aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 901826616	0	CONSORCIO VIDA PLE	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	Principal	KM 10 VIA CERRITOS	PEREIRA-RISARALDA	3154104739	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2024-07	2024-08	812792027	9470837512	E	2024/08/06	2024/07/31	BANCO CAJA SOCIAL	0	$18,768,800

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				NOVEDADES																	PENSION		SALUD		CCF		RIESGOS		PARAFISCALES	
No.	Identificación		Nombre	ing	ret	tde	tae	tdp	tap	ysp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Dias	Exonerado SENA e ICBF
1	CC	80735285	AGUDELO RODRIGUEZ JHONN FELIPE																		25-14	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
2	CC	42134339	AMARILES DUQUE CLAUDIA MILENA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
3	CC	1012404394	AVILA CORREAL WIGDY SOLANLLY																		230301	30	EPS008	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
4	CC	42099470	BETANCUR MOLINA MARIA TERESA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
5	CC	10018419	CAMPOS SALAZAR HAROLD																		230201	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
6	CC	1087546914	CANCIMANSE TORO DIANA CAROLINA	X	X																230301	11	EPS037	11	CCF44	11	14-11	11	11	No
7	CC	40690553	CASTRILLON GARCIA MARIA ELENA																		230301	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
8	CC	94498668	CHIRIVI CARLOS																		230301	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
9	CC	1088335345	GALVIS MARTINEZ CARLA MANUELA																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
10	CC	1088331503	HERNANDEZ BETANCUR INGRID VALENTINA																		230301	30	EPS010	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
11	CC	37241773	LLANOS MELO IRMA																		25-14	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
12	CC	42106285	LOZANO BONILLA MARIA MAGDALENA																		25-14	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
13	CC	1017241810	MANRIQUE JIMENEZ ANGI JOHANNA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
14	CC	1037664138	MANRIQUE JIMENEZ LAURA NATHALIA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
15	CC	1225090490	MONCAYO ESTRELLA DANIELA ALEJANDRA			X															230301	15	EPS002	15	CCF44	15	14-11	15	15	No
16	CC	1088304989	NARANJO MORENO DANIELA	X																	25-14	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
17	CC	14652280	NOREÑA FABIAN JOAO																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
18	CC	1088328912	PORRAS ARIAS JACKELINE																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
19	CC	1112783880	RABE MARTINEZ ANGELA MILENA			X															230301	19	EPS008	19	CCF44	19	14-11	19	19	No
20	CC	36276878	ROJAS RIVERA RAQUEL																		25-14	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
21	CC	1011084346	SALAZAR MEYER SANTIAGO ALEJANDRO																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
22	CC	1088268829	TELLO BORJA ANDERSSON																		230301	30	EPS018	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
23	CC	1088311989	TREJOS VINASCO KATHERIN TATIANA																		230301	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No

Total Afiliados(23)

2024/07/31 10:56 PM

CONSORCIO VIDA PLENA ACTIVIDADES

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	Harold Campos Salazar
Número del Contrato	*10018419*
Cargo:	*Deporte y recreación*
Plazo	20 de mayo 19 de noviembre 2024
Periodo:	20 de junio 19 de julio 2024
Proyecto	*PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS*

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
1.En calidad de instructor de actividad física – recreación y deporte, llevar a cabo la coordinación del área en mención del programa Centro vida. En atención al 3er eje "envejecimiento activo" política colombiana de envejecimiento humano y vejez 2014-2024. La	✓ Ejecución de reuniones de equipo del área de deportes con el fin de mejorar la estructura y estrategias de las actividades en atención al tercer eje "envejecimiento activo"	✓ Evidencias fotográficas. ✓ Cronograma ✓ de actividades. ✓ Ficha sesión. ✓ Acta de la ✓ reunión.	✓ Se evidencia un grupo articulado y apasionado en cada actividad realizada, pensando siempre en mejorar la calidad de vida de los adultos mayores de centro vida.

Presentado por: Harold Campos S

ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y la (Resolución Min Salud 055/2018 – Estándar talento humano).			
2. Estructurar el plan de trabajo cualitativo y cuantitativo de su área de atención, según el modelo establecido en el programa. En atención al 3er eje "envejecimiento activo", de la política colombiana de envejecimiento humano y vejez 2014-2024. La ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y la (Resolución Min Salud 055/2018 – Estándar talento humano).	✓ Se planteó un plan de trabajo que consta de 4 ejes importantes para el "envejecimiento activo "los cuales son: ▪ Gimnasia de mantenimiento. ▪ Fortalecimiento general. ▪ Hidroterapia. ▪ Actividades recreativas. ✓ Como complemento se realizaron talleres como : ▪ La obesidad.	✓ Registro fotográfico ✓ Formato plan cualitativo y Plan Cuantitativo.	✓ Se obtiene muy buena aceptación por parte de los usuarios del centro vida cerritos, las actividades Realizadas hasta el momento han sido aceptadas de la Mejor manera y con toda la disposición en la ejecución de cada plan de trabajo.

Presentado por: Harold Campos S

3.Articular las actividades propias del área, según los registros e instrumentos establecidos en el documento denominado: Manual de Procedimiento área de actividad física – recreación y deporte.	✓ El equipo de trabajo de deportes no articulo actividades propias del área ya que el test de tinetti se realizó en la fase pasada.	✓ No aplica para este informe.	✓ No Aplica.
4.Realizar Valoraciones que establezcan la condición física y evalúe la autonomía, Independencia y nivel de capacidad funcional para realizar las ABVD-AIVD. En estas valoraciones deberá aplicarse el siguiente instrumento: Escala de Tinetti al 100% de la Población, de acuerdo con lo establecido: Resolución Min Salud 055/2018 – Estándar de atención integral, criterio N° 1 y 3. Y resolución Min Salud 3280/2018 – Ruta integral de atención para la promoción y mantenimiento de la salud – actividades para la vejez resolución Min Salud 2626/2019 – Modelo de	✓ En la fase anterior se llevó a cabo la prueba de tinetti que analiza determinadas variables para evaluar la marcha y el y el equilibrio, analiza la movilidad de la tercera edad determinando el riesgo de caída, este test será aplicado al inicio y al final del contrato, estableciendo así la evolución de los adultos mayores de centro vida.	✓ No aplica	✓ Las pruebas realizadas en la fase anterior reposan en los archivos de centro vida cerritos

Presentado por: Harold Campos S

atención integral territorial "Maite" – Estrategia A.P.S.			
5.De ser requerido, y ante una detección oportuna de alguna patología, o accidente durante la realización de estas actividades, deberá realizar remisiones externas interinstitucionales, específica, en los términos Que establecen las normas correspondientes. De acuerdo con lo establecido en la ley 1276/2009 – Art 11 – Numeral 2, 3. Con previo Diligenciamiento de los formatos establecidos.	✓ En el transcurso de los días del 20 de junio al 19 de julio no se han presentado accidentes ni patologías durante las actividades planteadas por el área de deportes, por esta razón no ha sido necesario realizar remisiones externas en el programa centro vida cerritos.	✓ No aplican evidencias.	✓ Durante el transcurso de la clase, se indaga a cada adulto mayor si presentan algún malestar en la ejecución de las actividades, si no requieren de remisión se les indica los ejercicios o actividades que deben realizar en casa para mejorar su salud.

Presentado por: Harold Campos S

6. En articulación con el talento humano adscrito al programa, construir los planes de atención integral de los usuarios del centro vida. Resolución Min Salud 055/2018 – Estándares de gestión – Criterio #8 y atención integral – Criterio #2. Como estrategia de promoción de Hábitos y estilos de vida saludables. Realizar un programa de actividad física, recreación y deporte con la población atendida que contemple: Gimnasia de mantenimiento y fortalecimiento de la condición física, caminatas, actividad física musicalizada, hidroterapia, terapias de relajación y juegos tradicionales, entre otros	✓ El día 27 de junio del 2024 se realiza el taller sobre la obesidad como estrategia para la promoción de hábitos y estilos de vida saludable y como prevención para las ECNT, en articulación con el área de enfermería.	✓ Registro fotográfico. ✓ Acta	✓ El día 27 de junio se realiza taller sobre la obesidad en articulación con enfermería, algunos usuarios traían conocimientos previos sobre el tema, por lo tanto el taller se torno muy interesante ya que algunos realizaron preguntas muy importantes como los cuidados, alimentación, actividades para ejecutar y la prevención dicha enfermedad.

Presentado por: Harold Campos S

CONSORCIO VIDA PLENA ACTIVIDADES

7. Apoyar la realización de los "Encuentros Intergeneracionales" y las "escuelas de familia" como estrategias psicosociales de capacitación a cuidadores y como prevención del maltrato, abuso y negligencia en el adulto mayor, en cumplimiento a las leyes 1276/2009 – Art 11 – Numeral 7. 1850/2017. E implementación de la política nacional de familia – Ley 1361/2009. Con el acompañamiento y apoyo del talento humano adscrito al programa.	✓ Segundo encuentro intergeneracional "Escuela de Familia "realizado el día 13 de julio del 2024 donde se contó con la visita de la alcaldía , el consorcio y la personería, se presentaron videos sobre las actividades realizadas con los adultos mayores de centro vida hasta la fecha, socialización de la ley 1850 de 2018 ,presentación de cada uno de los trabajadores de centro vida dando a conocer las actividades que se realizaban por equipo, video de los adultos mayores dando testimonio de sus vivencias en centro vida, entrega de refrigerios y recordatorios , realización de presentaciones de parte de los usuarios y despedida calurosa para todos los asistentes.	✓ Registro fotográfico	✓ Se evidencia a todos los adultos mayores y familiares gran agrado y felicidad por la realización de dicha actividad, dispuestos a participar activamente durante la jornada.
8. Participar en las visitas de evaluación y Seguimiento que llevan a cabo la secretaría de Salud pública y seguridad social del municipio y las secretarías departamentales de salud y Desarrollo social. En cumplimiento de los requisitos mínimos esenciales definidos en la Ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y	✓ Contamos con la visita de la secretaria de desarrollo social, el doctor Jaime,Mena y la Doctora Dora Llanos quienes asisten a inspeccionar cada una de las actividades desarrolladas en centro vida cerritos ejecutadas por cada equipo de trabajo	✓ Registro fotográfico. ✓ Acta de visita.	✓ Contamos con las visitas constantes de la doctora Dora llanos con el fin de mejorar el servicio prestado a los adultos mayores de centro vida.

Presentado por: Harold Campos S

CONSORCIO VIDA PLENA ACTIVIDADES

Resolución Min Salud 055/2018 – Anexo técnico.			
9.Participar en las reuniones técnicas y capacitaciones, como procesos de inducción y re inducción del talento humano adscrito a los programas centro vida, orientados al conocimiento de: La normatividad existente para atención integral de las personas adultas mayores, al fortalecimiento basado en un enfoque de derechos según el modelo de atención integral centrada en la persona y la Humanización del servicio y la articulación a los planes de trabajo, de acuerdo a lo establecido en (Resolución Minsalud 055/2018 – Estándar alento humano) – Criterio #11.	✓ Durante el proceso de ejecución de las actividades, se realizan diferentes reuniones generales y propias de las áreas encaminadas a tratar aspectos en pro del adecuado funcionamiento de centro vida cerritos certificando así la atención integral prometida a los adultos mayores que la conforman.	✓ Registro fotográfico. ✓ Acta de la reunión.	✓ El informe general reposa en los archivos de centro vida.

Presentado por: Harold Campos S

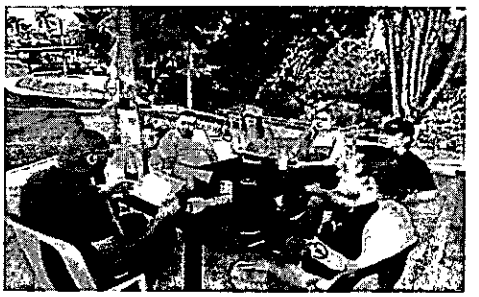
CONSORCIO
VIDA PLENA
ACTIVIDADES

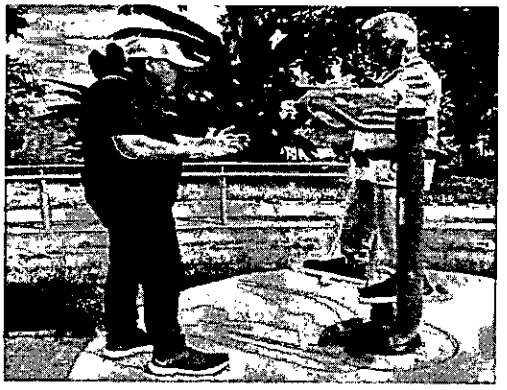
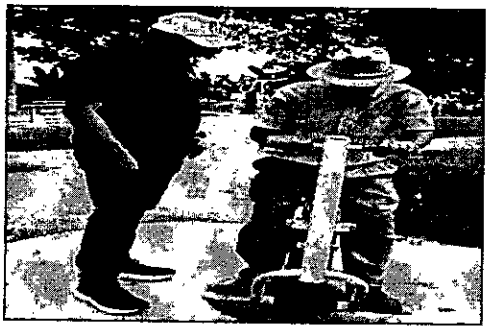


FIRMA

Presentado por: Harold Campos S

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES PERIODO COMPRENDIDO: 20 DE JUNIO AL 20 DE JULIO. ELABORADO POR: HAROLD CAMPOS S
VERSION 2	VIGENCIA 2024

	
Obligación: Alcance 1 Nombre de la actividad: Cronograma de clase de deporte. Fecha: 20 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 1 Nombre de la actividad: Acta de reunión. Fecha: de 20 de junio al 19 de julio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos.
	
Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Taller sobre la obesidad Fecha: 27 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Taller sobre la obesidad Fecha: 27 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos

	
Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Gimnasia clase de deporte. Fecha: 28 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Gimnasia Fecha: 28 de junio. Lugar: Centro vida cerritos.
	
Obligación: Alcance: 6 Nombre de la actividad: Gimnasia Fecha: 28 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance: 6 Nombre de la actividad: Gimnasia Fecha: 28 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos

Elaborado por: Harold Campos S

	
Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Fortalecimiento muscular. clase de deporte. Fecha: 28 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 6 Nombre de la actividad: Fortalecimiento muscular Fecha: 28 de junio. Lugar: Centro vida cerritos.
	
Obligación: Alcance: Nombre de la actividad: Fortalecimiento muscular Fecha: 25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance: 6 Nombre de la actividad: Fortalecimiento muscular Fecha: 25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos

Elaborado por: Harold Campos S

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES PERIODO COMPRENDIDO: 20 DE JUNIO AL 20 DE JULIO. ELABORADO POR: HAROLD CAMPOS S
VERSION 2	VIGENCIA 2024

	
Obligación: Alcance 7 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha: 13 de julio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos.	Obligación: Alcance 7 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha: 13 de julio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos.
	
Obligación: Alcance 7 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha:13 de julio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 7 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha: 13 de julio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos.

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES PERIODO COMPRENDIDO: 20 DE JUNIO AL 20 DE JULIO. ELABORADO POR: HAROLD CAMPOS S
VERSION 2	VIGENCIA 2024

	
Obligación: Alcance 8 Nombre de la actividad: visita de la secretaria de desarrollo social Fecha:25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 8 Nombre de la actividad: : visita de la secretaria de desarrollo social Fecha:25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos
	
Obligación: Alcance 8 Nombre de la actividad: : visita de la secretaria de desarrollo social I Fecha:25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 8 Nombre de la actividad: : visita de la secretaria de desarrollo social Fecha:25 de junio del 2024 Lugar: Centro vida cerritos

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES PERIODO COMPRENDIDO: 20 DE JUNIO AL 20 DE JULIO. ELABORADO POR: HAROLD CAMPOS S
VERSION 2	VIGENCIA 2024

	
Obligación: Alcance 9 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha: entre el 20 de junio al 19 de julio 2024 Lugar: Centro vida cerritos	Obligación: Alcance 9 Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional Fecha: entre el 20 de junio al 19 de julio 2024 Lugar: Centro vida cerritos

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 6 MES:DE JULIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: UNICA
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: LUDICAS Y BINGO	SESION N° 17

Objetivo:
Promover actividades socio-culturales, ocupacionales, artísticas y recreativas para prevenir situaciones de deterioro físico y/o cognitivo que van unidas al proceso de envejecimiento.

Temas desarrollado:

- **Saludo.**
- **Oración.**
- **Actividades lúdicas.**
- **Entrega de tarjetas de invitación para el día de la familia.**
- **Bingo**

Metodología:

- **Inicialmente saludamos todos los usuarios con una calurosa bienvenida.**
- **Seguidamente se realizara la oración para iniciar las actividades de la jornada.(oración del espíritu santo)**
- **Posterior a esto los adultos reciben su desayuno y seguidamente iniciamos las a actividades lúdicas como parques, domino, coloreado de mándalas, juego de sapo, bolos.**
- **Después de la media mañana se inicia la entrega de las invitaciones del día de la familia a los adultos mayores que asistan este día.**
- **Para terminar la jornada se realizara el bingo bailable donde todos participaran de él.**
- **Por último se les repartirá el almuerzo y despedida.**

Conclusión:

- **Las actividades lúdicas ayudan a ocupar de una mejor manera el tiempo libre a divertirse y relajarse, aprender a través del juego, la recreación y el esparcimiento.**
- **Los adultos mayores amplían la expresión corporal, estimulan la concentración y agilidad mental.**
- **Durante la jornada todos los adultos se evidencian con ánimo y felicidad de estar en centro vida, realizando las actividades propuestas.**

N° ASISTENTES:

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día:20 MES:DE JUNIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida: CERRITOS	JORNADA: TARDE

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES LUDICAS: GIMNASIA MUSICALIZADA.	SESION N° 10

Objetivo:
Mejorar en los adultos mayores la densidad ósea, disminuyendo así el posible riesgo de osteoporosis o fracturas y protegiendo a la vez las articulaciones.

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.,**
- **Caminata**
- **Vuelta a la calma.**

Metodología:

- **Saludo a todos los integrantes del grupo, iniciamos calentamiento de los miembros inferiores y superiores, realizando respiración durante el proceso, posteriormente se inició la sesión de ejercicios de fortalecimiento dé tren inferior para mejorar la densidad ósea.**
- **Para finalizar se realizó caminata a paso largo, y vuelta a la calma con ejercicios de respiración y estiramiento.**
- **Con ayuda de los bastones iniciamos fortaleciendo las piernas, sentados y sosteniendo las dos piernas colocamos el bastón sobre ellas y subimos y bajamos (10 series).**
- **Seguidamente de pie con el bastón al frente deben de pasarse por alrededor (10 series).**
- **Continuando de pie pasamos el bastón por entre las piernas (10 series)**
- **Con las manos estiradas y con el bastón al frente lo llevamos hacia delante y atrás (10 series)**
- **Seguido a esto pasamos el bastón por la espalda y luego hacia delante.(10 series)**
- **Con el bastón al frente a la altura de los hombros lo llevamos arriba suavemente y luego abajo (10 series)**
- **Para terminar con las dos manos tomamos el bastón y giramos a ambos lados suavemente(10 series)**

Conclusión:

- **Todos los integrantes del grupo participaron activamente en las actividades propuestas.**
- **Realizar gimnasia musicalizada mejora su estabilidad y disminuye el riesgo de caída en ellos.**
- **Los beneficios asociados con el ejercicio y la actividad física crean un estilo de vida más saludable he independiente.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

N° ASISTENTES:

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 22 MES:DE JUNIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: JORNADA UNICA
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES DE DEPORTE Y RECREACION Y BINGO.	SESION N° 11
Objetivo:		

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

- **Mejorar el nivel de integración entre jornadas a través actividades de deporte y recreación , bingo bailable, proponiendo el cumplimiento de reglas sencillas que promueven la sana convivencia.**

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Actividades de deporte y recreación.**
- **Bingo.**
- **Despedida.**

Metodología:

- **Calentamiento con música.**
- **Actividad de deporte y recreación que consistió en realizar ejercicio musicalizado con aros**
- **Bingo bailable donde todos los integrantes del grupo participaran con la tabla que se les asigne.**
- **Despedida.**
- **Inicialmente marchamos en el puesto y bailamos hacia los lados dos pasos a un lado y dos a l otro lado.(10 series)**
- **Seguidamente realizamos los pasos al frente y atrás (10 repeticiones).**
- **Rodillas arriba y abajo alternando las piernas (10 repeticiones)**
- **Brazos a los lados alternando izquierda derecha.(10 repeticiones)**
- **Ejercicios de respiración durante la actividad.**
- **Llevamos punta del pie derecho adelante igualmente con el pie izquierdo (10 series)**
- **Moviendo la cadera atrás y hacia delante (10 repeticiones)**
- **Para terminar realizamos vuelta a la calma respirando lentamente y ejercicios de estiramiento.**
- **Bingo**
- **Despedida calurosa.**

Conclusión:

- **Todos los integrantes de vida plena estuvieron muy complacidos de participar en todas las actividades propuestas.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

- **Algunos no estuvieron de acuerdo con las personas que ganaron el bingo, se recordó que el bingo se realizaba para tener una mejor integración entre jornadas y entre sus compañeros.**
- **La jornada para todos se tornó muy amena y enriquecedora.**

N° ASISTENTES:

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**Día: 2 MES:DE JULIO AÑO: 2024**	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	**Centro Vida CERRITOS**	**JORNADA: TARDE**
NOMBRE DE LA SESION	**ACTIVIDADES: HIDROTERAPIA-ACTIVIDADES LUDICAS**	**SESION N° 15**

Objetivo:
Disminuir el dolor articular y muscular, motivando a las personas mayores a realizar hidroterapia para el mejoramiento de su estado físico.

Temas desarrollado:

- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

Metodología:

- **Saludo a todos los integrantes de grupo, animándolos a realizar las actividades de hidroterapia para mejorar su estado de salud.**

TREN SUPERIOR

Seguidamente iniciamos realizando ejercicios de calentamiento dentro de la piscina, haciendo uso del gusano para iniciar con los ejercicios ,

- **Se les indica poner el gusano ente las piernas, manos en estilo de brazada, piernas en bicicleta, espalda recta. (9 Repeticiones)**
- **Skipping , rodillas al pecho realizando (9 repeticiones).**
- **Realización de zancadas hacia el lado derecho y luego al lado izquierdo. (9repeticiones). Estático abrimos los brazos a la vez que abrimos las piernas (9 Repeticiones)**
- **Gusano debajo de la rodilla hacemos presión hacia abajo con cada pierna (9 repeticiones)**
- **De nuevo haciendo uso del gusano trabajamos la parte interna del tobillo haciendo presión hacia abajo (9 repeticiones)**
- **Con el gusano por la parte trasera del pie, hacer presión hacia abajo (9 repeticiones).**

TREN SUPERIOR

- **Con los brazos y con ayuda del gusano hacemos circulos hacia fuera y hacia dentro (9 repeticiones).**
- **Para el segundo ejercicio abrimos y cerramos el gusano para trabajar el pecho. (nueve repeticiones).**
- **Pasamos el gusano por la espada, flexionando y extendiendo los brazos (10 repeticiones).**
- **Vuelta a la calma con ejercicios de respiración.**
- **Ejercicios de estiramiento.**
-

Conclusión:

- **La hidroterapia reduce el impacto de los movimientos en las articulaciones como también ayuda**

aumentar la fuerza muscular.

- Los adultos mayores de centro vida expresan siempre agrado por la actividad en la piscina opinando que es una buena experiencia para mejorar su calidad de vida.
- En cada actividad de hidroterapia se brinda apoyo de salva vidas, profesor de apoyo en la piscina y profesor que dirige cada terapia, de esta manera los adultos se sientes confiados en dichas sesiones.

N° ASISTENTES:

FECHA DE LA ACTIVIDAD	**Día: 28 MES:DE JUNIO AÑO: 2024**	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	**Centro Vida CERRITOS**	**JORNADA: TARDE**
NOMBRE DE LA SESION	**ACTIVIDADES: GIMNASIA DE MANTENIMIENTOMUSCULAR CON PELOTAS.**	**SESION N° 13**

Objetivo:
Favorecer el mantenimiento físico y psíquico de las personas mayores para evita el sedentarismo y la inmovilidad por lo tanto evita la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles.

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

Metodología:

- **Calentamiento de todas las articulaciones.**
- **Trabajo de tren inferior, con la pelota en rodillas, tobillos, pantorrilla, pierna.**
- **Trabajo de tren superior con ayuda de la pelota realizar actividad para fortalecer el pecho, espalda, brazos y cadera.**
- **Iniciamos llevando la pelota con la punta adelante y con el talón hacia tras.(10 series)**
- **Seguido ubicamos la pelota entre las rodillas oprimimos y relajamos (10 series)**
- **En la misma posición realizamos movimientos circulares en la cadera.(10 repeticiones)**
- **Con la pelota en las manos oprimimos y relajamos (series)**
- **Pasamos la pelota de una mano a otra.(10 series)**
- **Con las manos juntas sosteniendo la pelota llevamos la pelota hacia los lados (10 repeticiones)**
- **Pasamos la pelota alrededor de nuestro cuerpo.(10 series)**
- **Llevamos la pelota arriba y abajo lentamente. (10 series)**
- **Abrimos y serramos los brazos pasando la pelota de un lado al otro.(series)**
- **Durante la actividad realizamos ejercicios de respiración.**
- **Para terminar realizamos ejercicios de estiramiento.**
- **Despedida y agradecimientos.**

Conclusión:

- **El ejercicio en los adultos mayores ayuda a tener una mejor calidad de vida, de esta manera poder realizar actividades cotidianas que eran dificultosas para ellos.**
- **Durante cada actividad los adultos mayores expresan complacencia por los ejercicios planeados por los docentes.**
- **Se evidencia compromiso, amistad, responsabilidad en los adultos mayores al realizar cada actividad.**

N° ASISTENTES:

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 25 MES:DE JUNIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: TARDE
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES:FORTALECIMIENTO MUSCULAR	SESION N° 14

Objetivo:
Mejorar la calidad de vida en los adultos mayores de centro vida, para optimizar la capacidad de hacer las actividades cotidianas

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

Metodología:

- **Calentamiento de todas las articulaciones.**
- **Trabajo de tren inferior, ejercicio en rodillas, tobillos, pantorrilla, pierna.**
- **Trabajo de tren superior con ayuda de mancuernas realizando actividad para fortalecer el pecho, espalda y brazo.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

- Ejercicios de estiramiento, y respiratorio para volver a la calma.
- Cada adulto debe estar sentado.
- Iniciamos con las piernas sostenidas al frente subimos y bajamos (10 series).
- En la misma posición con las piernas elevadas bajamos y subimos las puntas de los pies.(10 series)
- Con las piernas sobre el piso flexionamos la rodilla derecha al frente, al terminar seguido con la rodilla izquierda (10 series)
- Con la posición inicial abrimos y cerramos las piernas(10 series)
- Con los brazos al frente con ayuda de mancuernas subimos los brazos luego hacia los hombros y abajo. (10 series)
- Con los codos pegados al torso abrimos y cerramos los brazos con las mancuernas en cada mano.(10 repeticiones)
- Con los brazos en la posición anterior y con ambas mancuernas llevamos los brazos hacia los hombros y bajamos suavemente.(series)
- Durante la actividad se realizan ejercicios de respiración.
- Actividades de estiramiento.
- Despedida y agradecimientos.

Conclusión:

- Todos los usuarios quedaron satisfechos con las actividades que se propusieron durante la jornada.
- El fortalecimiento muscular protege las articulaciones de las lesiones, como también fortalecer los músculos para evitar el riesgo de caída.
- Se incentiva a algunos usuarios que se encuentran con algunas enfermedades para que realicen las actividades de fortalecimiento y de esta manera mejorar su estilo de vida.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

N° ASISTENTES:

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 25 MES:DE JUNIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: TARDE
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: FORTALECIMIENTO MUSCULAR CON AROS.	SESION N° 15

Objetivo:
Mejorar la calidad de vida en los adultos mayores de centro vida, para optimizar la capacidad de hacer las actividades cotidianas

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

Metodología:

- **Calentamiento de todas las articulaciones.**
- **Trabajo de tren inferior, ejercicio en rodillas, tobillos, pantorrilla, pierna.**
- **Trabajo de tren superior con ayuda de mancuernas realizando actividad para fortalecer el pecho,**

espalda y brazo.

- Ejercicios de estiramiento, y respiratorio para volver a la calma.
- Llevamos los aros arriba y abajo (10 series)
- Seguidamente sosteniendo el aro con las dos manos llevamos el aro hacia los lados(10 series)
- En la misma posición con las dos manos sosteniendo el aro vamos hacia los lados (10 series)
- Elevamos el aro y lo bajamos lentamente por todo nuestro cuerpo hasta los pies repetimos por (10 series)
- Pasamos el aro por entre las piernas realizando un poco de elevamiento de cada pierna(10 series)
- Con el aro en el piso entramos y salimos de él .(10 series)
- Durante la actividad de realizan ejercicios de reparación e hidratación.
- Para terminar realizamos ejercicios de estiramiento.
- Despedida y agradecimientos, por su compromiso y respeto

Conclusión:

- Todos los usuarios quedaron satisfechos con las actividades que se propusieron durante la jornada.
- El fortalecimiento muscular protege las articulaciones de las lesiones, como también fortalecer los músculos para evitar el riesgo de caída.
- Se incentiva a algunos usuarios que se encuentran con algunas enfermedades para que realicen las actividades de fortalecimiento y de esta manera mejorar su estilo de vida.

N° ASISTENTES:

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 4 MES:DE Julio AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: Tarde
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: GIMNASIA DE MANTENIMIENTO MUSICALIZADA	SESION N° 16

Objetivo:
Mejorar la flexibilidad, el equilibrio y la fuerza, al mismo tiempo que reduce el riesgo de caídas habituales en la tercera edad y permite que la persona mayor se mueva con más soltura.

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**
- **Reflexión.**

Metodología:

- **Inicialmente se realiza un saludo y canto de determinado grupo para continuar con las actividades, además se realiza una breve charla sobre la importancia de realizar las actividades propuestas.**
- **Seguidamente orientamos al adulto mayor a realizar calentamiento de todo su cuerpo, recordándole la importancia de realizar determinada actividad antes de cualquier ejercicio, calentamiento de tren inferior y tren superior.**
- **Sentados en la silla con la espalda recta y el balón en el suelo colocan la pierna derecha sobre el balón, realizando un movimiento de rotación del balón adelante y atrás punta talón; se repite la actividad con el pie izquierdo (8 Repeticiones por cada pierna)**
- **De nuevo con el pie derecho realizamos circulos grades hacia dentro y hacia fuera, se repite el mismo ejercicio con la pierna izquierda.(8 Repeticiones)**
- **En la misma postura con la pierna derecha realizamos presión hacia abajo lo más fuerte que podamos, se repite la actividad con la pierna izquierda. (8 repeticiones)**
- **Se continua con la actividad y con la pierna derecha pasamos por encima del balón y se repite con el pie izquierdo. (8 Repeticiones) Con este ejercicio se están trabajando los flexores de cadera.**
- **Seguidamente colocamos el balón más arriba de los tobillos realizando presión, se elevan los talones y sostenidos se realizan (8 Repeticiones)**
- **En la misma posición haciendo presión con las rodillas y luego relajando , aquí estamos trabajando aductores (8Repeticiones)**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

- Manos a nivel de los muslos, rodillas oprimiendo el balón realizamos elevación de la pierna derecha con punta del pie hacia un lado alternado las piernas.(8 Repeticiones)
- En la misma posición, oprimiendo el balón con las rodillas, nos levantamos de la silla realizando (8Repeticiones)
- Pasamos el balón por debajo de pierna elevándola un poco, se repite la actividad con la pierna izquierda de afuera hacia dentro , trabajamos la coordinación y los flexores de la cadera (8Repeticiones)
- Indicamos que deben sentarse un poco mas al bordo de la silla nos inclinamos un poco hacia delante y con las dos manos llevamos el balón hacia el frente luego llevamos la espalda hacia a tras de la silla.
- (8Repeticiones)
- Sentados llevamos el balón lateralmente con la mano derecha intentado tocar el suelo con el balón sin rotar el cuerpo, se repite la actividad con la mano izquierda. (8 Repeticiones)
- Sentados cerca el borde de la silla , estiramos los brazos al frente con el balón deslizándolo suavemente hacia abajo.(8Repeticiones)
- En la misma posición con la espalda pegada al respaldo de la silla con el balón en las dos manos pegada al pecho elevamos el balón hacia arriba y volvemos a la posición inicial (8 Repeticiones)
- Continuamos en la misma posición, estiramos la pierna derecha y llevamos el balón con las dos manos a intentar tocar la punta del pie , alternando las dos piernas.(8 Repeticiones)
- Avanzando las caderas hacia delante, realizamos un ejercicio de coordinación llevando el balón alrededor de nuestro cuerpo. (8 Repeticiones)
- Para trabajar toda la región pectoral oprimimos el balón con las dos manos durante 5 segundos. (5 Repeticiones)
- Seguidamente con el balón oprimido con las dos manos realizamos rotación de la columna a los lados derecha, centro, izquierda. (8 Rotaciones)
- Luego llevo mi oreja derecha hacia el hombro derecho , alternado hacia los lados (8 Repeticiones)
- Durante cada ejercicio se irán realizando ejercicios de respiración.
- Para terminar realizamos ejercicios de vuelta a la calma de estiramiento de todo su cuerpo.
- Despedida y reflexión sobre la actividad realizada.

Conclusión:

- La actividad física mejora el equilibrio y disminuye el riesgo de caída y lesiones.
- Los adultos mayores son conscientes que la actividad física es fundamental para prevenir algunas enfermedades como artritis, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares y diabetes.
- Durante las actividades que se proponen a los adultos mayores se puede observar animo disponibilidad y empatía durante la jornada.

N° ASISTENTES:

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 9 MES:DE JULIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: TARDE

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: HIDROTERAPIA FORTALECIMIENTO FULL BODY	SESION N° 18

Objetivo:
Disminuir el dolor articular y muscular, motivando a las personas mayores a realizar hidroterapia para el mejoramiento de su estado físico.

Temas desarrollado:

- **Saludo.(bienvenida)**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

Metodología:

- **Saludo caluroso a todos los usuarios, reflexión sobre las actividades a realizar.**
- **Calentamiento de todas las articulaciones que sirve como sedante para relajar el tono muscular o mejorar la circulación sanguínea.**
- **Trabajo de tren inferior, se iniciaran actividades de flexibilidad articular.**
- **Movimientos de flexo extensión de rodilla, como bicicleta (8 Repeticiones).**
- **Gusano entre las piernas, flexionar las piernas hacia abajo (8repeticiones).**
- **Rodillas al pecho alternando las piernas (8 repeticiones por cada una).**
- **Zancadas al lado derecha de la piscina y luego al lado izquierdo con brazos.**
- **Abrir y cerrar las piernas estático con piernas (8 Repeticiones)**
- **Trabajo de tren superior con ayuda del gusano**
- **Gusano debajo de la rodilla/pie hacemos presión hacia abajo (8 repeticiones en cada pierna).**
- **Gusano por la parte interna del tobillo, hacer presión hacia abajo (8 repeticiones).**
- **Gusano por la parte trasera del pie, presión hacia abajo (8 repeticiones).**
- **Sostenidos del muro de la piscina realización de patada (8 repeticiones).**
- **Con el gusano realización de circulos hacia afuera y hacia dentro (8 repeticiones.**
- **Abrir y cerrar el gusano para trabajar el pecho (10 repeticiones).**
- **Gusano por la espalda flexionando y extendiendo los brazos (8 repeticiones).**
- **En parejas entrelazamos los gusanos y realizamos circulos al lado derecho luego al lado izquierdo (8 repeticiones).**
- **Durante las actividades se realizaran ejercicios de respiración.**
- **Para terminar la actividad de hidroterapia se realiza la actividad de regreso a la calma, realización de burbujas, (3 repeticiones).**
- **Estiramiento de todas las articulaciones trabajadas en la hidroterapia.**
- **Conversatorio sobre la actividad realizada.**
- **Se incentiva para que sigan aprovechando las actividades de hidroterapia.**

Conclusión:

- **El uso de la hidroterapia es efectiva para el tratamiento osteoartritis de rodilla en adultos sobre 50 años con seguimiento mínimo de 6 meses.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

- La hidroterapia fortalece y relaja las articulaciones, alivia posibles dolores y promueve el movimiento corporal.

- Los usuarios gradecen por cada sesión de hidroterapia expresando el alivio que sienten en cada en su cuerpo, mejorando el estado de ánimo y su vida.

N° ASISTENTES:

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 11 MES:DE JULIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: TARDE
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: FORTALECIMIENTO CON BASTONES	SESION N° 19

Objetivo:
Mejorar la coordinación, equilibrio y destreza física de los adultos mayores de centro vida mediante actividades de fortalecimiento con ayuda del bastón.

Temas desarrollado:

- Calentamiento.
- Trabajo de tren inferir.
- Trabajo en tren superior.
- Vuelta a la calma.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

Metodología

EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO DEPORTIVO

- **.Trotar suave en un lugar. Sin moverse del puesto.**
- **.Realización de ejercicios de tren inferir y superior**
- **.Respiración profunda.**
- **.ejercicios de calentamiento en cuello.**
-

RUTINA DE EJERCICIOS CON BASTONES

- **De pie centrar el bastón y realizar giros a su alrededor (10 repeticiones)**
- **Con el bastón en el piso dar un paso al frente sobre pasando el bastón alternando las piernas (10 repeticiones)**
- **Ubicamos el bastón en la espalda sosteniéndolo con las dos manos girando suavemente hacia la derecha y hacia la izquierda.(10 repeticiones)**
- **Llevando el bastón hacia delante sosteniéndolo con las dos manos, realizamos dos pasos adelante y cuando llevamos el bastón hacia el pecho damos dos pasos hacia tras. (10 repeticiones).**
- **Sosteniendo con las dos manos el bastón se realizan movimientos en diagonal alternando hacia la derecha y hacia la izquierda. (10 repeticiones)**
- **Ejercicios de respiración durante cada actividad.**
- **Vuelta a la calma realizando ejercicios de estiramiento del tren inferior y tren superior.**

Conclusión:

- **Durante la actividad de fortalecimiento con bastones se evidencia en los adultos mayores gran agrado por la actividad ya que ellos expresan con sus palabras lo mucho que disfrutan dicha actividad.**

- **Los ejercicios de fortalecimiento con ayuda de los bastones son de gran importancia ya que**

mejoran el equilibrio, coordinación y destreza de su cuerpo evitando de esta manera el riesgo de caída.
N° ASISTENTES:

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 16 MES:DE JULIO AÑO: 2024	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: TARDE
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES: HIDROTERAPIA-ACTIVIDADES LUDICAS	SESION N° 20

Objetivo:
Disminuir el dolor articular y muscular, motivando a las personas mayores a realizar hidroterapia para el mejoramiento de su estado físico.

Temas desarrollado:

- **Saludo**
- **Calentamiento.**
- **Trabajo de tren inferir.**
- **Trabajo en tren superior.**
- **Vuelta a la calma.**

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

Metodología:

- **Saludo a todos los integrantes de grupo, animándolos a realizar las actividades de hidroterapia para mejorar su estado de salud.**

TREN INFERIOR

Seguidamente iniciamos realizando ejercicios de calentamiento dentro de la piscina, haciendo uso del gusano para iniciar con los ejercicios ,

- **Se les indica poner el gusano ente las piernas, manos en estilo de brazada, piernas en bicicleta, espalda recta. (9 Repeticiones)**
- **Skipping, rodillas al pecho realizando (9 repeticiones).**
- **Realización de zancadas hacia el lado derecho y luego al lado izquierdo. (9repeticiones). Estático abrimos los brazos a la vez que abrimos las piernas (9 Repeticiones)**
- **Gusano debajo de la rodilla hacemos presión hacia abajo con cada pierna (9 repeticiones)**
- **De nuevo haciendo uso del gusano trabajamos la parte interna del tobillo haciendo presión hacia abajo (9 repeticiones)**
- **Con el gusano por la parte trasera del pie, hacer presión hacia abajo (9 repeticiones).**

TREN SUPERIOR

- **Con los brazos y con ayuda del gusano hacemos circulos hacia fuera y hacia dentro (9 repeticiones).**
- **Para el segundo ejercicio abrimos y cerramos el gusano para trabajar el pecho. (9repeticione).**
- **Pasamos el gusano por la espada, flexionando y extendiendo los brazos (10 repeticiones).**
- **Abrimos y cerramos el gusano para trabajar el pecho (9 repeticiones)**
- **Con el gusano por la espalda, flexionando y extendiendo los brazos (9 repeticiones).**

Para terminar realizamos ejercicios de vuelta a la calma y despedida.

De nuevo se incentiva para que realicen las actividades de hidroterapia.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TÉCNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

Conclusión:

- **La hidroterapia es una alternativa que la mayoría de los pacientes pueden realizar sin temor a efectos adversos.**
- **La realización de ejercicios en un entorno agradable puede ser un aspecto importante para mejorar el estado anímico de los pacientes.**
- **Durante las actividades propuestas en la piscina todos los adultos mayores evidencian gran entusiasmo y aceptación por la hidroterapia.**

N° ASISTENTES:

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
Centro vida cerritos

SALVAVIDAS

SANTIAGO ALEJANDRO SALAZAR MEYER

DOCUMENTO SOPORTE DE PAGO DE NÓMINA ELECTRÓNICA

CONSORCIO VIDA PLENA
Nit 901826616
KM 10 VIA CERRITOS SEC
VERACRUZ CA 6 VDA
CERRITOS OF 03
Tel: 6063145955447
Pereira - Colombia
consorciovidaplena9@gmail.com

Periodo de Pago: **20240601 - 20240630**
Comprobante Número:**24**
Fecha y hora de generación: **08/07/2024 - 10:49 PM**
Fecha y hora de expedición: **08/07/2024 - 10:49 PM**

Empleado: **SANTIAGO SALAZAR MEYER**
Ciudad: **Pereira**
Identificación: **1011084346**
Cargo: **Otros 58**
Salario básico: **$2.300.000**

INGRESOS

Concepto	Inicio	Fin	Porcentaje	Cantidad	Valor
Sueldo				30	$ 2.300.000
Aux. de transporte/Aux. de conectividad digital				30	$ 162.000
Prima de servicios				41	$ 280.394
Bonificaciones ocasionales				0	$ 143.617
Provisión de Cesantías*				0	$ 205.085
Provisión de Intereses de cesantías*				0	$ 24.610
Provisión de Prima*				0	$ 205.085
Provisión de Vacaciones*				0	$ 95.910
				Total Ingresos	**$ 3.416.701**

*Las provisiones hacen parte del valor total a pagar al empleado.

DEDUCCIONES

Concepto	Porcentaje	Valor
Fondo de salud	4.00	$ 92.000
Fondo de pensión	4.00	$ 92.000
	Total Deducciones	**$ 184.000**

LICENCIAS NO REMUNERADAS

Concepto	Inicio	Fin	Cantidad

NETO A PAGAR (Total Ingresos - Total Deducciones) **$ 3.232.701**

Observaciones:

Condiciones de pago: Transferencia bancaria $ 3.232.701

Soporte de pago: DNE24
CUNE:
562bf13b6f79c775d93e5af4e48b5b61cc1c1b392e7bf18d1c8b9f123d74ee5ec9c12f120c3c560d109841e32089b210

Elaborado, Impreso y enviado electrónicamente por SIIGO SAS NIT: 830.048.145-8

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que CONSORCIO VIDA PLE identificado(a) con NI 901826616 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social para SANTIAGO ALEJANDRO SALAZAR MEYER identificado(a) con CC 1011084346

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades																IBC	Tarifa	Cotización
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip			
9470083936	788340100	E	2024-07-19	EPS	EPS002	SALUD TOTAL	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																	$2,300,000	12.5%	$287,500
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																	$2,300,000	16%	$368,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2024-06	30																	$2,300,000		$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2024-06	30																	$2,300,000		$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2024-06	30																	$0	0%	$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILADO	2024-06	30																	$0	0%	$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																	$2,300,000	0.522%	$12,100
9470083936	788340100	E	2024-07-19	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																	$2,300,000	4%	$92,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																	$2,300,000	2%	$46,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																	$2,300,000	3%	$69,000

Este certificado se expide el día 2024-08-10 a las 10:02.

PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILLA PAGADA

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que CONSORCIO VIDA PLE identificado(a) con NI 901826616 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social para SANTIAGO ALEJANDRO SALAZAR MEYER identificado(a) con CC 1011084346

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades																IBC	Tarifa	Cotización
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip			
9470837512	812792027	E	2024-07-31	EPS	EPS002	SALUD TOTAL	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-08	30																		$2,300,000	12.5%	$287,500
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$2,300,000	16%	$368,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2024-07	30																		$2,300,000		$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2024-07	30																		$2,300,000		$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2024-07	30																		$0	0%	$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILADO	2024-07	30																		$0	0%	$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$2,300,000	0.522%	$12,100
9470837512	812792027	E	2024-07-31	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$2,300,000	4%	$92,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$2,300,000	2%	$46,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$2,300,000	3%	$69,000

Este certificado se expide el día 2024-08-10 a las 10:03.

PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILLA PAGADA

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 901826616	0	CONSORCIO VIDA PLE	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	Principal	KM 10 VIA CERRITOS	PEREIRA-RISARALDA	3154104739	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2024-06	2024-07	788340100	9470083936	E	2024/07/05	2024/07/19	BANCO CAJA SOCIAL	14	$19,225,400

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	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Dias	Exonerado SENA e ICBF
1	CC	80735285	AGUDELO RODRIGUEZ JHONN FELIPE																		25-14	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
2	CC	42134339	AMARILES DUQUE CLAUDIA MILENA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
3	CC	1012404394	AVILA CORREAL MIGDY SOLANLLY																		230301	30	EPS008	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
4	CC	42099470	BETANCUR MOLINA MARIA TERESA																		230201	30	EPS040	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
5	CC	1088293557	BRICEÑO FLOREZ LEIDY VANESSA		X																230201	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
6	CC	10018419	CAMPOS SALAZAR HAROLD																		230201	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
7	CC	1087546914	CANCIMANSE TORO DIANA CAROLINA		X																230301	25	EPS037	25	CCF44	25	14-11	25	25	No
8	CC	40690553	CASTRILLON GARCIA MARIA ELENA																		230301	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
9	CC	94498668	CHIRIVI CARLOS																		230301	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
10	CC	1088335345	GALVIS MARTINEZ CARLA MANUELA																		230301	30	ESSC62	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
11	CC	1088331503	HERNANDEZ BETANCUR INGRID VALENTINA																		230301	30	EPS010	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
12	CC	37241773	LLANOS MELO IRMA																		25-14	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
13	CC	42106285	LOZANO BONILLA MARIA MAGDALENA																		25-14	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
14	CC	1017241810	MANRIQUE JIMENEZ ANGI JOHANNA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
15	CC	1037664138	MANRIQUE JIMENEZ LAURA NATHALIA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
16	CC	1225090490	MONCAYO ESTRELLA DANIELA ALEJANDRA																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
17	CC	14652280	NORENA FABIAN JOAO																		230301	30	EPS010	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
18	CC	1088328912	PORRAS ARIAS JACKELINE	X																	230301	5	EPS002	5	CCF44	5	14-11	5	5	No
19	CC	1112783880	RABE MARTINEZ ANGELA MILENA																		230301	30	EPS008	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
20	CC	36276878	ROJAS RIVERA RAQUEL																		25-14	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
21	CC	1011084346	SALAZAR MEYER SANTIAGO ALEJANDRO																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
22	CC	1088268829	TELLO BORJA ANDERSSON																		230301	30	EPS018	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
23	CC	1088311989	TREJOS VINASCO KATHERIN TATIANA																		230301	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
Total		Afiliados(23)																												

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	**SANTIAGO ALEJANDRO SALAZAR MEYER**
Número del Contrato	***1011084346***
Cargo:	**SALVAVIDAS**
Plazo	**20 de mayo 19 de noviembre 2024**
Periodo:	**20 de junio 19 de julio 2024**
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS***

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

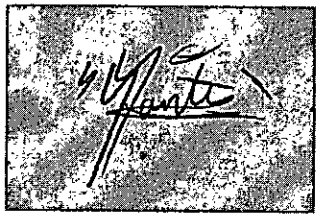
OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES	LOGROS
1. ***Realizar constante supervisión del área de la piscina, de acuerdo con las actividades establecidas de hidroterapia en el cronograma estipulado semanalmente en el centro vida cerritos.***	Se realizó supervisiones constantes y de manera atenta durante las realizaciones de las actividades donde se requiera el área de la piscina, con el fin de garantizar la seguridad de los usuarios de centro vida y evitar algún tipo de riesgo o accidente.	Registro fotográfico	se ha llevado a cabo de manera efectiva la supervisión de las áreas acuáticas durante el periodo establecido garantizando la salubridad y bienestar del área.

2. Prevenir accidentes en el agua mediante la implementación de medidas de seguridad y el cumplimiento de las normas y regulaciones establecidas.	Se desarrolla con base al formato de reglamentos de manejo de la piscina	Formato Reglamento de uso del espacio acuático	Se establece un manual de reglamento y seguridad del espacio acuático y húmedo donde todo el personal de centro vida y usuarios llevan a cabo.
3. El salvavidas deberá realizar acciones preventivas donde se le comunique e instruya a los usuarios las normas de seguridad del uso adecuado de las instalaciones acuáticas del centro vida cerritos. Mediante campañas de concienciación y promoción de la seguridad acuática.	Se ha explicado y realizado acciones preventivas con los usuarios y debido manejo del área acuática, con el fin de prevenir riesgos a la hora de la realización de las actividades presentadas.	Registro fotográfico	Se establece medidas preventivas y concientización del debido uso del área acuática para minimizar riesgos.
4. Brindar atención en primeros auxilios en caso de emergencias médicas ocurridas dentro de las instalaciones acuáticas del centro vida cerritos.	No se han presentado de lesiones de los usuarios y/o casos de emergencia.	N/A	No se han presentado casos de emergencia donde amerite brindar primeros auxilios a los usuarios.

Elaborado por Santiago Alejandro Salazar Meyer – Salvavidas

5. El salvavidas deberá colaborar al personal de mantenimiento con las áreas acuáticas para que estén en óptimas condiciones de uso.	Se ha colaborado con el personal de mantenimiento de las áreas acuáticas, con el fin de mantener el área de la piscina en optimas condiciones para la utilización en las actividades requeridas (hidroterapias, etc) por el personal de centro vida cerritos.	Registro fotográfico.	Se ha colaborado con el personal de mantenimiento de las áreas acuáticas logrando un buen estado de las piscinas.
6. Participar en las reuniones técnicas y capacitaciones, como procesos de inducción y reinducción del talento humano adscrito a los programas centro vida.	Se ha participado en las reuniones y capacitaciones realizadas en el programa con el fin de optimizar la prestación del servicio y mejorar la gratificación de los usuarios de centro vida.	Registro fotográfico	Se ha participado en las reuniones e inducciones establecidas en el programa.
7. Realizar un registro de las actividades realizadas, actas, registros fotográficos, listados de asistencia, formatos, que retroalimentaran el formato informe que el empleador establezca durante la ejecución del contrato.	se ha realizado registro de las actividades hechas mediante medios fotográficos, asistencia, etc.	Registro fotográfico	se ha llevado a cabo los registros de manera fotográfica, escrita y asistencia.
8. Participar en apoyo a las distintas actividades realizadas.	Se ha participado y apoyado en las distintas actividades con el fin de mejorar la atención de los usuarios en centro	Registro fotográfico	se participo y apoyo en las distintas actividades de las distintas áreas, llegando a una mejor atención hacia los usuarios.

Elaborado por Santiago Alejandro Salazar Meyer – Salvavidas

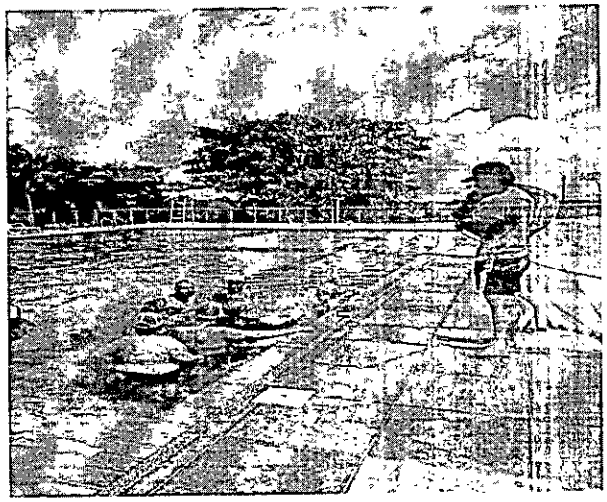


Firma
Nombre: Santiago Alejandro Salazar Meyer
CC. 1011084346

	FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO COMPRENDIDO: De 20 de junio a 19 de julio de 2024.**
Versión: 1	Vigencia: 2024



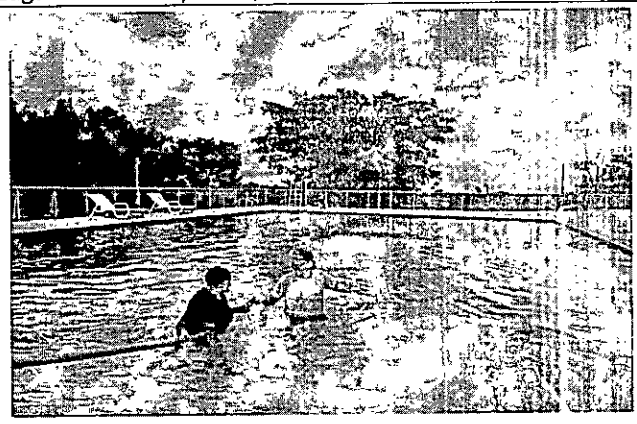
Obligación: Supervisión del área de la piscina (alcance 1)
Nombre actividad: Hidroterapia
Fecha: 29 de junio
Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos



Obligación: Supervisión del área de la piscina (alcance 1)
Nombre actividad: Hidroterapia
Fecha: 2 de julio
Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos

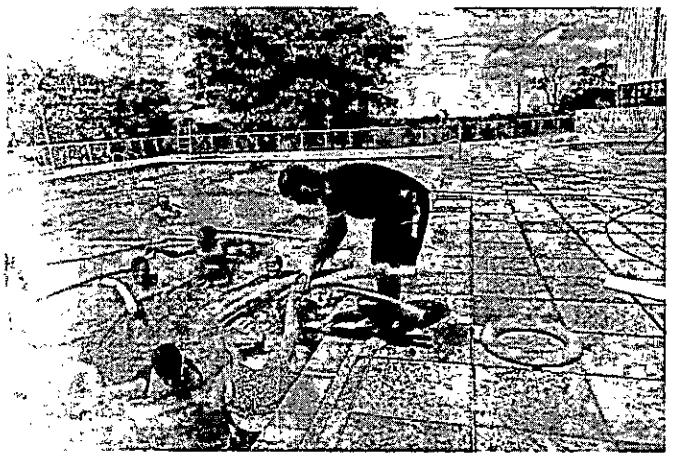
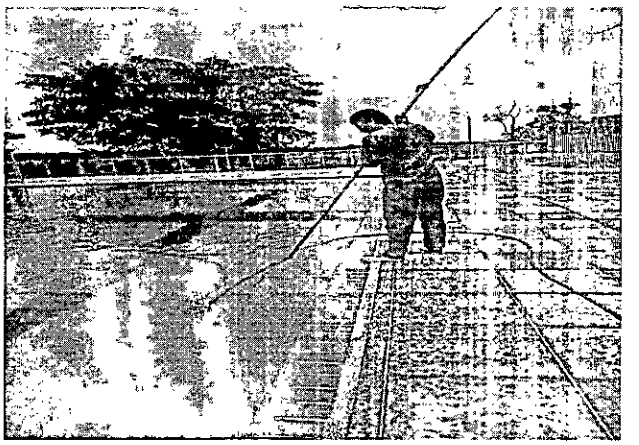
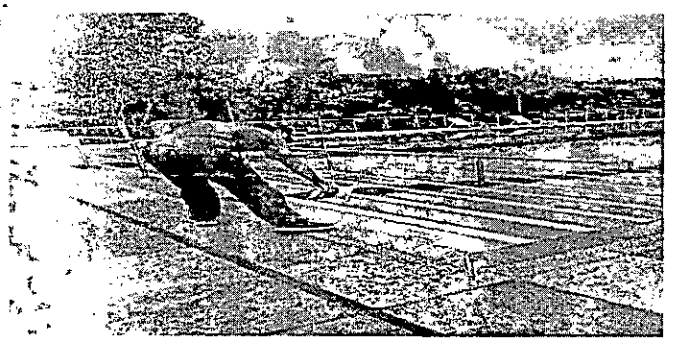
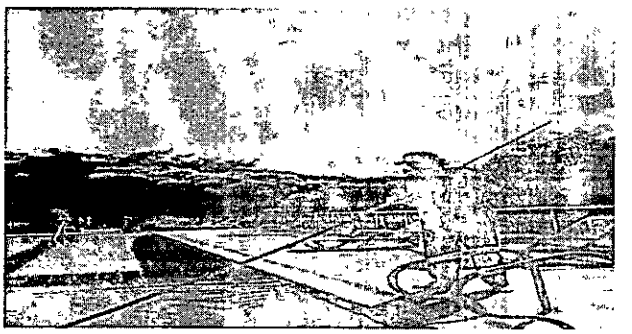


Obligación: Supervisión del área de la piscina (alcance 1)
Nombre actividad: Hidroterapia
Fecha: 9 de julio
Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos

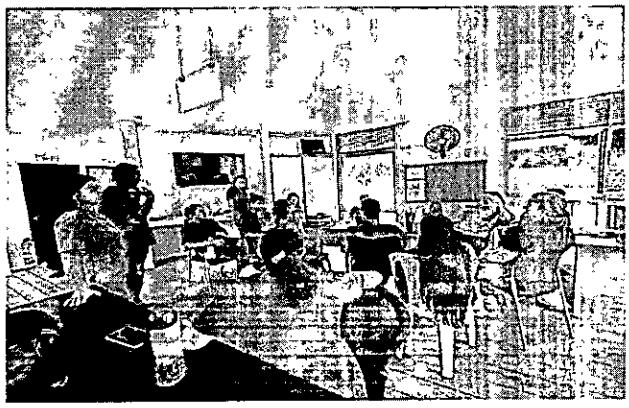
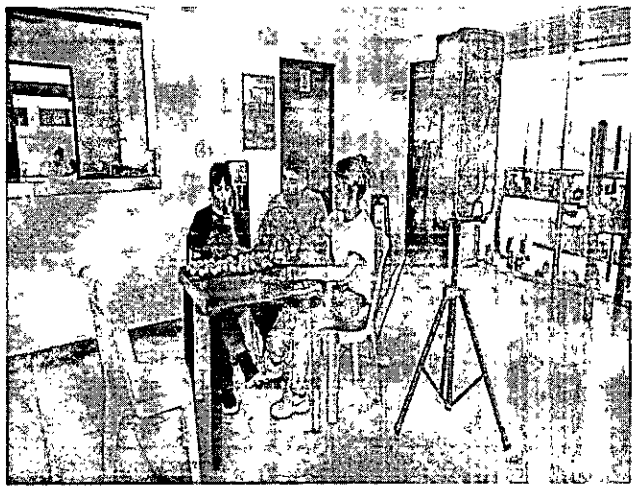


Obligación: Realización de acciones preventivas (alcance 3)
Nombre de la actividad: hidroterapia
Fecha: 2 de julio
Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos

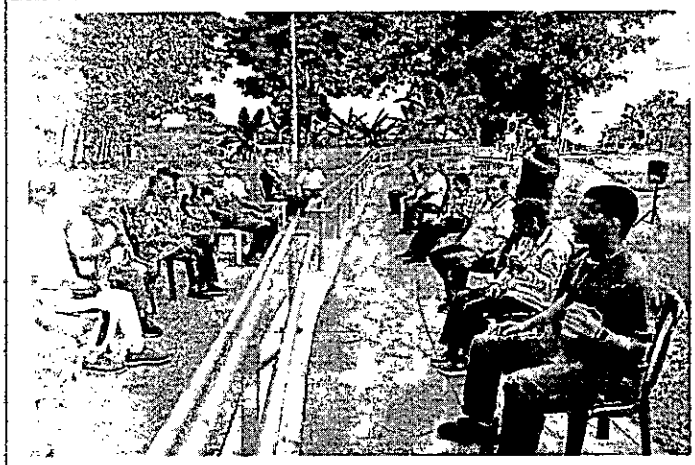
	FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO COMPRENDIDO: De 20 de junio a 19 de julio de 2024.**
Versión: 1	Vigencia: 2024

	
Obligación: Realización de acciones preventivas (alcance 3) Nombre de la actividad: hidroterapia Fecha: 6 de julio Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos	Obligación: Mantenimiento del área de la piscina (alcance 5) Nombre actividad: mantenimiento de la piscina Fecha: 28 de junio Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos
	
Obligación: Mantenimiento del área de la piscina (alcance 5) Nombre actividad: mantenimiento de la piscina Fecha: 2 de julio Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos	Obligación: Mantenimiento del área de la piscina (alcance 5) Nombre actividad: mantenimiento de la piscina Fecha: 10 de julio Lugar: Área de la piscina, centro vida cerritos

	FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO COMPRENDIDO: De 20 de junio a 19 de julio de 2024.**
Versión: 1	Vigencia: 2024

	
Obligación: Reuniones programaciones (alcance 6) Nombre actividad: reuniones Fecha: 25 de junio Lugar: centro vida cerritos	Obligación: Reuniones programaciones (alcance 6) Nombre actividad: reuniones Fecha: 12 de julio Lugar: centro vida cerritos
	
Obligación: realización de informes y actas (alcance 7) Nombre actividad: informe Fecha: 15 de julio Lugar: centro vida cerritos	Obligación: apoyo actividades lúdicas (obligación pactada) Nombre de la actividad: actividades lúdicas Fecha: del 21 de junio Lugar: centro vida cerritos

	FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO COMPRENDIDO: De 20 de junio a 19 de julio de 2024.**
Versión: 1	Vigencia: 2024

	
Obligación: apoyo actividades deportivas (obligación pactada) Nombre de la actividad: actividades deportivas Fecha: 2 de julio Lugar: centro vida cerritos	Obligación: apoyo actividades de huerta (obligaciones pactadas) Nombre de la actividad: actividad huerta Fecha: 24 de junio Lugar: centro vida cerritos

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE
ACTA

Reunión __ Comité __ Taller_X_ Sesión Grupal_Sesión Individual _

FECHA: 29 de junio 2024	**NÚMERO DE ACTA:** 1
LUGAR: Centro Vida Cerritos	**HORA DE INICIO:** 13:45 h
RESPONSABLE: Santiago Alejandro Salazar Meyer (salvavidas)	**HORA FINAL:** 14:30 h

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:

- Fomentar salud, movilidad y fortalecimiento de hidroterapia a los usuarios de centro vida cerritos.
- Supervisar de manera atenta por parte del salvavidas en el desarrollo de la actividad para evitar siniestros/lesiones en el área acuática. (conforme al alcance 1)
- Fomentar la participación y el intercambio de experiencias entre los participantes.
- Proporcionar seguridad a los usuarios a la hora de el desarrollo de la actividad.
- Sostener el mantenimiento del área acuática con el fin de mantener el área limpia. (conforme al alcance 5)

ORDEN DE LA ACTIVIDAD:

1. Llegada y lavado de los usuarios
2. Ingreso
3. Calentamiento de los usuarios
4. Desarrollo de la actividad
5. Estiramiento
6. Salida de los usuarios
7. Mantenimiento del área acuática

REVISIÓN DE

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMIENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
N. A	N. A	N. A	N. A	N. A	N. A	N. A

TOTAL, COMPROMISOS	COMPROMISOS RESUELTOS	% CUMPLIMIENTO
100%	100%	100%

CONSORCIO VIDA
PLENANIT
901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

1. Llegada y lavado de los usuarios.

- La actividad inicia con el ingreso de los usuarios donde se van a dirigir a las duchas con el fin de lavarse y posteriormente ponerse el equipo de piscina como gorros.

-

2. Ingreso.

- después del lavado de los usuarios proceden al ingreso del área acuática con la ayuda del salvavidas y los profesionales.

3. Calentamiento de los usuarios

- Con la dirección del deportologo los usuarios empiezan a calentar su cuerpo para posteriormente dar inicio de la actividad junto al salvavidas que esta supervisando que no se presenten inconveniente.

4. Desarrollo de la actividad

- Los usuarios comienzan la actividad la cual consiste en una hidroterapia musicalizada con la finalidad de fortalecer y mantener su cuerpo con ayuda de la resistencia acuática, pero sin el riesgo de impacto articular por parte del deportologo en donde se reitera la supervisión del salvavidas, donde no se presentaron siniestros en el desarrollo de la actividad.

5. Estiramiento

- Al finalizar la actividad los usuarios proceden a un estiramiento y movilidad acuática con el fin de relajar el cuerpo.

6. salida de los usuarios

- Ya finalizada la actividad los usuarios proceden a salir con la ayuda del salvavidas y los profesionales.

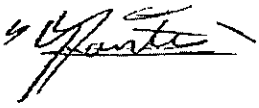
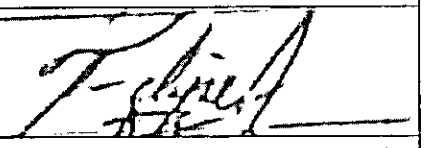
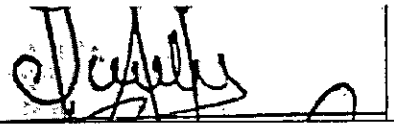
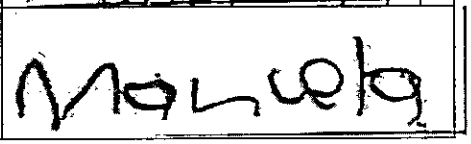
7. Mantenimiento del área acuática.

- Después de la actividad realizada el salvavidas procede junto con la ayuda del personal de mantenimiento de piscina, la limpieza del área acuática con la finalidad de mantener la zona en optimas condiciones.

CONSORCIO VIDA
PLENANIT
901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

FECHA: 29 de junio 2024	**TEMA:** Actividad de hidroterapia y mantenimiento del área acuática

COMPROMISOS ADQUIRIDOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA DE CUMPLIMIENTO**
N.A	N. A	N. A

FIRMA DE ASISTENTES					
N.°	**NOMBRE**	**IDENTIFICACIÒN**	**SEDE**	**CARGO**	**FIRMA**
1	Santiago Alejandro Salazar Meyer	1011084346	Centro Vida Cerritos	Salvavidas	
2	Jhon Felipe Agudelo	80735285	Centro Vida Cerritos	Deportologos	
3	Claudia Milena Amariles	42134339	Centro Vida Cerritos	Deportologos	
4	Carla Manuela Galvis	1088335345	Centro Vida Cerritos	Deportologos	

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE
ACTA

Reunión __ Comité ___ Taller_X_ Sesión Grupal_Sesión Individual _

FECHA: 12 de julio 2024	**NÙMERO DE ACTA:** 2
LUGAR: Centro Vida Cerritos	**HORA DE INICIO:** 13:45 h
RESPONSABLE: Santiago Alejandro Salazar Meyer (salvavidas)	**HORA FINAL:** 14:30 h

OBJETIVO DE LA PREVENCION DE ACCIDENTES ACUATICOS:
Capacitación y concientización de las medidas de seguridad y normas y regulaciones en el área acuática

ORDEN DE LA ACTIVIDAD:
1. **Bienvenida y Presentación**
2. **Introducción a la Importancia de la Seguridad Acuática**
3. **No introducir comida ni bebidas**
4. **Prohibido el ingreso sin un profesional o salvavidas presente**
5. **Uso obligatorio de traje de baño**
6. **Prohibido correr dentro del área**
7. **Cierre**

REVISIÓN DE

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMIENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
N. A	N/A	N/A	N/A	N.A	N. A	N. A

TOTAL, COMPROMISOS	COMPROMISOS RESUELTOS	% CUMPLIMIENTO
100%	100%	100%

CONSORCIO VIDA
PLENANIT
901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

1. Bienvenida y Presentación:

Se inició la sesión dando la bienvenida a todos los asistentes.
Se presentó al equipo encargado de la seguridad acuática, incluyendo a los salvavidas y profesionales del área.

2. Introducción a la Importancia de la Seguridad Acuática:

Se explicó la importancia de las normas de seguridad para prevenir accidentes y garantizar un ambiente seguro.

3. No introducir comida ni bebidas:

Explicación de los riesgos de contaminación y posibles accidentes.

4. Prohibido el ingreso sin un profesional o salvavidas presente:

Importancia de la supervisión constante para la seguridad de todos.
Se indicó el horario de presencia de salvavidas

5. Uso obligatorio de traje de baño:

Razones de higiene y seguridad.
Ejemplos de ropa adecuada e inadecuada fueron mostrados en la presentación.
Obligatorio enjuagarse en la regadera antes del uso del espacio acuático:
Se explicó cómo esto ayuda a mantener el agua limpia y segura.
Se hizo una demostración de cómo usar las duchas antes de entrar al área acuática.

6. Prohibido correr dentro del área:

Se discutieron los riesgos de resbalones y caídas.

7. Cierre:

Agradecimiento a todos los participantes por su atención y compromiso.
Reiteración de la importancia de seguir las normas para disfrutar de un espacio acuático seguro.

FIRMA DE ASISTENTES

N.°	NOMBRE	IDENTIFICACIÒN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Santiago Alejandro Salazar	1011084346	Centro Vida Cerritos	Salvavidas	

	Meyer				
2	Jhon Felipe Agudelo	80735285	Centro Vida Cerritos	Deportologos	
3					
4					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE
ACTA

Reunión __ Comité __ Taller_X_ Sesión Grupal_Sesión Individual _

FECHA: 9 de julio 2024	**NÚMERO DE ACTA:** 3
LUGAR: Centro Vida Cerritos	**HORA DE INICIO:** 8:45 h
RESPONSABLE: Santiago Alejandro Salazar Meyer (Salvavidas)	**HORA FINAL:** 16:30 h

OBJETIVO DE LA REUNIÓN:
La realización y concientización de acciones preventivas en el área acuática mediante las normas de seguridad del uso del espacio acuático de centro vida cerritos.

REVISIÓN DE

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMIENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
N.A	N/A	N/A	N/A	N.A	N.A	N/A

TOTAL, COMPROMISOS	COMPROMISOS RESUELTOS	% CUMPLIMIENTO
100%	100%	100%

CONSORCIO VIDA
PLENANIT
901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

1 bienvenida y presentación:
El evento comenzó con una cálida bienvenida a los asistentes. Se presentó al socorrista responsable de esta sesión, destacando su papel clave en la seguridad del centro.

Introducción a la seguridad en el agua:
Los socorristas explicaron la importancia de seguir ciertas normas en las zonas acuáticas para prevenir accidentes y mantener a todos a salvo. Se utilizan ejemplos de cosas comunes que suceden cuando no se siguen las reglas, utilizando un lenguaje simple y comprensible para garantizar que todos los presentes comprendan los conceptos.

2. Precauciones del salvavidas:

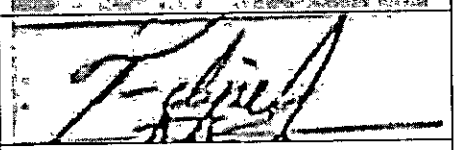
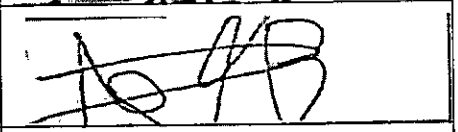
Asistencia al entrar y salir del área:
El salvavidas es responsable de ayudar a los usuarios dentro y fuera de las áreas de agua, asegurándose de que utilicen las rampas y barandillas disponibles. Esta ayuda es especialmente importante para los adultos mayores que pueden necesitar apoyo adicional para prevenir resbalones y caídas.

3. Supervisión continua:
Durante las sesiones, el salvavidas realiza una vigilancia constante del agua, observando a todos los usuarios en busca de signos de comportamiento peligroso o problemas. Esta monitorización continua permite una rápida intervención en caso de cualquier situación peligrosa.

4. Respuesta de emergencia:
Se explicó que el salvavidas está capacitado para brindar asistencia inmediata ante cualquier incidente o emergencia, incluyendo primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (RCP) si es necesario. Se destacó la importancia de la presencia de salvavidas para la seguridad de todos los usuarios.

5. Educación y Concientización:
Durante la sesión, el salvavidas realizó demostraciones sobre cómo utilizar los equipos de seguridad y cómo actuar en situaciones de peligro. Esto incluye el uso adecuado de dispositivos de flotación y un comportamiento seguro en el agua para evitar accidentes.

Este enfoque aseguró que los adultos mayores comprendieran plenamente las acciones preventivas y se sintieran comprometidos a cumplirlas, garantizando así un ambiente seguro y disfrutable para todos los usuarios del Centro Vida Cerritos.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.°	**NOMBRE**	**IDENTIFICACIÒN**	**SEDE**	**CARGO**	**FIRMA**
1	Santiago Alejandro Salazar Meyer	1011084346	Centro Vida Cerritos	Salvavidas	
2	Jhon Felipe Agudelo	80735285	Centro Vida Cerritos	Deportologos	
3	Anderson Tello	108268829	Centro vida cerritos	Deportologo	
4					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
Centro vida cerritos

FISIOTERAPEUTA

FABIAN JOAO NOREÑA

DOCUMENTO SOPORTE DE PAGO DE NÓMINA ELECTRÓNICA

CONSORCIO VIDA PLENA
Nit 901826616
KM 10 VIA CERRITOS SEC
VERACRUZ CA 6 VDA
CERRITOS OF 03
Tel: 6063145955447
Pereira - Colombia
consorciovidaplena9@gmail.con

Periodo de Pago: **20240601 - 20240630**
Comprobante Número:**37**
Fecha y hora de generación: **08/07/2024 - 10:49 PM**
Fecha y hora de expedición: **08/07/2024 - 10:50 PM**

Empleado: **FABIAN JOAO NOREÑA**
Ciudad: **Pereira**
Identificación: **14652280**
Cargo: **Otros 58**
Salario básico: **$3.600.000**

INGRESOS

Concepto	Inicio	Fin	Porcentaje	Cantidad	Valor
Sueldo				30	$ 3.600.000
Prima de servicios				41	$ 410.000
Bonificaciones ocasionales				0	$ 145.833
Provisión de Cesantías*				0	$ 299.880
Provisión de Intereses de cesantías*				0	$ 35.986
Provisión de Prima*				0	$ 299.880
Provisión de Vacaciones*				0	$ 150.120
			Total Ingresos		**$ 4.941.699**

*Las provisiones hacen parte del valor total a pagar al empleado.

DEDUCCIONES

Concepto	Porcentaje	Valor
Fondo de salud	4.00	$ 144.000
Fondo de pensión	4.00	$ 144.000
Prestamos		$ 90.000
	Total Deducciones	**$ 378.000**

LICENCIAS NO REMUNERADAS

Concepto	Inicio	Fin	Cantidad

NETO A PAGAR (Total Ingresos - Total Deducciones) **$ 4.563.699**

Observaciones:

Condiciones de pago: Transferencia bancaria $ 4.563.699

Soporte de pago: DNE37
CUNE:
d02b5b5b0c7a0b291ae0669ded1476a1541b6a1698d9abf637e4f2b6e8ab8820d6bdd6a7d5ebde4642eb1c199c20b71f

Elaborado, Impreso y enviado electrónicamente por SIIGO SAS NIT: 830.048.145-8

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que CONSORCIO VIDA PLE identificado(a) con NI 901826616 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social para FABIAN JOAO NOREÑA identificado(a) con CC 14652280

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades																IBC	Tarifa	Cotización
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip			
9470837512	812792027	E	2024-07-31	EPS	EPS002	SALUD TOTAL	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-08	30																		$3,600,000	12.5%	$450,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	16%	$576,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2024-07	30																		$3,600,000		$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2024-07	30																		$3,600,000		$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2024-07	30																		$0	0%	$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILIADO	2024-07	30																		$0	0%	$0
9470837512	812792027	E	2024-07-31	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	0.522%	$18,800
9470837512	812792027	E	2024-07-31	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	4%	$144,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	2%	$72,000
9470837512	812792027	E	2024-07-31	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	3%	$108,000

Este certificado se expide el día 2024-08-10 a las 09:56

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que CONSORCIO VIDA PLE identificado(a) con NI 901826616 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social para FABIAN JOAO NORENA identificado(a) con CC 14652280

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades																IBC	Tarifa	Cotización
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip			
9470083936	788340100	E	2024-07-19	EPS	EPS010	EPS SURA (ANTES SUSALUD)	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-07	30																		$3,600,000	12.5%	$450,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																		$3,600,000	16%	$576,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2024-06	30																		$3,600,000		$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2024-06	30																		$3,600,000		$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2024-06	30																		$0	0%	$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILADO	2024-06	30																		$0	0%	$0
9470083936	788340100	E	2024-07-19	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																		$3,600,000	0.522%	$18,800
9470083936	788340100	E	2024-07-19	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																		$3,600,000	4%	$144,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																		$3,600,000	2%	$72,000
9470083936	788340100	E	2024-07-19	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-06	30																		$3,600,000	3%	$108,000

Este certificado se expide el día 2024-08-10 a las 09:56.

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 901826616	0	CONSORCIO VIDA PLE	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	Principal	KM 10 VIA CERRITOS	PEREIRA-RISARALDA	3154104739	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2024-06	2024-07	788340100	9470083936	E	2024/07/05	2024/07/19	BANCO CAJA SOCIAL	14	$19,225,400

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	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Codigo	Dias	Dias	Exonerado SENA e ICBF
1	CC	80735285	AGUDELO RODRIGUEZ JHONN FELIPE																		25-14	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
2	CC	42134339	AMARILES DUQUE CLAUDIA MILENA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
3	CC	1012404394	AVILA CORREAL MIGDY SOLANLLY																		230301	30	EPS008	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
4	CC	42099470	BETANCUR MOLINA MARIA TERESA																		230201	30	EPS040	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
5	CC	1088293557	BRICEÑO FLOREZ LEIDY VANESSA		X																230201	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
6	CC	10018419	CAMPOS SALAZAR HAROLD																		230201	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
7	CC	1087546914	CANCIMANSE TORO DIANA CAROLINA		X																230301	25	EPS037	25	CCF44	25	14-11	25	25	No
8	CC	40690553	CASTRILLON GARCIA MARIA ELENA																		230301	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
9	CC	94498668	CHIRIVI CARLOS																		230301	30	EPS005	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
10	CC	1088335345	GALVIS MARTINEZ CARLA MANUELA																		230301	30	ESSC62	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
11	CC	1088331503	HERNANDEZ BETANCUR INGRID VALENTINA																		230301	30	EPS010	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
12	CC	37241773	LLANOS MELO IRMA																		25-14	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
13	CC	42106285	LOZANO BONILLA MARIA MAGDALENA																		25-14	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
14	CC	1017241810	MANRIQUE JIMENEZ ANGI JOHANNA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
15	CC	1037664138	MANRIQUE JIMENEZ LAURA NATHALIA																		230201	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
16	CC	1225090490	MONCAYO ESTRELLA DANIELA ALEJANDRA																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
17	CC	14652280	NORENA FABIAN JOAO																		230301	30	EPS010	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
18	CC	1088328912	PORRAS ARIAS JACKELINE	X																	230301	5	EPS002	5	CCF44	5	14-11	5	5	No
19	CC	1112783880	RABE MARTINEZ ANGELA MILENA																		230301	30	EPS008	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
20	CC	36276878	ROJAS RIVERA RAQUEL																		25-14	30	EPS041	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
21	CC	1011084346	SALAZAR MEYER SANTIAGO ALEJANDRO																		230301	30	EPS002	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
22	CC	1088268829	TELLO BORJA ANDERSSON																		230301	30	EPS018	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
23	CC	1088311989	TREJOS VINASCO KATHERIN TATIANA																		230301	30	EPS037	30	CCF44	30	14-11	30	30	No
Total		Afiliados(23)																												

2024/07/29 11:38 PM

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	**FABIAN JOAO NOREÑA**
Número del Contrato	***14652280***
Cargo:	**FISIOTERAPEUTA**
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS***
Plazo:	***20 de mayo de 2024 a 19 de noviembre de 2024***
Periodo:	***20 de mayo de 2024 a 19 de junio de 2024***

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
1. Cumplir con los procesos, estándares de resultados, valoración inicial, diagnóstico y patologías, procesos de intervención y seguimiento.	Se realiza seguimiento que los beneficiarios del centro vida plena ingresen a la intervención desde Fisioterapia, teniendo claridad en los criterios de inclusión asignados: Criterios de inclusión: • Adultos mayores con patologías osteomusculares diagnosticadas. • Adultos mayores que presenten dificultad en la ejecución de actividades funcionales. • Adultos mayores con riesgo de moderado a alto en riesgo de caída. (Se realiza evaluación del riesgo de caída con escala Tinetti a los beneficiarios)	Se realiza seguimiento y acompañamiento a los profesionales del deporte, para que identifiquen los posibles usuarios para realizar intervención en fisioterapia. **(Ver anexo 1.)**	Se continua con proceso de evaluación a nuevos Adultos Mayores que cumplan con los criterios de inclusión.

	• Adultos mayores con alteraciones en el sistema cardiovascular.		
2. Realizar valoraciones individuales y documentadas del proceso de los beneficiarios del centro vida.	• Se diseña formato de evaluación de Fisioterapia para ejecutarlo con los usuarios que asistan a intervención. • Documentar las evaluaciones realizadas. • Realizar evaluaciones a usuarios que ingresan al programa de Fisioterapia.	**(Ver anexo 2 formato de evaluación.)**	Se han realizado aproximadamente 69 evaluaciones a la fecha.
3. Identificar e implementar atenciones individuales enfocadas en rehabilitación física y ejercicio terapéutico a los beneficiarios del programa según su pertinencia.	Se realiza intervención fisioterapéutica acorde a las necesidades clínicas de cada usuario, teniendo en cuenta la evaluación inicial.	**(Ver anexo 3)**	Se realiza intervención fisioterapéutica de 20 a 30 minutos la sesión en atención semipersonalizada (2 pacientes por sesión). Actualmente se están atendiendo aproximadamente 50 pacientes.

4. Planear y ejecutar talleres en temas afines de suma importancia para el desarrollo del programa	Se da apoyo a los profesionales del deporte en los temas de capacitaciones programadas con los beneficiarios del centro vida.	**(Ver anexo 4)**	Se logra realizar capacitaciones acordes a las necesidades de los beneficiarios.
5. Planear y ejecutar junto a los profesionales de deporte, planes de intervención enfocados a mejorar aspectos relevantes de los beneficiarios.	• Semanalmente se realiza revisión de los programas a ejecutar con los beneficiarios, planteados por los profesionales del deporte. • Apoyo en las adaptaciones de diferentes actividades acorde a la funcionalidad de los beneficiarios.	**(Ver anexo 5)**	• Ejecución de las actividades adecuadas acorde a las necesidades de los usuarios. • Que todos los beneficiarios realicen las actividades y si es necesario realizar adaptaciones.
6. Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales.	Se realiza celebración del día de la familia.	**(Ver anexo 6)**	Se da apoyo a la actividad.

7. Elaborar y entregar oportunamente seguimientos o intervenciones realizadas.	• Se diligencia formato de evaluación y de intervención de cada atención en fisioterapia.	**(Ver anexo 7)**	• Llevar un seguimiento del tratamiento de fisioterapia.
8. Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma.	Se registran las evaluaciones individuales y masivas.	Se diligencia las evaluaciones y se archivan en la historia clínica de cada paciente atendido en el centro. **(Ver anexo 8: otras evaluaciones)**	Se logra registrar las intervenciones adecuadamente
9. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios.	Se realizan rondas durante las actividades ejecutadas por los profesionales del deporte.	**(Ver anexo 9)**	Realizar acompañamiento a los profesionales del deporte en dudas o inquietudes respecto a actividades específicas y adaptaciones de los ejercicios según necesidad y funcionalidad de los usuarios.

10. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras).	• Se entrega oportunamente el informe del mes de junio con sus evidencias fotográficas y anexos.		
11. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten	• Asisto a reuniones convocadas por el grupo de trabajo de deportes con el fin de definir actividades a realizar. • Asisto a reuniones de inducción y capacitación	**(Ver anexo 10)**	Participacion activa en las actividades y reuniones programadas.
12. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido.	• Se realiza apoyo a las demás áreas en sus actividades con los adultos mayores del centro vida.	**(Ver anexo 11)**	Se dio cumplimiento a actividades y se apoyó a las áreas según requiriera.

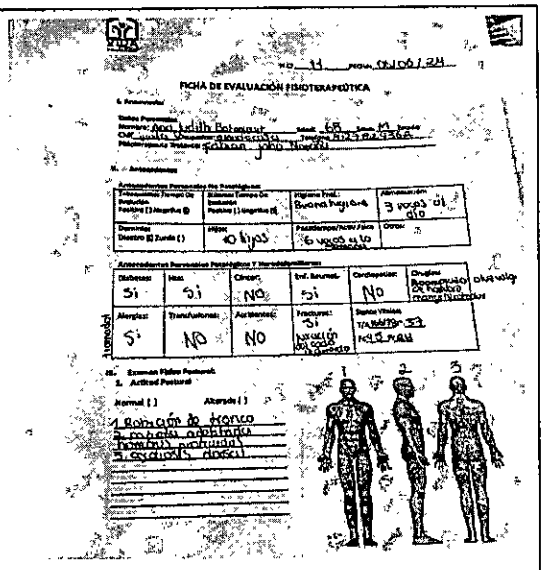
Fabian Joao Noreña
FISIOTERAPEUTA
R.M. 14.652.280

Firma:
Nombre: FABIAN JOAO NOREÑA
CC. 14652280

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 20 DE JUNIO A 19 DE JULIO DE 2024**
Versión: 1	**Vigencia: 2024**



ANEXO 1: REUNIÓN CON PROFESIONALES DEL DEPORTE Y FISIOTERAPEUTA.



ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN Y EVALUACIONES



ANEXO 2: EVALUACIONES



ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 20 DE JUNIO A 19 DE JULIO DE 2024**
Versión: 1	**Vigencia: 2024**

	
ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS	**ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS**
	
ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS	**ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS**

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 20 DE JUNIO A 19 DE JULIO DE 2024**
Versión: 1	**Vigencia: 2024**

	
ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS	**ANEXO 3: INTERVENCIONES FISIOTERAPEUTICAS**
	
ANEXO 4: APOYO EN CAPACITACIONES	**ANEXO 6: ACTIVIDAD DEL DIA DE LA FAMILIA**

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 20 DE JUNIO A 19 DE JULIO DE 2024**
Versión: 1	**Vigencia: 2024**



ANEXO 9: RONDAS EN LAS ACTIVIDADES EJECUTADAS POR LO PROFESIONALES DEL DEPORTE.



ANEXO 9: RONDAS EN LAS ACTIVIDADES EJECUTADAS POR LO PROFESIONALES DEL DEPORTE.



ANEXO 11: APOYO A OTRAS ACTIVIDADES



ANEXO 11: APOYO A OTRAS ACTIVIDADES