T **900831931-9** y su utilización es exclusivamente dentro del proceso de selección al cargo, oficio o profesión, en cumplimiento de la Ley 1918 del 12/07/2018 *"por medio de la cual se establece el régimen de inhabilidades a quienes hayan sido condenados por delitos sexuales cometidos contra menores, se crea el registro de inhabilidades y se dictan otras disposiciones"* y su Decreto Reglamentario 753 del 30/04/2019 *"por medio del cual se reglamenta la Ley 1918 de 2018"*, con observancia de las Leyes 1581 del 17/10/2012, 1712 del 06/03/2014 y demás normatividad rectora frente al tratamiento de datos.

DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN CRIMINAL E INTERPOL
© 2025

Horario: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Dirección: Avenida El Dorado # 75 - 25 barrio Modelia, Bogotá D.C
Teléfonos: 515 97 00 ext. 30552 (Bogotá D.C.) ; 01 8000 112 712 (resto del país)
Correo: dijin.araic-atic@policia.gov.co
Web: www.policia.gov.co/dijin
Instagram: /dijinpolicia
Twitter: @DIJINPolicia

Presidencia de la República · Ministerio de Defensa Nacional · Colombia compra eficiente · GOV.CO



Institución Educativa [illegible]

Julio Alberto Almeida Almeida

C.C. [illegible] 270917 - 14209 [illegible] Bachillerato

Bachiller Académico

([illegible])

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
LA FUENTE

Acta de Grado

BACHILLER ACADÉMICO

ALARCÓN ALMEIDA JULIO ALBERTO

REPÚBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

La rectora que suscribe

con cédula de ciudadanía No. 1.102.384.431 de Piedecuesta
Cumplido satisfactoriamente los requisitos académicos exigidos
por la Universidad, le confiere el título de

En testimonio de ello le expide el presente diploma y se firma en
Bucaramanga el día 30 de julio de 2021
Libro de Registros No. 10003220211 Folio No. 004 Registro No. 0349
Refrendado en Bucaramanga el día 29 de julio de 2021

Gloria Patricia Reyes

REPUBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL

UNIVERSIDAD
COOPERATIVA DE COLOMBIA

Acta Individual de Graduación No. 03-3588-2021

PROGRAMA	LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE
CODIGO SNIES	101823
FECHA GRADO	30 DE JULIO DE 2021
LUGAR	UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA, CAMPUS BUCARAMANGA

En atencion a que JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA
con Cedula de Ciudadania No 1.102.384.431 de Piedecuesta
cumplio todos los requisitos exigidos por las normas legales y estatutarias, le expide el titulo de: LICENCIADO EN EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE

Lo anterior, atendiendo la aprobacion del Consejo Academico del Campus Bucaramanga, mediante acta No 016 en sesion del dia 09 de julio de 2021

Para constancia se citan en este titulo las autoridades competentes, Rector(a), Director(a) de Campus, Decano(a) facultad y Secretario(a) General de la Universidad, asi:

Rector(a)	MARITZA RONDON RANGEL
Director(a) de Campus	CESAR AUGUSTO SERRANO NOVOA
Decano(a) facultad	ALFREDO DUARTE FLETCHER
Secretario (a) General	GLORIA PATRICIA RAVE IGLESIAS

Se expide la presente Acta en la ciudad de Bucaramanga el dia 30 DE JULIO DE 2021

Gloria Patricia Rave I

GLORIA PATRICIA RAVE IGLESIAS
Secretaria (a) General

PRIMEROS AUXILIOS Y RESCATE ACUÁTIC

Resolución Número 008377 del 4 de mayo de
expedida por la secretaria de salud de S

ASISTIÓ A LA ACCIÓN DE FORMACION

JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA

IDENTIFICACIÓN 1.102.384.431

CON DURACIÓN DE 45 HORAS

SO SAT

DEL 29 Feb AL 4
DE MES 03 DEL AÑO 2020

Marzo 5 de 2026

INDERBU

GOBERNAR ES HACER

LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS, EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER Y EL INDERBU

CERTIFICAN QUE

Julio Alberto Almeida Almeida

con cédula de Ciudadanía No.1102384431

Cumplió satisfactoriamente con las actividades propuestas en el curso "**Actividad Física y Salud** ", realizado del 29 de noviembre al 17 de diciembre de 2022, con una duración de 30 horas.

Se expide en Bucaramanga, a las 17 días del mes de diciembre de 2022.

Ana Cecilia Ojeda Avellaneda

Pablo Andelfo Villafrades Gonzales

Pedro Alonso Ballesteros Miranda

INDERBU

Alcaldía de Bucaramanga

GOBERNAR ES HACER

LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS, EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER Y EL INDERBU

CERTIFICAN QUE

Julio Alberto Almeida Almeida

con cédula de ciudadanía No. 1102384431

Cumplió satisfactoriamente con las actividades propuestas en el curso "**Administración Deportiva**", realizado del 29 de noviembre al 17 de diciembre de 2022, con una duración de 40 horas.

Se expide en Bucaramanga, a las 17 días del mes de diciembre de 2022.

Ana Cecilia Ojeda Avellaneda

Fabio Andello Villarreal Gonzalez

Pedro Alonso Bustamante Miranda

INDERBU

GOBERNAR ES HACER

LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS, EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER Y EL INDERBU

CERTIFICAN QUE

Julio Alberto Almeida Almeida

con cedula de ciudacania No. 1102384431

Cumplió satisfactoriamente con las actividades propuestas en el curso "**El Entrenamiento Deportivo Como Proceso Pedagógico a Largo Plazo** ", realizado del 29 de noviembre al 17 de diciembre de 2022, con una duración de 40 horas.

Se expide en Bucaramanga, a las 17 días del mes de diciembre de 2022

Ana Cecilia Ojeda Avellaneda

Fabio Andello Villabrades Gonzalez

Pedro Alonso Ballesteros Miranda

Defensoría del Pueblo
Nos Unen Tus Derechos

La Defensoría del Pueblo

Hace constar que:

Julio Alberto Almeida Almeida

Participó en el curso:

Curso Básico Derechos Humanos

Health & Safety IPS

Certifica que

JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA

C.C. #: 1102384431

Asistió a la capacitación de

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA DESDE LA PERSPECTIVA DEL NEURODESARROLLO

3 horas

Dr. Ives Villamizar Schiller
Neurólogo Pediatra
Reg. Med: 182541

IVES VILLAMIZAR SCHILLER
NEUROLOGO-PEDIATRA

18 de mayo del 2024
Bucaramanga, Santander

GE-MC-191-24

[illegible]

[illegible]

El club deportivo PRO SKATE [illegible] CERTIFICA que [illegible] ALMEIDA ALMEIDA [illegible] PIEDECUESTA [illegible] PRO SKATE [illegible] 2020 hasta el 30 de julio del 2021 [illegible]

[illegible]

CLUB DEPORTIVO PRO SKATE SANTANDER

[illegible]

[illegible] CamScanner

CERTIFICACIÓN LABORAL

Yo CLAUDIA BUENO RIVERA identificada con cedula de ciudadania 63.362.476 de Bucaramanga, en mi condicion de representante legal del establecimiento de comercio FUNDACION CENTRO DIA TERESA DE JESUS nit 900.832.931-9 cuyo objeto social es ALUNAR ESFUERZOS PARA BRINDAR ATENCION INTEGRAL A POBLACION VULNERABLE EN LOS DIFERENTES MUNICIPIOS.

Certifico que el(la) señor(a) JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA con cedula de ciudadania No 1.102.381.431 Piedecuesta. laboro en mi establecimiento el cargo de RECREACIONISTA Y PREPARADOR FISICO. como prestador de servicios DESDE EL DIA 01 DE FEBRERO DE 2023 HASTA EL DIA 01 DE FEBRERO DE 2024 en la sede de Bucaramanga. sede Leonera y hogar de paso para ello tarde en calle 2#7

La presente certificacion se expide en Bucaramanga Santander a los 05 dias del mes de febrero del 2024

CLAUDIA BUENO RIVERA
C.C. 63.362.476
REPRESENTANTE LEGAL FUND. TERESA DE JESUS
TELEFONO: 3167510185 - 3219837019

CERTIFICACIÓN LABORAL

Yo CLAUDIA BUENO RIVERA identificada con cedula de ciudadania 63.362.476 de Bucaramanga, en mi condicion de representante legal del establecimiento de comercio FUNDACION CENTRO DIA TERESA DE JESUS nit 900.832.931-9 cuyo objeto social es AUNAR ESFUERZOS PARA BRINDAR ATENCION INTEGRAL A POBLACION VULNERABLE EN LOS DIFERENTES MUNICIPIOS

Certifico que el(la) señor(a) JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA con cedula de ciudadania No. 1.102.364.131 Presente esta, labora en mi establecimiento el cargo de COORDINADOR como prestador de servicios DESDE EL DIA 13 DE AGOSTO DE 2021 HASTA EL DIA 01 DE FEBRERO DE 2024 en la sede de Bucaramanga, sede Lebrija y hogar de paso para habitarla en calle 24 7

La presente certificacion se expide en Bucaramanga Santander a los 05 dias del mes de febrero de 2024

CLAUDIA BUENO RIVERA
C.C. 63.362.476
REPRESENTANTE LEGAL FUND. TERESA DE JESUS
TELEFONO- 3107510185 - 3219837019

DIAN

Formulario del Registro Único Tributario

2. Concepto 0 2 Actualización

4. Número de formulario 14103894154 6

(415)7707212489984(8020) 0000141038941546

5. Número de Identificación Tributaria (NIT) 6. DV 12. Dirección seccional 14. Buzón electrónico

1 1 0 2 3 8 4 4 3 1 1 Impuestos y Aduanas de Bucaramanga 4

IDENTIFICACIÓN

24. Tipo de contribuyente: Persona natural o sucesión ilíquida 2

25. Tipo de documento: Cédula de Ciudadanía 1 3

26. Número de identificación: 1 1 0 2 3 8 4 4 3 1

Lugar de expedición: COLOMBIA

28. País: 1 6 9

29. Departamento: Santander 6 8

30. Ciudad/Municipio: Piedecuesta 5 4 7

31. Primer apellido: ALMEIDA

32. Segundo apellido: ALMEIDA

33. Primer nombre: JULIO

34. Otros nombres: ALBERTO

35. Razón social

36. Nombre comercial

37. Sigla

UBICACIÓN

38. País: COLOMBIA 1 6 9

39. Departamento: Santander 6 8

40. Ciudad/Municipio: Piedecuesta 5 4 7

41. Dirección principal: CL 12 10 17

42. Correo electrónico: julioalmeidaalmeida17@gmail.com

43. Código postal: 6 8 1 0 1 1

44. Teléfono 1: 3 1 0 2 6 2 3 0 6 3

46. Teléfono 2

CLASIFICACIÓN

Actividad económica

Actividad principal		Actividad secundaria		Otras actividades			Ocupación	
46. Código	47. Fecha inicio actividad	48. Código	49. Fecha inicio actividad	50. Código 1	2		51. Código	52. Número establecimientos
8 6 9 2	2 0 2 3 0 7 0 3							

Responsabilidades, Calidades y Atributos

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

53. Código 2 0

20- Obtención NIT

Usuarios aduaneros

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

54. Código

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Exportadores

55. Forma 56. Tipo Servicio 1 2 3

57. Modo

58. CPC

IMPORTANTE: Sin perjuicio de las actualizaciones a que haya lugar, la inscripción en el Registro Único Tributario -RUT-, tendrá vigencia indefinida y en consecuencia no se exigirá su renovación.

Para uso exclusivo de la DIAN

59. Anexos SI NO X

60. No. de Folios: 0

La información suministrada a través del formulario oficial de inscripción, actualización, suspensión y cancelación del Registro Único Tributario (RUT), deberá ser exacta y veraz; en caso de constatar inexactitud en alguno de los datos suministrados se adelantarán los procedimientos administrativos sancionatorios o de suspensión, según el caso, Parágrafo del artículo 1.6.1.2.6 del Decreto 1625 del 2016. De igual manera al formalizar el trámite el usuario fue informado y acepta la política de tratamiento de datos ley 1581 de 2012.

Firma del solicitante:

Sin perjuicio de las verificaciones que la DIAN realice.

Firma autorizada:

984. Nombre ALMEIDA ALMEIDA JULIO ALBERTO

985. Cargo CONTRIBUYENTE

Fecha generación documento PDF: 04-02-2025 07:41:35AM

famisanar

CERTIFICA QUE:

El(La) Señor(a) JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA identificado(a) con CC. 1102384431 se encuentra afiliado(a) a la EPS en condición de 1° COTIZANTE.

Fecha de Activación de Servicios:	**2022/09/01**
Estado de la Afiliación:	ACTIVO
IPS:	**CLINICA PIEDECUESTA S.A - PIEDECUESTA SEDE CENTRO COMERCIAL DE LA CUESTA**
Categoría:	A

La presente certificación se expide a solicitud del (de la) interesado(a) en Bogotá para **QUIEN INTERESE**, a los 04 días del mes de 02 del año 2025.

La certificación tiene validez de un mes con respecto a la fecha de generación.

Observaciones:

NO VÁLIDO PARA TRASLADO A OTRA EPS.

Cordialmente,

Fredy Alexander Calcedo Sierra
Director Operaciones Comerciales
EPS FAMISANAR S.A.S.

FORMATO N° 10

CARTA DE COMPROMISO DE PROFESIONALES

Yo, Julio A Almeida A identificado con C.C. No. 1.102 384 341, expedida en Bucaramanga, me comprometo a ejecutar el convenio que se derive del proceso de selección N° SDS-PC-001-2025 cuyo objeto es "**AUNAR ESFUERZOS PARA LA ASISTENCIA Y ATENCION INTEGRAL DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONDICIONES DE VULNERABILIDAD A TRAVES DEL DESARROLLO DE LOS PROGRAMAS DE MODALIDAD CENTRO VIDA Y CENTRO DE BIENESTAR EN EL MUNICIPIO DE BUCARAMANGA** desempeñándome como .

La disponibilidad del Contrato será del 100%, durante el tiempo de ejecución del convenio.

Atentamente,

Julio Alberto Almeida A

c.c. 1.102 384 431

INFORME DE ACTIVIDADES DE ACTIVIDADES CULTURALES Y RECREATIVAS
JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA
INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	Febrero 1 al 10 Febrero
FECHA DE PRESENTACIÓN	FEBRERO 25 2025
NUMERO DE INFORME	5

NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	CANTIDAD	ACTIVIDAD REALIZADA	EVIDENCIA
1	ACTIVIDADES GRUPALES DE ACTIVIDAD RECREATIVA	2	**Bienvenida y reflexión:** Los participantes se reunieron para una charla sobre la importancia de la reflexión personal y el perdón. Se invitó a los participantes a reflexionar sobre sus experiencias y emociones. **Actividades recreativas:** Se realizaron una serie de juegos y actividades recreativas enfocados en la comunicación, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos. Estas actividades incluyeron: - **"La búsqueda del tesoro": Un juego de búsqueda en el que los participantes debían trabajar en equipo**	  

			para encontrar objetos escondidos. **- "La danza de la vida": Una actividad de danza en la que los participantes debían expresar sus emociones y experiencias a través del movimiento.** **Evaluación y reflexión:** Al final de la actividad, se realizó una evaluación y se invitó a los participantes a reflexionar sobre qué cosas habían aprendido y cómo podrían aplicarlas en su vida diaria.	   

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
FIRMA: JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA	FIRMA:
NOMBRE: JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA C.C.1102384431	NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA CC. 63.362.476

ASOPAGOS s.a.

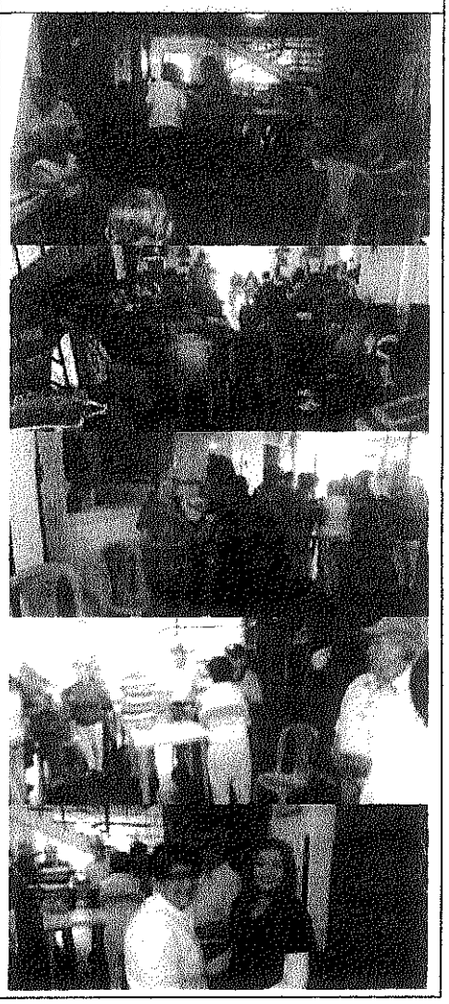
RAZÓN SOCIAL :	JULIO ALBERTO ALMEIDA ALMEIDA
IDENTIFICACIÓN:	CC-1102384431
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-03-03
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-03-10
FECHA DE PAGO:	2025-03-03
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DE OCCIDENTE
PERÍODO PENSIÓN:	2025-02
PERÍODO SALUD:	2025-02
NÚMERO PLANILLA:	8634937344
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	8625041681
TIPO DE PLANILLA:	I

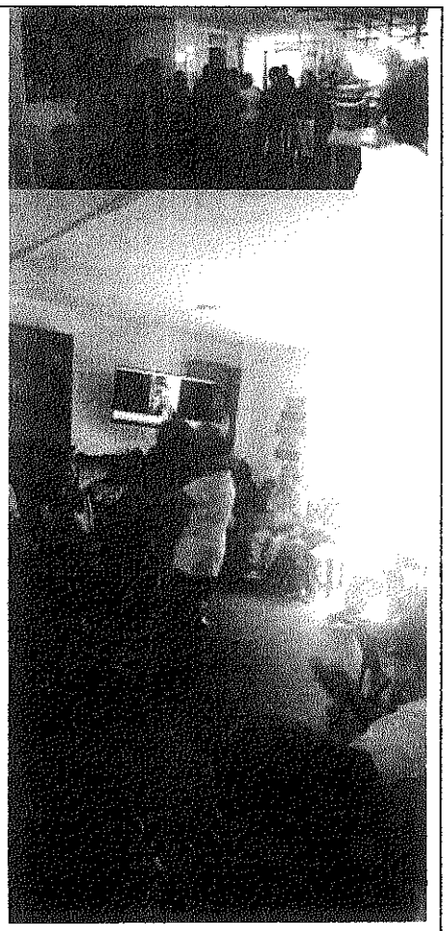
CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS017	830003564	FAMISANAR	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.000	$ 178.000
230201	800229739	PROTECCION	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.800	$ 227.800
14-11	860903790	ARL SURA	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 7.500	$ 7.500
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 413.300	$ 413.300

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	08/04/2025

INFORME DE ACTIVIDADES DE ACTIVIDADES COGNITIVAS
WILSON ENRIQUE GALVIS VERA
INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	1 FEBRERO AL 10 FEBRERO DE 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	FEBRERO 26 2025
NUMERO DE INFORME	5

NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	CANTIDAD	ACTIVIDAD REALIZADA	EVIDENCIA
1	**ACTIVIDADES GRUPALES DE ACTIVIDAD RECREATIVA**	1	Saludo de bienvenida explicación de la actividad recreativa y actividad del perdón **Primera actividad:** el profesor organiza a los participantes en sillas alrededor del salón. Comienza con la charla de la importancia del perdón y de poder vivir el aquí y el ahora, donde la invitación fue de perdonarse a ellos mismos y también de poderse perdonar con los compañeros por actitudes que se tienen y no gustan. Luego como segunda instancia realizamos una serie de juegos recreativos enfocados y llamados a la guerra de los SEXOS, donde disfrutaron actividades	

			de coordinación oculo manual. Trabajaron con bombas, y lanzamiento con un objeto que se llevo para desarrollar la actividad. Luego se realizo un juego con música donde manejamos diferentes ritmos musicales sacando expresiones y por ultimo se dejo un tiempo de baile. Se finaliza la actividad con la evaluación y la expresión de que cosas mejorarían en su vida.	

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
FIRMA:	**FIRMA:**
NOMBRE: WILSON ENRIQUE GALVIS VERA **C.C.91297875**	**NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA** **CC. 63.362.476**

SOI

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Bancoomeva

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	25224113
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			ISABEL PEDRAZA PEDRAZA
CIUDAD/MUNICIPIO:	LEBRIJA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CARRERA 8 13 69	TELÉFONO:	6000000
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Comercio al por mayor de computadores, equipo por
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:			4591273616	TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	enero AÑO	2025	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES enero AÑO 2025
DÍAS DE MORA:			1-I		
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):			2025/02/19	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	9991760181

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 1.700	$ 0	$ 178.000	$ 1.700	$ 0	$ 179.700
SUBTOTALES:													**$ 178.000**	**$ 1.700**	**$ 0**	**$ 179.700**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE									NOVEDADES																SEGURIDAD SOCIAL																		PARAFISCALES						
																									PENSIÓN								SALUD						ARP						CCF			SENA	ICBF	ESAP	MINEDU
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	ADMIN	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE
1	CC 25224113	PEDRAZA PEDRAZA ISABEL	INDEPEND	NO OBLIG COT PENS EDAD	$ 1.423.500				NO																		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0		$ 0	EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.423.500	$ 178.000	$ 0	$ 178.000			$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0							

TOTAL	$ 179.700

SOI

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.
900.632.931-9
Cel: 315 8109250

PAGOS
No. 1636
FECHA
10/02/25

PAGADO A: Wilson Enrique Galvis

C.C. O NIT: 91.297.875 CELULAR: 3162220611

DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios de deportologo del CENTRO DIA TERESA DE JESÚS. Periodo facturado del 01 al 10 de febrero 2025	$ 333.333
TOTAL A PAGAR $	$333.333

Aprobó:

Recibí Conforme:
C.C. No.

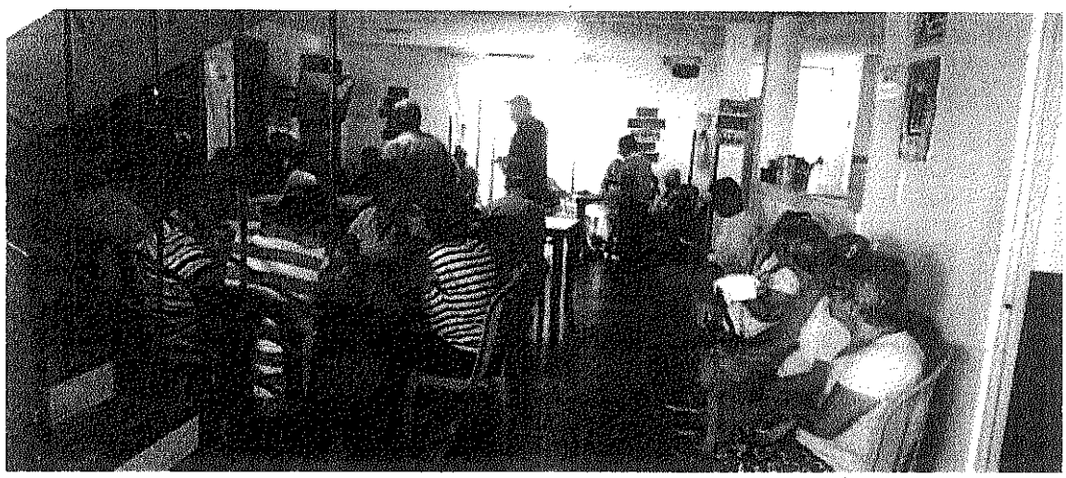
INFORME DE ACTIVIDADES DE PSICOLOGIA- JHERSON DANIEL URIBE SIZA INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	01 FEBRERO al 10 de FEBRERO
FECHA DE PRESENTACIÓN	FEBRERO 25 2025
NÚMERO DE INFORME	5

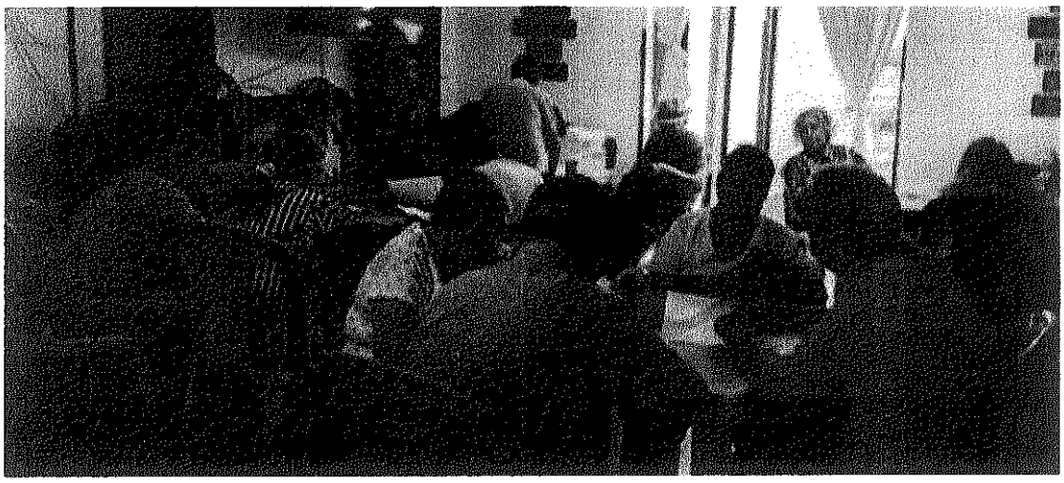
NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECÍFICA	CANTIDAD	ACTIVIDAD REALIZADA
	Taller de buenos hábitos de vida saludable e higiene dirigido a los usuarios del Centro Vida Teresa de Jesús.	1	*Objetivo del Taller;* Promover un estilo de vida saludable y mejorar los hábitos de higiene entre los adultos mayores para fortalecer su salud física, emocional y social. 1. Introducción • Bienvenida e introducción al taller. • Breve explicación sobre la importancia de los hábitos saludables y la higiene en la vida de los adultos mayores. • Objetivos y expectativas del taller. 2. Buenos Hábitos de Vida • Nutrición balanceada: Importancia de una alimentación equilibrada que incluya todos los grupos alimenticios. Ejemplos de menús sencillos y saludables. • Ejercicio físico: Actividades adaptadas a la capacidad de los adultos mayores (caminar, yoga, ejercicios de fuerza, estiramientos). Explicar la importancia de moverse para mantener la movilidad y la salud general. • Descanso adecuado: Importancia del sueño y cómo mejorar la calidad del descanso. • Hidratación: La importancia de beber suficiente agua durante el día y los efectos del consumo insuficiente de líquidos. 3. Estilo de Vida Saludable • Manejo del estrés y bienestar emocional: Técnicas de relajación como la meditación, la respiración profunda, y el contacto social.

			• Socialización: La importancia de mantener relaciones sociales y participar en actividades comunitarias. • Prevención de enfermedades: Hablar sobre la importancia de las visitas médicas regulares, las vacunas y cómo prevenir enfermedades comunes en la vejez. • Uso responsable de medicamentos: Explicar cómo tomar medicamentos correctamente, evitar la automedicación, y la importancia de la consulta médica. 4. Higiene Personal • Higiene corporal: Rutinas para el cuidado personal diario (baño, cuidado de la piel, cuidado de las uñas y el cabello). • Higiene bucal: Cómo cuidar los dientes y encías, y la importancia de las visitas periódicas al dentista. • Prevención de caídas: Cómo mejorar la seguridad en el hogar, especialmente en el baño, para evitar accidentes. 5. Cierre del Taller • Resumen de los puntos clave aprendidos. • Espacio para preguntas y respuestas. • Reflexión final sobre cómo incorporar estos hábitos en su vida diaria. • Recomendaciones personalizadas o individuales para aquellos que lo necesiten. • Despedida.

Registro fotográfico de actividades







CONCLUSION

En conclusión, el taller sobre hábitos de vida saludable y higiene para adultos mayores ha resaltado la importancia de mantener una **alimentación balanceada**, hacer **ejercicio regular**, y cuidar de la **higiene personal** para promover una vida más activa y saludable. Además, se destacó la relevancia del **bienestar emocional** y social, así como la **prevención** de enfermedades. Implementar pequeños cambios, como mejorar la rutina de cuidado personal o realizar actividades físicas adaptadas, puede tener un gran impacto en la calidad de vida. Es fundamental seguir adoptando hábitos saludables para disfrutar de una vejez plena y activa.

FIRMA

JHERSON DANIELURIBE SIZA
CC: 91.533.818

REPRESENTANTE LEGAL

FIRMA:
NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA
CC. 63.362.476

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES
POBLACION ADULTO MAYOR
PSICOLOGO JHERSON URIBE SIZA
HORA 8:00 A.M. A 12:00 P.M.

PERIODO 1 DE FEBRERO A 10 FEBRERO 2025

FECHA	ACTIVIDADES	OBJETIVOS
4 febrero	TALLER DE PRESENTACION	En el taller de presentación se realizó con la participación donde cada adulto mayor compartió su nombre. Se identifico como crear un ambiente entre la confianza y el respeto Identificar Intereses y necesidades individuales como grupales Fomentar la actividad del aprendizaje utilizando el método colaborativo. Aprender a planificar actividades de acuerdo a sus expectativas y bienestar.
10 febrero	Taller Conmemoración del día internación de la prevención y depresión.	Identificar que es la depresión y como se puede manifestar en los adultos mayores. Reconocer factores de riesgo y síntomas de alerta. Promover estrategia para el mejoramiento emocional Importancia de apoyo social y emocional.

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL:	JHERSON DANIEL URIBE SIZA
IDENTIFICACIÓN:	CC-91533818
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-02-10
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-02-13
FECHA DE PAGO:	2025-02-10
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DE OCCIDENTE
PERIODO PENSIÓN:	2025-02
PERIODO SALUD:	2025-02
NÚMERO PLANILLA:	8633852220
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	8656926230
TIPO DE PLANILLA:	I

CODIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NUMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
[illegible]	[illegible]	EPS SURA	1	$ 1.049.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 130.000	$ 1.[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	1	$ 1.049.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 166.400	$ 1.[illegible]
[illegible]	[illegible]	POSITIVA	1	$ 1.049.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 5.500	$ [illegible]
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 301.900	$ 1.[illegible]

Centro Día Teresa de Jesús

FUNDACIÓN

Santander Nit.
900.632.931-9
Cel: 315 8109250

PAGOS
No. 1637
FECHA
10/02/25

PAGADO A Jherson Daniel Uribe Siza

C.C. O NIT: 91.533.818 CELULAR: 3174502450

DIRECCIÓN: CIUDAD: Bucaramanga

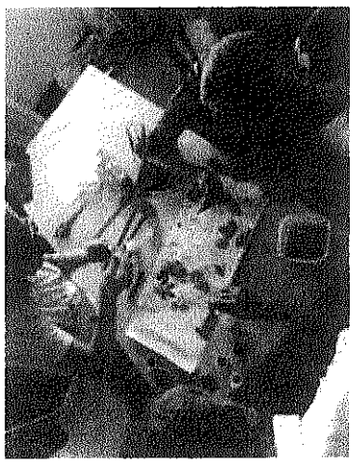
DESCRIPCIÓN	VALOR
Pago por prestación de servicios como profesional en PSICOLOGÍA del CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS. Periodo facturado del 01 al 10 de febrero 2025	$500.000
TOTAL A PAGAR $	$500.000

Aprobó: Claudia Bueno R

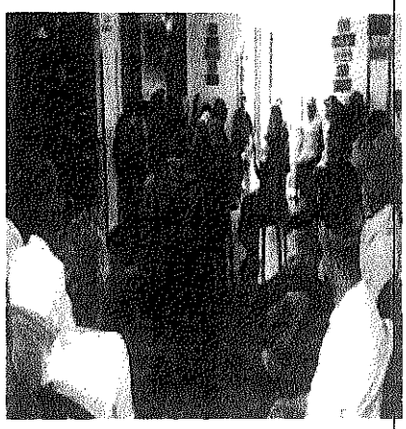
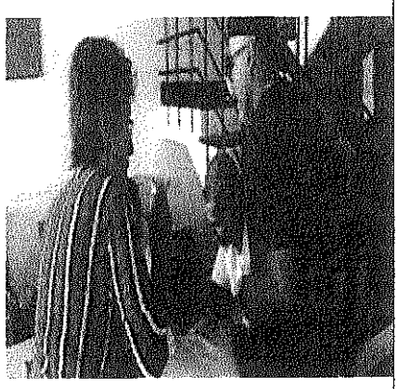
Recibí Conforme:
C.C. No. 91 533 818 Jherson D Uribe

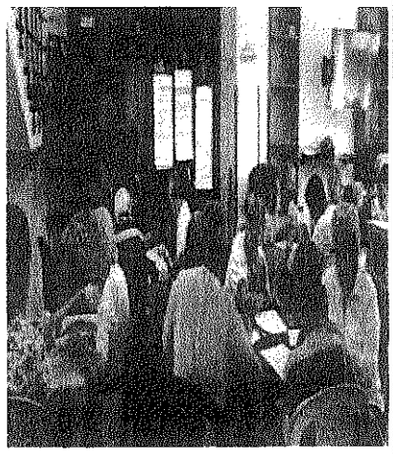
INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICIONISTA DIANA BUITRAGO RIVERA INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE LA FUNDACIÓN CENTRO DÍA TERESA DE JESÚS REALIZADAS EN BUCARAMANGA EN EL MES DE FEBRERO1 AL 10 2025

PERIODO A QUE CORRESPONDE EL INFORME	FEBRERO 1 AL 10 2025
FECHA DE PRESENTACIÓN	FEBRERO 25 2025
NUMERO DE INFORME	5

NÚMERO DE OBLIGACIÓN	OBLIGACIÓN ESPECIFICA	FECHA	ACTIVIDAD REALIZADA	EVIDENCIA
1	NUTRICIÓN	7 FEBRERO 2025	**ACTIVIDAD EDUCACIÓN NUTRICIONAL** **TEMA:** Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas **OBJETIVO:** Proporcionar conocimiento a los adultos mayores en temas relacionados con alimentación y Nutrición. **METODOLOGÍA:** Mediante charla dirigida se inicia actividad con los adultos mayores y con el fin de afianzar	 

			conocimientos se entrega actividad escrita para ser desarrollada. **DESARROLLO:** Como método de introducción a la actividad prevista se inicia con unas adivinanzas, posterior a esto se da a conocer a los adultos mayores que las frutas son agradables para la mayoría de las personas, niñas y niños, las consumen con agrado. Además son muy versátiles, ya que pueden comerse al natural, en trozos, en jugos con agua o leche, combinadas con verduras en ensaladas o con otros alimentos como aderezos, entre otras posibilidades. Nuestro país es un paraíso de frutas y verduras y nos ofrece una inmensa oferta de ellas a lo largo del año y en todas las regiones. Este mensaje nos	   

			invita a incluir frutas y verduras en la alimentación diaria de toda la familia. Las frutas y verduras constituyen una fuente disponible y muy variada de vitaminas y minerales. Las verduras también son fuente importante de vitaminas y minerales, que contribuyen a la regulación de diferentes procesos vitales. Son la base de las ensaladas y al ser alimentos con una amplia gama de colores y sabores, permiten construir platos llamativos y agradables, más aún cuando son combinadas con frutas. Qué beneficios trae comer frutas y verduras? Comer frutas y verduras en abundancia nos sirve para: - Mantener y mejorar la salud. - Variar la alimentación diaria.	  

			- Mantener un peso saludable, pues nos proporcionan una sensación de saciedad rápida, con un bajo aporte de calorías. - Reducir el riesgo de padecer ECNT como: DM2, HTA, dislipidemias, ECV, cáncer gástrico y colorectal, entre otras. - Evitar el estreñimiento, gracias a su contenido de fibra dietaria. - La fibra además es importante para ayudar a reducir los niveles de colesterol y disminuir la absorción de la glucosa, lo que previene enfermedades del corazón y la diabetes.	

CONTRATISTA	APROBADO REPRESENTANTE LEGAL
FIRMA: Diana B. R.	FIRMA: Claudia Bueno R.
NOMBRE: DIANA BUITRAGO RIVERA C.C. 63.559.348	NOMBRE: CLAUDIA BUENO RIVERA CC. 63.362.476



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES
POBLACION ADULTO MAYOR
NUTRICIONISTA: DIANA BUITRAGO R
HORA 7:00 A.M. A 2:00 P.M.

PERIODO 1 DE FEBRERO A 10 FEBRERO 2025

FECHA	ACTIVIDADE	OBJETIVOS
7 DE FEBRERO	EDUCACION NUTRICIONAL	Proporcionar conocimiento a los adultos mayores en temas relacionados con la alimentación nutricional. La cual mediante una charla dirigida se inicia informándoles lo importante que es consumir las frutas no en jugo si no trozos naturalmente, la que al licuarlas con agua o leche pierden sus propiedades. Igualmente, el consumo de las verduras ya que ellas nos proporcionan vitaminas y minerales.