PROGRAMA CENTRO VIDA ORIENTE

VALENTINA GALEANO GARCÍA

PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

PERIODO:
14 DE AGOSTO AL DE 13 DE SEPTIEMBRE DE 2024

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

CONTRATISTA	**Valentina Galeano García**
NÚMERO DE CÉDULA	**1088350314**
TIPO DE CONTRATO	Prestación de servicios [ ] Obra o Labor [X]
CARGO	Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación
PROYECTO	Programa Centro Vida Comuna Oriente - Convenio de Asociación N° 2696 del 06 de mayo de 2024

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES	LOGROS
a. Realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por Multiser a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual.	Para este periodo se realizó evaluación física inicial por medio de formato (Escala Tinetti y Escala Lawton) suministrado por el operador (Multiser), realizadas a los beneficiarios del programa Centro Vida Oriente. Objetivo: ✓ Implementar los test a los beneficiarios del programa Centro Vida Oriente, y realizar plan de intervención. Se realizo así: 09/09/2024 – Escala Lawton AM – 3 usuarios 09/09/2024 – Escala Tinetti PM – 3 usuarios 10/09/2024 – Escala Tinetti AM – 3 usuarios 11/09/2024 – Escala Lawton AM – 3 usuarios	✓ Registro fotográfico ✓ Formato valoraciones ✓ Formato de atención individual **Ver anexo 1**	Se logro realizar el test Escala Tinetti al 21% y el test Escala Lawton al 19% de los adultos mayores del Centro Vida Oriente.

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td>b. Realizar seguimiento documentado de los beneficiarios de C.V.</td><td>Se realizo seguimiento documentado de los beneficiarios del Centro Vida Oriente (21 de agosto, 04 y 09 de septiembre de 2024) en las diferentes bases de datos (base de datos área de deportes, recreación y cultura, base de datos CVO).
Objetivo:
✓ Establecer una base objetiva para realizar planes de intervención a los adultos mayores del CVO.</td><td>✓ Registro fotográfico
✓ Base de datos área de deportes, reposa en Google DRIVE

Ver anexo 2</td><td></td></tr>
<tr><td>c. Identificar las habilidades y capacidades motrices, de la población adulta mayor, para proyectar así, el desarrollo de procesos formativos.</td><td>Para este periodo se realizó seguimiento en las actividades deportivas, recreativas y culturales (diariamente), para identificar las habilidades y capacidades motrices de la población adulta mayor, para proyectar así, el desarrollo de los procesos formativos.
Objetivo:
✓ Identificar las habilidades y capacidades motrices de los adultos mayores del CVO.</td><td>✓ Registro fotográfico

Ver anexo 3</td><td></td></tr>
<tr><td>d. Planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, deporte y actividad física para la salud en diferentes niveles.</td><td>Se realizó planeación, ejecución y evaluación de actividades de educación física, deporte y actividad física para la salud, en el Centro Vida Oriente.
Objetivos:
✓ Mantener la fuerza y resistencia cardiorrespiratoria en los adultos mayores, por medio de la actividad física para la salud.
✓ Mejorar las habilidades acuáticas básicas de los usuarios participantes de las clases de piscina.
✓ Promocionar la salud por medio del deporte.
Se realizo así:
<table>
<tr><th>Fecha</th><th>Hora</th><th>Nombre act.</th><th>Descripción</th></tr>
<tr><td>14/08/24</td><td>10:15:00 a. m.</td><td>Gimnasio</td><td>Resistencia cardio pulmo</td></tr>
<tr><td>14/08/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Gimnasio</td><td>Resistencia cardio pulmo</td></tr>
<tr><td>15/08/24</td><td>3:30:00 p. m.</td><td>Act. Física</td><td></td></tr>
</table>
</td><td>✓ Registro fotográfico
✓ SPP – reposan en archivo CVO
✓ Actas de reunión
✓ Planes clase

Ver anexo 4</td><td>Se logra cumplir con la planeación de actividades deportivas al 100%</td></tr>
</table>

ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS				EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES		LOGROS
	19/08/24	1:45:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	19/08/24	3:30:00 p. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	21/08/24	10:15:00 a. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	21/08/24	3:00:00 p. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	22/08/24	3:30:00 p. m.	Act. Física	Coordinación y fuerza			
	23/08/24	10:15:00 a. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	23/08/24	3:00:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	26/08/24	1:45:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	26/08/24	3:30:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	28/08/24	10:15:00 a. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	28/08/24	3:00:00 p. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	29/08/24	3:30:00 p. m.	Act. Física	Coordinación y fuerza			
	02/09/24	1:45:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	02/09/24	3:30:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	04/09/24	10:15:00 a. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	04/09/24	3:00:00 p. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	09/09/24	1:45:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	09/09/24	3:30:00 p. m.	Gimnasio	Fuerza muscular			
	11/09/24	10:15:00 a. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	11/09/24	1:45:00 p. m.	Piscina	Coordinación y fuerza			
	11/09/24	3:00:00 p. m.	Gimnasio	Resistencia cardio pulmonar			
	12/09/24	3:30:00 p. m.	Act. Física	Coordinación y fuerza			

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td></td><td>
<table>
<tr><td>13/09/24</td><td>10:15:00 a. m.</td><td>Gimnasio</td><td>Fuerza muscular</td><td></td></tr>
<tr><td>13/09/24</td><td>1:45:00 p. m.</td><td>Piscina</td><td>Coordinación y fuerza</td><td></td></tr>
<tr><td>13/09/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Gimnasio</td><td>Fuerza muscular</td><td></td></tr>
</table>
</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>e. Planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre.</td><td>Se realizó planeación, ejecución y evaluación de actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre, en el Centro Vida Oriente.
Objetivos:
✓ Fomentar el aprendizaje de nuevas habilidades y conocimientos a través de actividades recreativas, promoviendo la estimulación cognitiva y el desarrollo de habilidades sociales en los adultos mayores.
✓ Proporcionar espacios de esparcimiento y diversión que promuevan el bienestar emocional y físico de los adultos mayores, a través de actividades recreativas.
Se realizo así:
<table>
<tr><th>Fecha</th><th>Hora</th><th>Nombre act.</th><th>Descripción</th></tr>
<tr><td>15/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Aprender jugando</td><td>Juegos cooperativos</td></tr>
<tr><td>20/08/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Educación experiencial</td><td>Trabajo en equipo</td></tr>
<tr><td>22/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Neuroestimulación</td><td>Juegos de estimulación</td></tr>
<tr><td>27/08/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Educación experiencial</td><td>Comunicación asertiva</td></tr>
<tr><td>29/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Aprender jugando</td><td>Expresión corporal</td></tr>
<tr><td>02/09/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Aprender jugando</td><td>Juegos colaborativos</td></tr>
<tr><td>03/09/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Aprender jugando</td><td>Juegos colaborativos</td></tr>
<tr><td>10/09/24</td><td>3:00:00 p. m.</td><td>Neuroestimulación</td><td>Juegos coordinativos</td></tr>
</table>
</td><td>✓ Registro fotográfico
✓ SPP – reposan en archivo CVO
✓ Actas de reunión (Ver Anexo 4)
✓ Planes clase

Ver anexo 5</td><td>Se logra cumplir con la planeación de actividades recreativas al 100%</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td></td><td>
<table>
<tr><td>12/09/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Educación experiencial</td><td>Liderazgo</td></tr>
</table>
</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>f. Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios</td><td>
Se realizó planeación, ejecución y evaluación de actividades de cultura, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios del Centro Vida Oriente.
Objetivo:
✓ Fomentar la participación activa y el bienestar emocional de los adultos mayores a través de actividades culturales que promuevan la creatividad, la socialización y el aprendizaje continuo, contribuyendo así a mejorar la calidad de vida y fortalecer el sentido de comunidad.
Se realizo así:
<table>
<tr><th>Fecha</th><th>Hora</th><th>Nombre act.</th><th>Descripción</th></tr>
<tr><td>06/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>05/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>12/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>14/08/24</td><td>9:00:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>19/08/24</td><td>10:15:00 a. m.</td><td>Gala de talentos</td><td>Muestra de talentos</td></tr>
<tr><td>21/08/24</td><td>10:45:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>26/08/24</td><td>10:15:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>28/08/24</td><td>10:45:00 a. m.</td><td>Grupo de danzas</td><td>Ensayo presentación</td></tr>
<tr><td>04/09/24</td><td>10:45:00 a. m.</td><td>Tradición oral</td><td>Mitos y leyendas</td></tr>
<tr><td>09/09/24</td><td>10:15:00 a. m.</td><td>Juegos tradicionales</td><td>Tradición oral</td></tr>
</table>
</td><td>✓ Registro fotográfico
✓ SPP – reposan en archivo CVO
✓ Actas de reunión (Ver Anexo 4)
✓ Planes clase

Ver anexo 6</td><td>Se logra cumplir con la planeación de actividades recreativas al 100%</td></tr>
</table>

ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES	LOGROS
	11/09/24 | 10:45:00 a. m. | Tradición oral | Historia de vida		
g. Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales.	Para este periodo no se realizó encuentro intergeneracional	N/A	
h. Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de la prevención y promoción en salud.	Se implementaron talleres guía (una vez al día) con temas de suma importancia en el área de la promoción y prevención en salud al iniciar cada intervención del área de deportes, se realizó énfasis en los hábitos y estilos de vida saludable que promuevan el bienestar físico, mental y emocional, tales como: Charlas educativas, caminatas diarias, ejercicios de fuerza y flexibilidad, recreación, chequeos de salud básico, ejercicios neurocognitivos y fomento del autocuidado. Objetivo: ✓ Implementar talleres de promoción y prevención de la salud con el fin de empoderar a la comunidad a través de la educación, fomentando hábitos saludables y proporcionando herramientas prácticas para la prevención de enfermedades, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y el bienestar general de los adultos mayores.	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 7**	Se logró realizar capacitación sobre beneficios de la actividad física en el adulto mayor.

ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES	LOGROS
i. Promocionar la práctica de deporte formativo y educativo que mejore la capacidad de aprendizaje y desarrollo motriz a través del juego, facilitando relaciones interpersonales.	Se promociono la práctica de deporte formativo y educativo que mejoran la capacidad de aprendizaje y desarrollo motriz a través del juego facilitando las relaciones interpersonales, para esto se realizó práctica de diferentes actividades deportivas (relacionado en el alcance 4)). Objetivo: ✓ Generar estimulación física y cognitiva, mejorando la memoria, capacidad de procesamiento y percepción visual.	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 8**	
j. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan de clase.	Se elaboro oportunamente los planes clase en las fechas establecidas en las reuniones del área de Deportes, Recreación y Cultura.	✓ Planes clase, reposan en base de datos del área de deportes, recreación y cultura **Ver anexo 9**	
k. Elaborar y entregar oportunamente a la coordinación cronograma mensual de actividades	Se elaboro y entrego (21 de agosto) el cronograma mensual de actividades en las fechas establecidas por la coordinación del Centro Vida Oriente.	✓ Cronograma, reposan en base de datos de coordinación **Ver anexo 10**	

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td>l. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido.</td><td>Se realizo apoyo de actividades de las demás áreas, así:
<table><tr><th>N°</th><th>Fecha</th><th>Actividad</th></tr><tr><td>1</td><td>20/08/24</td><td>Apoyo Psicología (gimnasia cerebral)</td></tr><tr><td>2</td><td>26/08/24</td><td>Apoyo fisioterapia (Neuro plasticidad)</td></tr><tr><td>3</td><td>30/08/24</td><td>Desfile, reinado y viejoteca del adulto mayor</td></tr><tr><td>4</td><td>04/09/24</td><td>Apoyo administrativo</td></tr><tr><td>5</td><td>09/09/24</td><td>Apoyo administrativo</td></tr></table>Se realizó apoyo a las rutas los días 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30 y 31 de agosto y 10 de septiembre del 2024.</td><td>✓ Registro fotográfico
Ver anexo 11</td><td></td></tr>
<tr><td>m. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del C.V donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.</td><td>Se realizó acompañamiento constante en los diferentes espacios del Centro Vida Oriente donde se encuentran los beneficiarios.</td><td>✓ Registro fotográfico
Ver anexo 12</td><td></td></tr>
</table>

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td>n. Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma.</td><td>Se llevo los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma, día a día se realizó diligenciamiento de formatos SPP y base de datos general de usuarios.</td><td>✓ Base de datos
✓ SPP, reposan en archivo CVO</td><td>Se cumple con la entrega de registros en el plazo de tiempo establecido.</td></tr>
<tr><td>o. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras)</td><td>Se entrego oportunamente el INFORME DE ACTIVIDADES # 4, correspondiente al periodo 14 de julio a 13 de agosto de 2024.
Incluye: informe general de actividades, registro fotográfico, cronograma del periodo, planes clase y archivos anexos.</td><td>✓ Informe (físico y digital)</td><td>Se logro el 66,6% de cumplimiento (informe 4 de 6)</td></tr>
<tr><td>p. Asistir a las reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.</td><td>Se asistió a las reuniones y actividades de apoyo a las que se convocó, realizadas en el Centro Vida Oriente, así:
<table>
<tr><th>N°</th><th>Fecha</th><th>Actividad</th></tr>
<tr><td>1</td><td>21/08/24</td><td>Reunión equipo de trabajo</td></tr>
<tr><td>2</td><td>21/08/24</td><td>Reunión Santiago Londoño (Reinado Adulto Mayor)</td></tr>
<tr><td>3</td><td>22/08/24</td><td>Reunión equipo de trabajo</td></tr>
<tr><td>4</td><td>04/09/24</td><td>Reunión equipo de trabajo</td></tr>
</table></td><td>✓ Registro fotográfico
Ver anexo 13</td><td>Se asistió al 100% de las reuniones y capacitaciones programadas.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th>ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS/SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th><th>LOGROS</th></tr>
<tr><td></td><td><table>
<tr><td>5</td><td>06/09/24</td><td>Capacitación SST</td></tr>
<tr><td>6</td><td>11/09/24</td><td>Reunión equipo de trabajo</td></tr>
</table></td><td></td><td></td></tr>
</table>

Para constancia, se firma en la ciudad de Pereira Risaralda, a los catorce (14) días del mes de septiembre del año 2024.



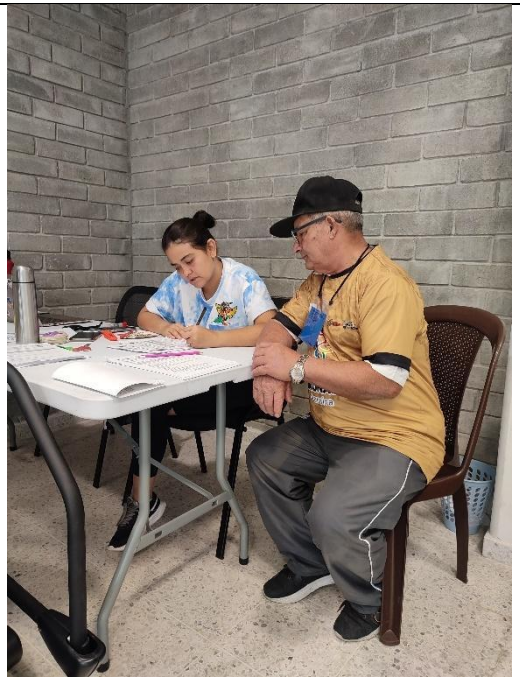
Valentina Galeano García
Cédula: 1088350314
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación **|** C.T.A MULTISER
E-mail: valentinagaleano0708@gmail.com
Celular: + 57 3218499049

ANEXOS

Anexo 1.

Alcance a. Realizar evaluación física inicial.

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: test Escala de Tinetti **Fecha:** 10/09/2024 **Lugar:** Gimnasio CVO	**Actividad:** test Escala de Lawton **Fecha:** 09/09/2024 **Lugar:** Gimnasio CVO

✓ Formato valoración Escala Tinetti

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
ESCALA TINETTI MODIFICADO E INSTRUCTIVO		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

NOMBRE COMPLETO	**DOCUMENTO DE IDENTIDAD**
GRUPO:	**EVALUADO POR:**
FECHA DE APLICACIÓN: DIA: _____/ MES: _____/ AÑO: _____/	

EVALUACION DEL EQUILIBRIO

(Coloque una **silla** dura y sin brazos contra la pared. Dé instrucciones al Adulto Mayor para las siguientes maniobras).

1. AL SENTARSE:

0 = incapaz sin ayuda o se colapsa sobre la silla **o** cae fuera del centro de la silla.
1 = capaz y no cumple los criterios para 0 ó 2.
2 = se sienta mediante movimientos fluidos y seguros y termina con los glúteos tocando el respaldo de la silla y los muslos en el centro de la silla.

2. EQUILIBRIO MIENTRAS ESTÁ SENTADO:

0 = incapaz de mantener su posición (se desliza marcadamente hacia el frente **o** se inclina hacia el frente o hacia el lado).
1 = se inclina levemente **o** aumenta levemente la distancia entre los glúteos y el respaldo de la silla.
2 = firme, seguro, erguido.

3. AL LEVANTARSE:

0 = incapaz sin ayuda **o** pierde el balance **o** requiere más de 3 intentos.
1 = capaz, pero requiere 3 intentos.
2 = capaz en 2 intentos o menos.

4. EQUILIBRIO INMEDIATO AL PONERSE DE PIÉ (PRIMEROS 5 SEG):

0 = inestable, se tambalea, mueve los pies, marcado balanceo del tronco, se apoya en objetos.
1 = estable, pero usa andador o bastón, **o** se tambalea levemente, pero se recupera sin apoyarse en un objeto.
2 = estable sin andador, bastón u otro soporte.

De Pié: ver ilustraciones de posiciones específicas de los pies en la siguiente página.

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
ESCALA TINETTI MODIFICADO E INSTRUCTIVO		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

5. EQUILIBRIO CON PIES LADO A LADO:

0 = incapaz **o** inestable **o** sólo se mantiene ≤ 3 segundos.
1 = capaz, pero usa andador, bastón, u otro soporte **o** sólo se mantiene por 4 – 9 segundos.
2 = base de sustentación estrecha, sin soporte, por 10 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos.

6. PRUEBA DEL TIRÓN
(El Adulto Mayor en la posición máxima obtenida en # 5; el examinador parado detrás de la persona, tira ligeramente hacia atrás por la cintura):

0 = comienza a caerse.
1 = da más de 2 pasos hacia atrás.
2 = menos de 2 pasos hacia atrás y firme.

7. SE PARA CON LA PIERNA DERECHA SIN APOYO:

0 = incapaz **o** se apoya en objetos de soporte **o** capaz por < 3 segundos.
1 = capaz por 3 ó 4 segundos.
2 = capaz por 5 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos

8. SE PARA CON LA PIERNA IZQUIERDA SIN APOYO:

0 = incapaz **o** se apoya en objetos de soporte **o** capaz por < 3 segundos.
1 = capaz por 3 ó 4 segundos.
2 = capaz por 5 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos

9. POSICIÓN DE SEMI-TÁNDEM:

0 = incapaz de pararse con la mitad de un pie frente al otro (, ambos pies tocándose) **o** comienza a caerse **o** se mantiene ≤ 3 segundos.
1 = capaz de mantenerse 4 a 9 segundos.
2 = capaz de mantener la posición semi-tándem por 10 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
ESCALA TINETTI MODIFICADO E INSTRUCTIVO		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

10. POSICIÓN TÁNDEM:

0 = incapaz de pararse con un pie frente al otro **o** comienza a caerse **o** se mantiene por ≤ 3 segundos.
1 = capaz de mantenerse 4 a 9 segundos.
0 = capaz de mantener la posición tándem por 10 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos

11. SE AGACHA (para recoger un objeto del piso):

0 = incapaz **o** se tambalea.
1 = capaz, pero requiere más de un intento para enderezarse.
2 = capaz y firme.

12. SE PARA EN PUNTILLAS:

0 = incapaz.
1 = capaz, pero por < 3 segundos.
2 = capaz por 3 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos

13. SE PARA EN LOS TALONES:

0 = incapaz.
1 = capaz, pero por < 3 segundos.
2 = capaz por 3 segundos.
Tiempo: ___ ___, ___ segundos



Pies lado a lado *Posición Semi-tándem* *Posición Tándem*

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
ESCALA TINETTI MODIFICADO E INSTRUCTIVO		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

EVALUACION DE LA MARCHA

INSTRUCCIONES: La persona se para junto al examinador, camina por el pasillo o habitación (Mida 3 metros), da la vuelta y regresa por el mismo camino usando sus ayudas habituales para la marcha, como el bastón o andador. El piso debe ser plano, no alfombrado y sin irregularidades.
Anote el tipo de piso: ---linóleo/cerámica ---madera ---cemento/concreto ---otro: _____

1. INICIO DE LA MARCHA (Inmediatamente después de decirle "camine"):

0 = cualquier vacilación **o** múltiples intentos para comenzar.
1 = sin vacilación.

2. TRAYECTORIA (estimada en relación con la cinta métrica colocada en el piso), Inicia la observación de la desviación del pie más cercano a la cinta métrica cuando termina los primeros 30 centímetros y finaliza cuando llega a los últimos 30 centímetros.

0 = marcada desviación.
1 = moderada **o** leve desviación **o** utiliza ayudas.
2 = recto, sin utilizar ayudas.

3. PIERDE EL PASO (tropieza o pérdida del balance):

0 = sí, y hubiera caído **o** perdió el paso más de 2 veces.
1 = sí, pero hizo un intento apropiado para recuperarlo y no perdió el paso más de 2 veces.
2 = no.

4. DA LA VUELTA (mientras camina):

0 = casi cae.
1 = leve tambaleo, pero se recupera, usa andador o bastón.
2 = estable, no necesita ayudas mecánicas.

5. CAMINAR SOBRE OBSTÁCULOS (se debe evaluar durante una caminata separada donde se colocan dos zapatos en el trayecto, con una separación de 1.22 metros):

0 = comienza a caer ante cualquier obstáculo o incapaz **o** camina alrededor de cualquier obstáculo **o** pierde el paso > 2 veces.
1 = capaz de caminar por encima de todos los obstáculos, pero se tambalea un poco, aunque logra recuperarse **o** pierde el paso una o dos veces.
2 = capaz y firme al caminar por encima de todos los obstáculos sin perder el paso.

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
ESCALA TINETTI MODIFICADO E INSTRUCTIVO		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

INTERPRETACIÓN

1. A mayor puntuación mejor funcionamiento.
2. La máxima puntuación de la subescala de marcha es 12.
3. La máxima puntuación para la subescala del equilibrio 16.
4. La suma de ambas puntuaciones para el riesgo de caídas.
5. A mayor puntuación>>>menor riesgo

ANALISIS DEL RESULTADO

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____ _____

FIRMA – EVALUADOR ***FIRMA PERSONA EVALUADA***

✓ Formato valoración Escala Tinetti

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
EVALUACION – AIVD – ESCALA LAWTON		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

NOMBRE COMPLETO	**DOCUMENTO DE IDENTIDAD**
GRUPO	**EVALUADO POR**
FECHA DE APLICACIÓN: DIA: _____/ MES: _____/ AÑO: _____/	

CÓDIGOS: **I=INDEPENDIENTE (2 PUNTOS)** **A=REQUIERE ASISTENCIA (1 PUNTO)** **D= DEPENDIENTE (0 PUNTOS)**

Información obtenida del:

USUARIO	ACOMPAÑANTE	ACTIVIDAD	GUIA PARA LA EVALUACION I=2 A=1 D=0
I A D Puntuación: _____	I A D Puntuación: _____	**CAPACIDAD PARA USAR EL TELEFONO**	I= Utiliza el teléfono por iniciativa propia y es capaz de marcar los números y completar una llamada A= Es capaz de contestar el teléfono o de llamar a la operadora en caso de emergencia, pero necesita ayuda para marcar los números D= Totalmente dependiente para realizar una llamada por teléfono por sí mismo
I A D Puntuación: _____	I A D Puntuación: _____	**USO DE MEDIOS DE TRANSPORTE**	I= Viaja con independencia en transportes públicos o condice su propio auto A= Solo viaja si lo acompaña alguien D= No puede viajar en absoluto
I A D Puntuación: _____	I A D Puntuación: _____	**IR DE COMPRAS**	I= Realiza todas las compras con independencia A= Necesita compañía para realizar cualquier compra D=Totalmente independiente para ir de compras
I A D Puntuación: _____	I A D Puntuación: _____	**PREPARACION DE LA COMIDA**	I= Organiza, prepara y sirve los alimentos adecuadamente y con independencia A=Calienta, sirve y prepara alimentos ligeros, pero no puede mantener una dieta adecuada sin ayuda D= Necesita que le preparen y sirvan los alimentos

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
EVALUACION – AIVD – ESCALA LAWTON		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

I A D Puntuación: _____	**I A D** Puntuación: _____	**CONTROL DE SUS MEDICAMENTOS**	I= Es capaz de tomar su medicación en el horario y dosis correcta A=Toma de medicación si alguien se lo recuerda y le prepara la dosis D= Incapaz de administrarse su medicación
I A D Puntuación: _____	**I A D** Puntuación: _____	**MANEJO DE SUS ASUNTOS ECONOMICOS**	I= Maneja los asuntos económicos con independencia A=Realiza gastos cotidianos pero necesita ayuda para manejar su cuenta del banco y hacer grandes compras, etc D= Incapaz de manejar su dinero

TOTAL____ **TOTAL _____**

Máxima dependencia: 0 puntos **Independencia total: 8 puntos**

ANALISIS: _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____ _____

NOMBRE PERSONA EVALUADORA **FIRMA PERSONA EVALUADA**

✓ **Formato de atención individual**

Alcaldía de PEREIRA

DEPARTAMENTO DE RISARALDA
MUNICIPIO DE PEREIRA
SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO

COOPERATIVA MULTISER
NIT: 900415283-4

REGISTRO DIARIO DE ATENCION INDIVIDUAL

Versión: 1
Código: 1.1
Vigencia: 08-2024

N°	FECHA	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCIÓN/TELEFONO	MOTIVO ATENCION	FIRMA USUARIO	OBSERVACIONES
1	9/09/2024	BERNARDO TAMAYO	2245497	3206889146	VALORACIÓN TINETTI	Bernardo	JORNADA MAÑANA
2	9/09/2024	NOE DE JESUS TREJOS	10066210	3206889146	VALORACIÓN TINETTI	Noe Jesus	JORNADA MAÑANA
3	9/09/2024	SANTIAGO TAMAYO	2245390	3206889146	VALORACIÓN TINETTI	Santiago Tamayo	JORNADA MAÑANA
4	9/09/2024	LUZ DARY VALENCIA	33992375	3206889146	VALORACION LAWTON	Luz Dary Valencia	JORNADA MAÑANA
5	9/09/2024	MARIA ALBENIS CORREA	24544663	3206889146	VALORACION LAWTON	M. Albenis C	JORNADA MAÑANA
6	9/09/2024	MARIA ELENA RUIZ	42073836	3206889146	VALORACION LAWTON	Maria Elena Ruiz	JORNADA MAÑANA
7	9/09/2024	ORFILIA RESTREPO	24658402	3206889146	VALORACIÓN TINETTI	Orfilia Restrepo	JORNADA TARDE
8	9/09/2024	PEDRO ANTONIO MEJIA	6451943	3206889146	VALORACIÓN TINETTI		JORNADA TARDE
9	9/09/2024	PEDRO NEL OSPINA	10056112	3206889146	VALORACIÓN TINETTI	Pedro Nel Ospina H	JORNADA TARDE
10	9/09/2024	HERNANDO JAVIER ALZATE	16256204	3206889146	VALORACION LAWTON	Hernando	JORNADA TARDE

RESPONSABLE: VALENTINA GALEANO

AREA: DEPORTES, RECREACIÓN Y CULTURA.

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA

DEPARTAMENTO DE RISARALDA
MUNICIPIO DE PEREIRA
SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO

COOPERATIVA MULTISER
NIT: 900415283-4

REGISTRO DIARIO DE ATENCION INDIVIDUAL

Versión: 1
Código: 1.1
Vigencia: 08-2024

N°	FECHA	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	DIRECCIÓN/TELEFONO	MOTIVO ATENCION	FIRMA USUARIO	OBSERVACIONES
1	9/09/2024	JESUS EMILIO RUIZ	3384374	3206889146	VALORACION LAWTON		JORNADA TARDE
2	9/09/2024	JOSE GUILLERMO ARENAS	2933868	3206889146	VALORACION LAWTON		JORNADA TARDE
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

RESPONSABLE: VALENTINA GALEANO

AREA: DEPORTES, RECREACIÓN Y CULTURA

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Anexo 2.

Alcance b. Realizar seguimiento documentado de los beneficiarios.

✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: archivo y base de datos **Fecha:** 21/08/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** archivo y base de datos **Fecha:** 09/09/2024 **Lugar:** CVO

Anexo 3.

Alcance c. Identificar las habilidades y capacidades motrices.

✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: Piscina **Fecha:** 20/08/2024 **Lugar:** Piscina CVO	**Actividad:** Gimnasio (Fuerzo Muscular) **Fecha:** 04/09/2024 **Lugar:** Gimnasio CVO



Actividad: Recreación social
Fecha: 10/09/2024
Lugar: CVO

Anexo 4.

Alcance d. Planear, ejecutar y evaluar actividades deportivas.

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: actividad física funcional **Fecha:** 22/08/2024 **Lugar:** Cancha	**Actividad:** gimnasio (fuerza muscular) **Fecha:** 02/09/2024 **Lugar:** cancha CVO

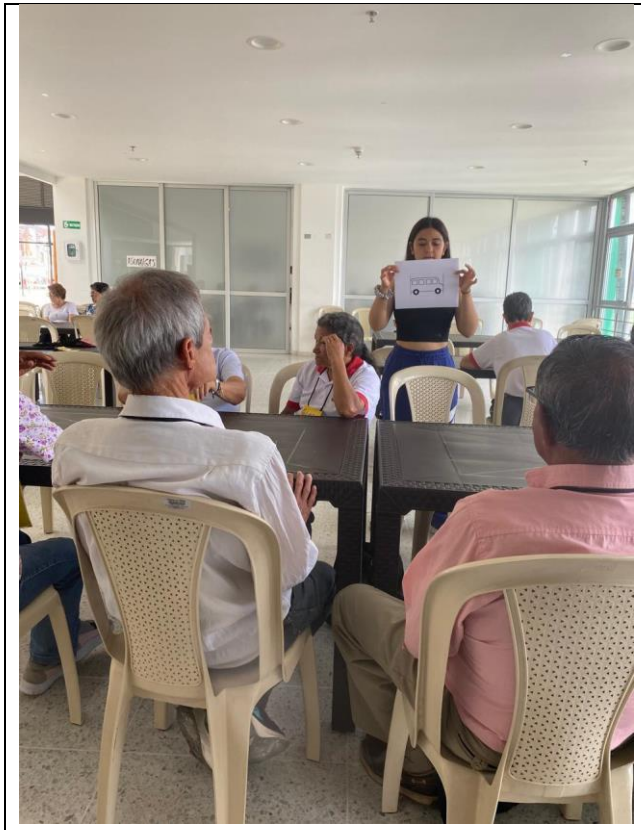


Actividad: piscina (habilidades acuáticas básicas)
Fecha: 09/09/2024
Lugar: Piscina CVO

Anexo 5.

Alcance e. Planear, ejecutar y evaluar actividades recreativas.

✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: juegos tradicionales **Fecha:** 20/08/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** Juegos cooperativos **Fecha:** 02/09/2024 **Lugar:** CVO



Actividad: tradición oral
Fecha: 03/09/2024
Lugar: CVO

Anexo 6.

Alcance f. Planear, ejecutar y evaluar actividades culturales.

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: grupo de danza **Fecha:** 19/07/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** reinado **Fecha:** 10/08/2024 **Lugar:** CVO



Actividad: juegos tradicionales
Fecha: 12/08/2024
Lugar: CVO

Anexo 7.

Alcance h. Implementar talleres guía en el área de la prevención y promoción en salud.

✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: Act. física funcional **Fecha:** 22/08/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** neuroestimulación **Fecha:** 30/07/2024 **Lugar:** CVO

✓ **Ficha taller**

Jornada AM

Alcaldía de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	
FICHA TALLER		Versión: 1 Código: 1.1 Vigencia: 08-2024

CENTRO VIDA - ORIENTE – MUNICIPIO DE PEREIRA RISARALDA		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	D: 22 MES: AGOSTO AÑO: 2024	JORNADA: MAÑANA __X__ TARDE _____
NOMBRE DEL TALLER	BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR	

OBJETIVO:

1. SOCIALIZAR Y PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ADULTOS MAYORES PARA MEJORAR SU BIENESTAR FÍSICO Y MENTAL, FORTALECIENDO SU SALUD, AUTONOMÍA Y CALIDAD DE VIDA DE MANERA SEGURA Y ADAPTADA A SUS CAPACIDADES.

TEMAS PARA DESARROLLAR

- QUÉ ES LA ACTIVIDAD FISICA.
- BENEFICIOS:

Salud cardiovascular – Fuerza y flexibilidad – Pérdida ósea – Control de peso – Equilibrio y coordinación – Aumento de energía – Salud mental – Integración social – Calidad del sueño – Función cognitiva – Disminución glicemia – Postura.

- TIPOS DE EJERCICIO

METODOLOGIA:

1. Para una mejor comunicación y participación, el grupo se ubicó en salón cerrado frente a los medios tecnológicos de exposición (TV - Sonido).
2. Se explicó el nombre, objetivo y los temas a desarrollar. Utilizándose un lenguaje claro, sencillo
3. Mi ubicación fue de frente al grupo de adultos mayores, utilizando un tono de voz fuerte, sin gritar.
4. Al socializar el tema central, se colocaron ejemplos cotidianos según las vivencias de los participantes solicitándoles la opinión de cada uno.
5. Para determinar el tema, se tienen presentes los últimos lineamientos en Salud según recomienda la OMS para el beneficio de la población Adulta Mayor.

CONCLUSIONES:

1. El manejo de este tema brinda herramientas al adulto mayor, sobre los aspectos importantes que deberá tener presente para el manejo de su salud.
2. La dinámica de la actividad permite al adulto mayor su intervención donde expone su punto de vista, según sus criterios y vivencias personales.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron activamente un grupo de 73 personas Adultas Mayores

SEBASTIAN ACEVEDO

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Jornada PM

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

CENTRO VIDA - ORIENTE – MUNICIPIO DE PEREIRA RISARALDA		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 22 MES: AGOSTO AÑO: 2024**	**JORNADA: MAÑANA ____ TARDE __X___**
NOMBRE DEL TALLER	**BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ADULTO MAYOR**	

OBJETIVO:

1. SOCIALIZAR Y PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ADULTOS MAYORES PARA MEJORAR SU BIENESTAR FÍSICO Y MENTAL, FORTALECIENDO SU SALUD, AUTONOMÍA Y CALIDAD DE VIDA DE MANERA SEGURA Y ADAPTADA A SUS CAPACIDADES.

TEMAS PARA DESARROLLAR

- QUÉ ES LA ACTIVIDAD FISICA.
- BENEFICIOS:

Salud cardiovascular – Fuerza y flexibilidad – Pérdida ósea – Control de peso – Equilibrio y coordinación – Aumento de energía – Salud mental – Integración social – Calidad del sueño – Función cognitiva – Disminución glicemia – Postura.

- TIPOS DE EJERCICIO

METODOLOGIA:

1. Para una mejor comunicación y participación, el grupo se ubicó en salón cerrado frente a los medios tecnológicos de exposición (TV - Sonido).
2. Se explicó el nombre, objetivo y los temas a desarrollar. Utilizándose un lenguaje claro, sencillo
3. Mi ubicación fue de frente al grupo de adultos mayores, utilizando un tono de voz fuerte, sin gritar.
4. Al socializar el tema central, se colocaron ejemplos cotidianos según las vivencias de los participantes solicitándoles la opinión de cada uno.
5. Para determinar el tema, se tienen presentes los últimos lineamientos en Salud según recomienda la OMS para el beneficio de la población Adulta Mayor.

CONCLUSIONES:

1. El manejo de este tema brinda herramientas al adulto mayor, sobre los aspectos importantes que deberá tener presente para el manejo de su salud.
2. La dinámica de la actividad permite al adulto mayor su intervención donde expone su punto de vista, según sus criterios y vivencias personales.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron activamente un grupo de 76 personas Adultas Mayores

SEBASTIAN ACEVEDO Valentina66 Miguel A J. Wilmar L.

Anexo 8.

Alcance i. Promocionar la práctica del deporte, a través del juego, facilitando relaciones interpersonales.

✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: fuerza y coordinación **Fecha:** **Lugar:** Parque	**Actividad: resistencia cardiopulmonar** **Fecha:** **Lugar: parque**



Actividad: Fortalecimiento muscular
Fecha:
Lugar: cancha

Anexo 9.

Alcance j. Elaborar y entregar oportunamente plan de clase.

- ✓ **Formato plan clase.**

CENTRO VIDA ORIENTE

PLAN CLASE			
No.	FECHA:		JORNADA:
TEMA:		ÁREA:	

OBJETIVO:			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	METODOLOGÍA	OBSERVACIONES
FASE INICIAL:			
FASE FINAL			
MATERIALES:			
RESPONSABLE:			

Anexo 10.

Alcance k. Elaborar y entregar oportunamente a la coordinación cronograma mensual

✓ **Cronograma.**

		Código: MGO-02-12
		Versión: 01
		Fecha: 14-05-2024

PERIODO DEL CRONOGRAMA	14 DE AGOSTO - 13 DE SEPTIEMBRE
RESPONSABLE	Valentina Galeano Garcia
1. OBJETIVO	
2. ALCANCE	CUMPLIR CON EL 100% DE LA OFERTA DE LA CANASTA BÁSICA DE SERVICIOS DEFINIDA POR LA LEY 1276 DE 2009 PARA LOS CENTROS VIDA
3. META	ENTREGA DE LA CANASTA BÁSICA DE SERVICIOS EN LOS CENTROS VIDA

4. CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	ENTREGABLE	PERIODICIDAD		DIAS/Mes																									% CUMPLIMIENTO Actividad / Fase		RESPONSABLE	OBSERVACIONES
				14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
VALORACIONES	Formato de valoración	tres veces por semana	P**																					1	1										100%	100%	Valentina Galeano Garcia	
			E*																					1	1													
ACTIVIDADES DEPORTIVAS	FOTOS , PLANES CLASE, SI*I*	tres veces por semana	P**	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1					1		1		1		1		100%		Valentina Galeano Garcia	
			E*	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1					1		1		1		1					
ACTIVIDADES RECREATIVAS	FOTOS , PLANES CLASE, SI*I*	tres veces por semana	P**		1				1		1					1		1								1				1		1		100%		Valentina Galeano Garcia	
			E*		1				1		1					1		1								1				1		1					
ACTIVIDADES CULTURALES	FOTOS , PLANES CLASE, SI*I*	tres veces por semana	P**		1	1	1	1					1	1	1	1	1		1	1								1						100%	100%	Valentina Galeano Garcia	
			E*		1	1	1	1					1	1	1	1	1		1	1								1									
REUNIÓN AREA DE DEPORTES	FOTOS , PLANES CLASE, SI*I*	tres veces por semana	P**						1				1		1					1		1					1		1				1	100%		Valentina Galeano Garcia	
			E*						1				1		1					1		1					1		1				1					
REUNIÓN INTERDICIPLINARIA	FOTOS , PLANES CLASE, SI*I*	z por semana por sem	P**							1						1								1							1			100%		Valentina Galeano Garcia	
			E*							1						1								1							1							
ARCHIVO Y BASE DE DATOS			P**			1							1							1						1						1		100%		Valentina Galeano Garcia	
			E*			1							1							1						1						1					
Total Programado				1	2	3	1	2	2	2	1	3	1	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	2	1	3	1	2	1	2	2	2		52			
Total Ejecutado				1	2	3	1	2	2	2	1	3	1	3	2	3	2	3	1	3	1	2	1	3	1	2	1	2	2	2			52				

Anexo 11.

Alcance l. Apoyar actividades de las demás áreas

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: apoyo área administrativa (reinado del adulto mayor) **Fecha:** 21/08/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** apoyo ruta **Fecha:** 31/08/2024 **Lugar:** CVO



Actividad: apoyo administrativo
Fecha: 29/08/2024
Lugar: CVO

Anexo 12.

Alcance m. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del C.V, especialmente en la zona del comedor.

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: apoyo alimentación **Fecha:** 03/09/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** apoyo alimentación **Fecha:** 26/07/2024 **Lugar:** CVO

Anexo 13.

Alcance p. Asistir a las reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado

- ✓ **Registro fotográfico**

	
Actividad: reunión (capacitación interdisciplinaria) **Fecha:** 29/07/2024 **Lugar:** CVO	**Actividad:** Fiestas de la cosecha, celebración al adulto mayor **Fecha:** 05/08/2024 **Lugar:** CVO



Actividad: gestión encuentro intergeneracional
Fecha: 10/09/2024
Lugar: CVO

Alcaldía de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	
ACTA - REUNION O CAPACITACION		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

evento 30 de agosto (Desfile del Adulto Mayor) y sus responsables.

#	RESPONSABLE	COMPROMISOS
1	Prof. Deportes	Realizar plan clase por actividad.
2	Prof. Deportes	Cumplimiento de los roles designados para el evento el día 30 de agosto.
3	Prof. Deportes	Reunión de área quincenal.
4		
5		
6		

Siendo la 1:00 pm, se da por terminada la reunión. Para constancia se firma en Pereira, Risaralda a los 05 días del mes de agosto de 2024.

#	NOMBRES Y APELLIDOS	INSTITUCION	CARGO	FIRMA
1	Joan Sebastián Acevedo Londoño	Centro Vida Oriente	Profesional deportes	Sebastian Acevedo
2	Valentina Galeano García	Centro Vida Oriente	Profesional deportes	Valentina
3	Miguel Ángel Aguirre Chaverra	Centro Vida Oriente	Profesional deportes	Miguel A

Alcaldía de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	
ACTA - REUNION O CAPACITACION		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

ACTA N° 08	FECHA: D 20 M 08 A 24	LUGAR REUNION GIMNASIO CENTRO VIDA ORIENTE
OBJETIVO DE LA REUNIÓN	Planear actividades deportivas, recreativas y culturales del 21 de agosto hasta el 2 de septiembre del 2024, para los adultos mayores del Centro Vida Oriente.	
PARTICIPANTES DE LA REUNIÓN	1. Joan Sebastián Acevedo Londoño 2. Valentina Galeano García 3. Miguel Ángel Aguirre Chaverra 4. Juan Pablo Gallego Marín 5. John Wilmar Loaiza Valencia 6. Juan Bautista Sánchez Sánchez	

DESARROLLO DE LA AGENDA

Siendo las 12:20 m se inicia la reunión, con el siguiente orden del día:

1. Bienvenida
2. Revisión acta anterior (Acta N° 07)
3. Revisión de cada tema a tratar
4. Preguntas y comentarios
5. Compromisos
6. Cierre de reunión

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Temas a revisar:

1. Revisión acta N° 07.
2. Programación de actividades deportivas, recreativas y culturales.
3. Designación de responsabilidades de los profesionales en deportes en el desfile del adulto mayor en las fiestas de la cosecha (30 de agosto).
4. Responsables de actividades.
5. Compromisos.

Se elabora la programación de actividades deportivas, recreativas y culturales para lasfechas determinadas, y se asigna los responsables.
Se establece la programación y orden de los profesionales en deportes para el día del

Alcaldía de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	Versión: 1 Código: 1.1 Vigencia: 08-2024

ACTA - REUNION O CAPACITACION

ACTA N° 3	FECHA: D 2 M 09	LUGAR REUNION GIMNASIO CENTRO VIDA ORIENTE.
OBJETIVO DE LA REUNIÓN	Planificar las estrategias y abordajes correspondientes a los requerimientos observados del grupo poblacional del centro vida con relación a la nueva metodología por colores.	
PARTICIPANTES DE LA REUNIÓN	1. Valentina Galeano. 2. Sebastián Acevedo. 3. Miguel Aguirre. 4. Juan Bautista Sánchez.	
DESARROLLO DE LA AGENDA		

Siendo las 10:00 am se inicia la reunión, con el siguiente orden del día:

1. Necesidades de la población adulta mayor.
2. Temas de Fisioterapia para socializar.
3. Usuarios específicos para valoración y acompañamiento en deportes.

DESARROLLO DE LA REUNION

1. A través de la observación de la historia clínica, respuestas al ejercicio físico y referencias personales de los usuarios, se ha determinado que la principal condición a manejar y prevenir se deriva al sistema cardiopulmonar y musculoesquelético relacionado a la Hipertensión arterial, Insuficiencia Cardíaca y EPOC y Osteoartrosis y Artritis reumatoide, respectivamente. Por lo tanto, se destaca la importancia de especificar la prescripción y tratamiento de la actividad física como mediadora del estado de salud.
2. Se habla acerca de los sistemas corporales como puntos teórico prácticos a tratar, los cuales están divididos en:
   1. Sistema cardiovascular.
   2. Sistema pulmonar.
   3. Sistema muscular.
   4. Sistema nervioso.
3. Se socializa sobre usuarios quienes han asistido a Fisioterapia por condiciones osteoarticulares y reumatológicas en su mayoría:
   - María Alicia Velasquez.
   - María Carlina Orrego.
   - Magnolia Lotero.
   - Luz Dary Mejía.

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle4 # 8 - 03– Comuna Villavicencio- Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA

DEPARTAMENTO DE RISARALDA
MUNICIPIO DE PEREIRA
SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
COOPERATIVA MULTISER
NIT: 900415283-4

Versión: 1
Código: 1.1
Vigencia: 08-2024

ACTA - REUNION O CAPACITACION

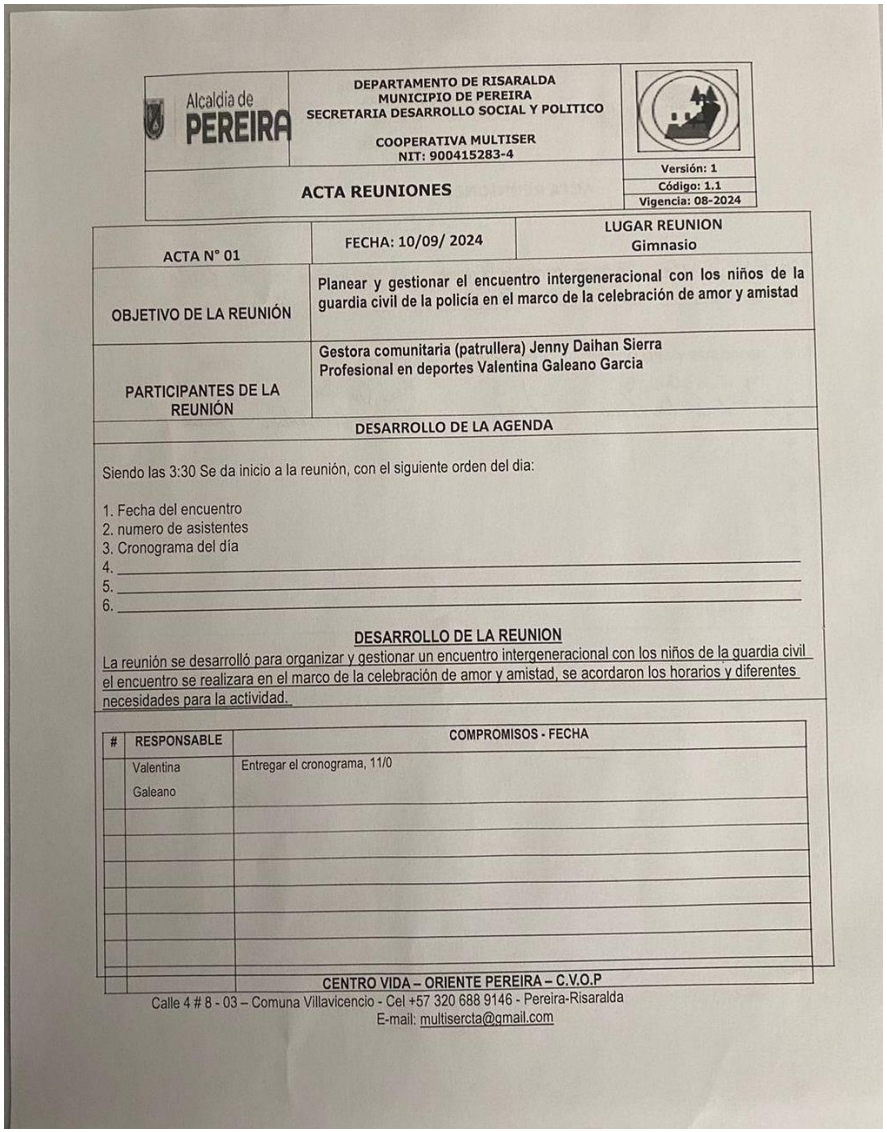
- Luz Dary Rios.
- Elias Soto Arias.
- Ilda Casanova.

#	RESPONSABLE	COMPROMISOS
1	Profesionales en Ciencias del Deporte.	Observarán e informarán respecto a algún hallazgo en el proceso de intervenciones físicas y/o deportivas diarias que comprometan a los usuarios en cuestión.
2	Fisioterapeuta.	Llevará a cabo acompañamiento terapéutico simultáneo a la realización de las actividades rotatorias a desarrollar.

Siendo las 10:20am, se da por terminada la reunión. Para constancia se firma en Pereira, Risaralda a los 2 días del mes de septiembre del 2024.

#	NOMBRES Y APELLIDOS	INSTITUCION	CARGO	FIRMA
1	Lloyd Angel Hernandez	CVO	Prof. Deportes	
2	Jesica Sanchez	CVO	Prof. Deportes	
3	Deisy Mendoza	CVO	Prof. Deportes	
4	Valentina Galeano	CVO	Prof. Deportes	
5	Sara Lopez Alzate	CVO	Fisioterapeuta	

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle4 # 8 - 03– Comuna Villavicencio- Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercla@gmail.com



Alcaldía de PEREIRA

DEPARTAMENTO DE RISARALDA
MUNICIPIO DE PEREIRA
SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO

COOPERATIVA MULTISER
NIT: 900415283-4

Versión: 1
Código: 1.1
Vigencia: 08-2024

ACTA REUNIONES

ACTA N° 01	FECHA: 10/09/ 2024	LUGAR REUNION Gimnasio
OBJETIVO DE LA REUNIÓN	Planear y gestionar el encuentro intergeneracional con los niños de la guardia civil de la policía en el marco de la celebración de amor y amistad	
PARTICIPANTES DE LA REUNIÓN	Gestora comunitaria (patrullera) Jenny Daihan Sierra Profesional en deportes Valentina Galeano Garcia	

DESARROLLO DE LA AGENDA

Siendo las 3:30 Se da inicio a la reunión, con el siguiente orden del dia:

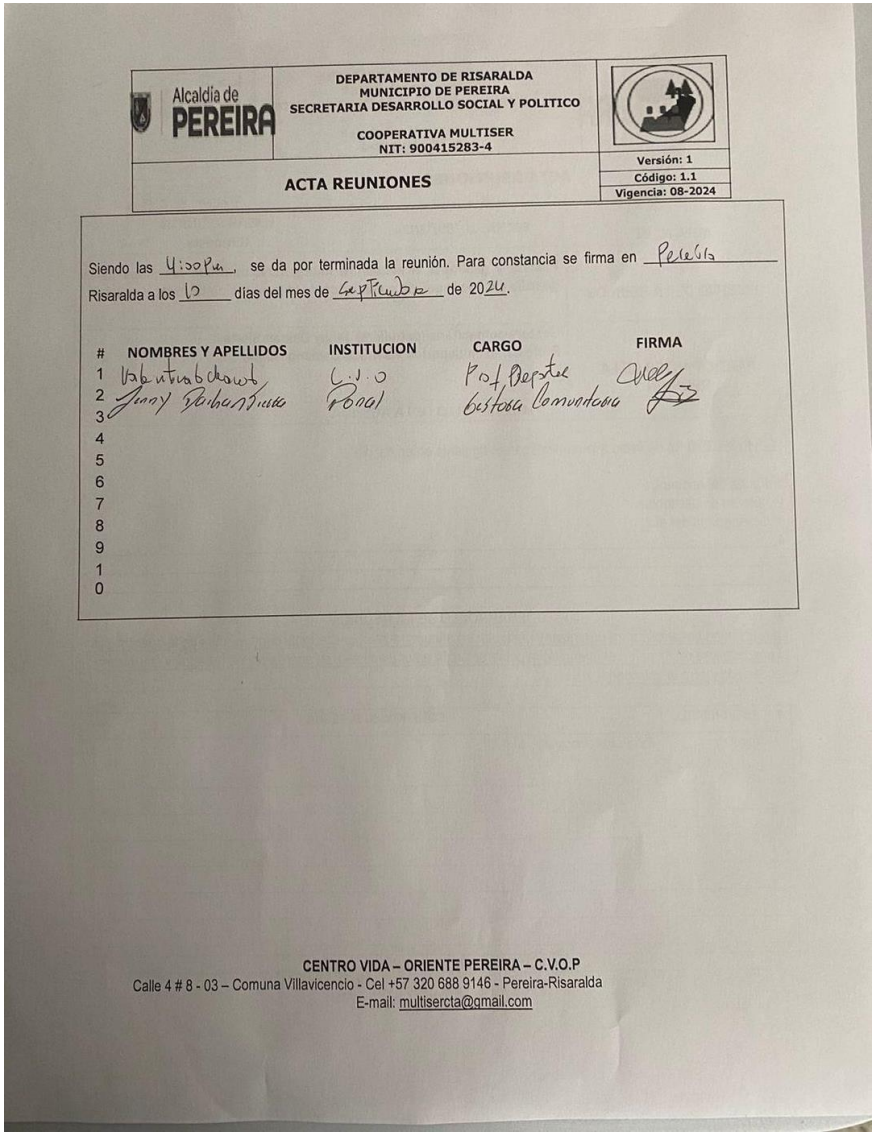
1. Fecha del encuentro
2. numero de asistentes
3. Cronograma del dia
4. _____
5. _____
6. _____

DESARROLLO DE LA REUNION

La reunión se desarrolló para organizar y gestionar un encuentro intergeneracional con los niños de la guardia civil el encuentro se realizara en el marco de la celebración de amor y amistad, se acordaron los horarios y diferentes necesidades para la actividad.

#	RESPONSABLE	COMPROMISOS - FECHA
	Valentina Galeano	Entregar el cronograma, 11/0

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com



Alcaldía de PEREIRA

DEPARTAMENTO DE RISARALDA
MUNICIPIO DE PEREIRA
SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO

COOPERATIVA MULTISER
NIT: 900415283-4

Versión: 1
Código: 1.1
Vigencia: 08-2024

ACTA REUNIONES

Siendo las 4:30 Pm, se da por terminada la reunión. Para constancia se firma en Pereira
Risaralda a los 10 días del mes de Septiembre de 2024.

#	NOMBRES Y APELLIDOS	INSTITUCION	CARGO	FIRMA
1	Valentina Galeano	C.V.O	Prof Deportes	
2	Jenny Daihan Sierra	Real	Gestora Comunitaria	
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
1 0				

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 03 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com