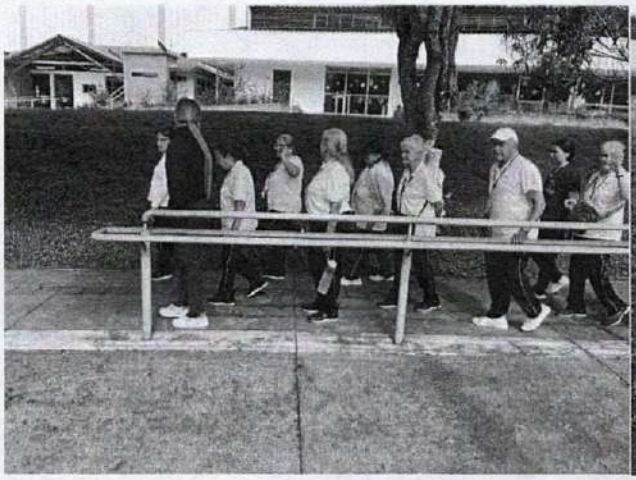
CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- ELABORACION SESION	FECHA: 07-09-2023

N° ASISTENTES: Reposan en el archivo del centro vida de cerritos





02 DE ABRIL CENTRO VIDA CERRITOS

FORTALECIMIENTO MUSCULAR





08 DE ABRIL CENTRO VIDA CERRITOS

FORTALECIMIENTO MUSCULAR

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



15 DE ABRIL CENTRO VIDA CERRITOS

FORTALECIMIENTO MUSCULAR



22 DE ABRIL CENTRO VIDA CERRITOS

FORTALECIMIENTO MUSCULAR

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión X **Comité** ___ **Taller**___ **Sesión Grupal** ___ **Sesión Individual** ___

FECHA: 05 de Abril 2025	**NÚMERO DE ACTA:** 1
LUGAR: Centro vida cerritos	**HORA DE INICIO:** 2:30
RESPONSABLE: Consorcio vida plena	**HORA FINAL:** 4:30

OBJETIVO DE LA REUNIÓN:
Presentar al consocio vida plena como operador ante el equipo del centro vida cerritos, con el fin de trabajar de manera conjunta para garantizar el suministro de la canasta básica y ofrecer un servicio de excelencia a los adultos mayores.

ORDEN DEL DIA:
1. Presentación del Consorcio vida plena y equipo de trabajo centro vida cerritos.
2. Resolución de preguntas, duda e inquietudes por parte del equipo.
3. Revisión de requerimientos e insumos por área.
4. Intervención de la coordinadora
5. Firma de contratos

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

Se realizó la presentación oficial del Consorcio Vida Plena como operador, así como del equipo de trabajo del Centro Vida Cerritos. Se destacaron las funciones y los objetivos como equipo interdisciplinario.
Seguidamente, se brindó un espacio abierto para la expresión de dudas o necesidades por parte del personal. Las inquietudes fueron atendidas de manera clara y respetuosa por parte de los representantes del consorcio.
También se recibieron observaciones y sugerencias respecto a necesidades específicas en cada área de trabajo, las cuales quedaron registradas para su revisión y seguimiento posterior.

Se aclaró que la comida enviada al Centro vida está destinada únicamente para el consumo de los adultos mayores beneficiarios del programa.

La coordinadora dirigió un mensaje sobre la importancia de promover un clima laboral saludable, evitar rumores o comentarios malintencionados, fomentar el respeto y la cordialidad, y trabajar en equipo desde la empatía.
Finalmente se realizó la respectiva firma de contratos del personal que aún no había formalizado el vínculo laboral con el operador y se estableció que se realizará una reunión el último sábado de cada mes, con el fin de revisar inquietudes, hacer seguimiento a acuerdos y celebrar los cumpleaños del equipo de trabajo.

FIRMA DE ASISTENTES

N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
2	Henry Gallego R	10010472	Cerritos	Tec. sistemas	
3	Valentina Loaiza O	1004733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
4	Yerni Moreno	1097332588	Cerritos	Taller	
5	Paula Viviana Y.	30'407326	Cerritos	Auxiliar	
6	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
7	MARIBETH ALCARAZ M	1077438 616	Cerritos	T. Social	MARIBETH A.M.
8	Lady Tatiana Bolivar C.	1088338945	Cerritos	T. Social	
9	Luisa Muñoz Aragón	1.028031125.	cerritos	Tallerista	
10	Mauricio Giraldo	10.011.762	Cerritos	T. SST	
11	Fernanda Arcila	1088015912	Cerritos	Enfermeria	
12	Ashley Borgos	1002826151	Cerritos	Ax. admón	Ashley Borgos
13	Daniela Rosero C	1088396983	Cerritos	Nutricionista	
14	Carlos Chirivi	94.498.160	Cerritos	Deportes	
15	Santiago Salazar	1011084346	cerritos	Salvavidas	
16	Kevin Chaver	1089096249	Cerritos	Deportes	
17	Santiago García	1074344210	cerrito	APH	
18	Santiago Dorio B	1088352373	Cerritos	Deportes	
19	Veronica Aguirre	1094470857	Cerritos	Gerontologa	
20	Jhon Wilson Forero	1.088.246.810	Cerritos	Aux Adm	
21	jose Moreno a.	CC. 652280	Cerritos	Front.	
22	Daniela Arias Z.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
23	Samuel Salazar	1004752995	Cerritos	Servicios Generales	Samuel S.
24	Viviana Mejia	1088326764	Cerritos	Auxiliar contable	
25	MARIANA TRUJILLO L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
26					
27					
28					
29					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ___ Comité ___ Taller___ Sesión Grupal ___ Sesión Individual __

FECHA: 05 de abril del 2025	NÙMERO DE ACTA:
LUGAR: Centro vida Cerritos	HORA DE INICIO: 8:00 am
RESPONSABLE: Migdy Solanlly Ávila ELABORADA: Carla Manuela Galvis	HORA FINAL: 12:30 pm

OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Apertura simbólica con el acompañamiento de la secretaría de desarrollo social.

ORDEN DEL DIA:

1. Bienvenida a los usuarios
2. Desayuno según minuta establecida en el cronograma
3. Actividad de integración y entrega de banderas a los usuarios por parte de los profesionales.
4. Calle de honor por parte de los adultos mayores del centro vida Cerritos.
5. Palabras de bienvenida de la doctora Marta Cecilia Álzate la secretaria de desarrollo social y político de la alcaldía de Pereira.
6. Palabras de bienvenida por parte de la Coordinadora de los centros vida la doctora Dora Llano.
7. Presentación de cantante infantil
8. Palabras de agradecimiento y despedida por parte de la secretaría y el equipo centros vida.
9. Almuerzo y despedida
10. Salida de los usuarios y acompañamiento a sus respectivas rutas.

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO:
El día 05 de abril se realizó la fiesta de bienvenida con la temática de la ciudad de Pereira en el centro vida Cerritos.
Para esta fiesta Pereirana se unieron las dos jornadas de la mañana y la tarde, para un total de 172 usuarios, distribuidos de la siguiente manera:
89 de la jornada de la mañana
83 de la jornada de la jornada de la tarde

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

Bienvenida a los usuarios:
Se realizó el acompañamiento a las rutas y el ingreso a los usuarios al centro vida Cerritos por parte de todo el equipo profesional del mismo.

Desayuno:
Seguido, los usuarios recibieron el desayuno establecido para este día de acuerdo a la minuta del programa de alimentación.

Actividad de integración:
Se realizó una actividad de activación a los usuarios dirigida por el equipo de deportes y con el apoyo de las demás áreas de trabajo.

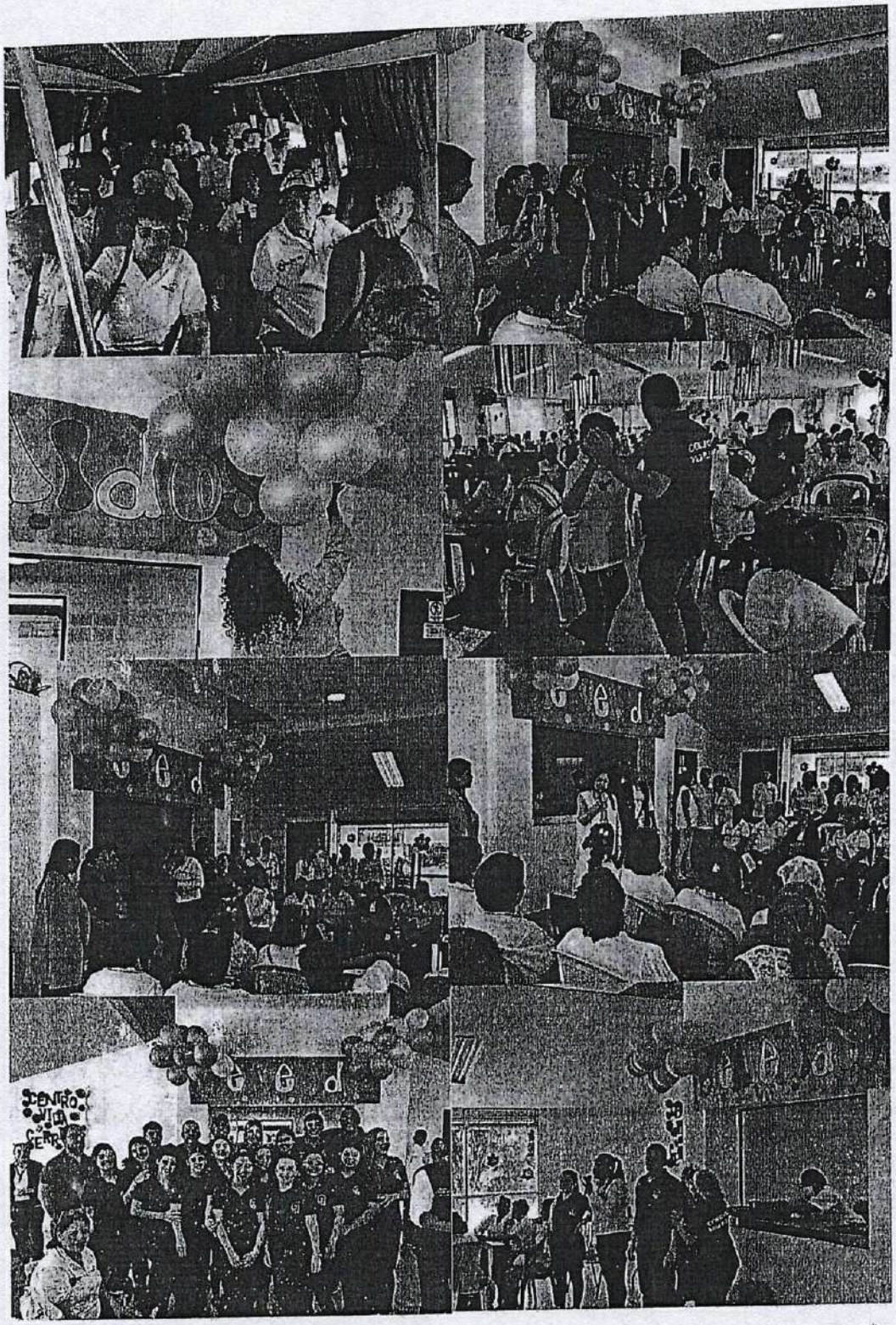
Calle de honor:
Los profesionales y los usuarios organizaron el salón y las sillas de manera que quedara una calle de honor para recibir la Secretaría de desarrollo social, además se entregaron unas banderas realizadas por los usuarios con los colores alusivos a la bandera de la cuidad de Pereira.
Se ambientó con un cartel de bienvenida y bombas coloridas por parte del equipo de profesionales.

Palabras de bienvenida:
La doctora Martha Cecilia Álzate pronunció unas palabras de bienvenida, presentó a su equipo de trabajo y algunos usuarios del centro vida Cerritos agradecieron a la secretaría por la visita.
La doctora Dora Llano dirigió unas palabras de bienvenida y de reconocimiento a los usuarios y los profesionales.

Presentación cantante infantil:
Se realizó una presentación con diferentes temas musicales donde los usuarios y el equipo de trabajo disfrutaron de un momento agradable y memorable para todos.

Despedida:
Se realizó un video con la secretaria, los adultos mayores y los equipos de trabajo, donde se decía la frase:
"los mejores centros vida, Pereira los tiene"
Y se finalizó con palabras de la coordinadora del centro vida Cerritos la directora Migdy Solanlly Ávila.

Almuerzo:
Se realizó la entrega de almuerzos a los usuarios de acuerdo a la minuta establecida, se acompañó a los usuarios a las rutas y se hizo el respectivo acompañamiento.



CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinador	
2	Manuela Galvis	1088335345	cerritos	Deportes	Manuela G.
3	Lyd Adriana M.	30404326	Cerritos	Aux adm.	
4	MARIBETH ALCARAZ M.	1077438616	Cerritos	T. Social	MARIBETH. A M.
5	Thon wilson Torres	1088246810	Cerritos	Aux. Adm	
6	Ashley Burgos	1002526151	Cerritos	Aux. adm	Ashley Burgos
7	Henry Gallego R	10010472	Cerritos	Tec sistemas	
8	Viviana mejia	1088326764	Cerritos	Aux contable	
9	Juan Gonzalez	1089098806	Cerritos	S. generales	Juan pablo
10	MARIANA TRUJILLO	1225088798	Cerritos	DEPORTES	
11	Lady tatiana Bolivar.	1088338745	Cerritos	T. Social	
12	Verónica Aguirre	1094470857	Cerritos	Gerontologa	
13	Santiago Osorio B	1088357873	Cerritos	Deport.	
14	Luisa Muñoz A.	1.028.031125.	cerritos.	tallerista	
15	Kevin Chavez	1088006244	Cerrito	Deportes	
16	Valentina Loaiza Orozco	1004733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
17	Daniela Arias Z.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
18	Laura Tatiana G.L	1088034303	CERRITOS	AUX de ENFERMERIA	Laura G.L
19	Luisa Fernanda Avila	1088015912	Cerritos	Aux de Enfermeria	Luisa Fernanda A.
20	fabian jose Vaca	1468280	Cerritos	tecnico	
21	Alejandro Salazar	1011034346	cerritos	Salvavidas	
22	Carlos Chirivi	94448668	Cerritos	Deportes	
23	Yeimi Moreno	1097332588	Cerritos	Taller	

24	Alejandro Giraldo	10.011.767	Cerritos	P. SST	
25	Samuel Salazar	1004752995	Cerritos	Servicios Generales	
26	Viviana Mejia	1088326764	cerritos	Aux contable	
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA

NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ___ Comité ___ Taller___Sesión Grupal___ Sesión Individual _

FECHA:9 DE ABRIL DE 2025	**NÚMERO DE ACTA: 3**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS/ COORDINACIÓN	**HORA DE INICIO: 8:30 am**
RESPONSABLE:	**HORA FINAL: 9:00 am**

OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Socializar e informar sobre los insumos necesarios para el informe de avances solicitado por el consorcio y la alcaldía y distribución de apoyos tanto en ruta como en comedor.

ORDEN DEL DIA:

1. Bienvenida e instalación de la reunión
2. Socialización de informes recientes
3. Revisión de insumos disponibles y requeridos
4. Distribución de tareas del equipo
5. Organización de acompañamientos en rutas
6. Espacio para comentarios y sugerencias
7. Conclusiones y compromisos
8. Cierre de la reunión

REVISIÓN DE COMPROMISOS

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
1.	Realizar cronograma de comedor	Equipo de trabajo	14 de abril			
2.	Realizar cronograma de ruta	Equipo de trabajo	14 de abril			
3.	Organizar cronogramas por áreas.	Equipo de trabajo	14 de abril			

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO:

1. **Bienvenida e instalación de la reunión:**
    - La coordinación da inicio agradeciendo la asistencia y puntualidad del equipo.
    - Se presenta brevemente el objetivo de la reunión: fortalecer el trabajo articulado mediante la organización de tareas y recursos.
2. **Socialización de informes recientes:**
    - Se comparten los informes de visitas y actividades realizadas durante el último mes.
    - Se destacan logros y se identifican oportunidades de mejora.
    - Cada profesional brinda una breve retroalimentación sobre su experiencia.
3. **Revisión de insumos disponibles y requeridos:**
    - Se presenta un inventario actualizado de las cosas que quedaron y lo que debemos solicitar para la realización de las actividades.
    - Se identifican faltantes y se acuerdan solicitudes o gestiones necesarias para reponerlos.
    - Se designa un responsable para el seguimiento de cada solicitud.
4. **Distribución de tareas del equipo**
    - Se delegan responsabilidades para la realización de los cronogramas para la organización diaria del centro vida.
    - Se definen roles: responsabilidades por cada área y compromisos con el equipo de trabajo
    - Se establece un cronograma tentativo para la ejecución de las actividades.
5. **Organización de acompañamientos en rutas**
    - Se detallan las rutas realizadas por el centro vida.
    - Se asignan acompañantes o personal de apoyo según necesidades específicas de las rutas.
    - Se recuerda la importancia del registro de novedades y listado de las personas que se recogen y se llevan a sus casas.
6. **Espacio para comentarios y sugerencias**
    - Se abre un espacio para que el equipo exprese inquietudes o proponga mejoras.
    - Se toman notas de las sugerencias viables para su análisis e implementación.
7. **Conclusiones y compromisos**
    - Se resumen los acuerdos alcanzados: responsables, fechas, y tareas definidas.
    - Cada miembro del equipo reafirma su compromiso con las responsabilidades asignadas.
8. **Cierre de la reunión**
    - Se agradece la participación activa y se recuerda la próxima fecha de reunión o punto de encuentro.
    - Cierre formal de la sesión.

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TÁUTIVA L	1225.088.798	CERRITOS	DEPORTES	
2	Thon Wilson Torres	1.088.246.810	Cerritos	Aux. Adm	
3	Luisa Muñoz Aragón	1.028.031 125	Cerritos	tallerista	
4	Luz Adriana Higuita	30'404.326	Cerritos	Aux Adm.	
5	Valentina Lozano O.	1004733913.	Cerritos.	Psicologo.	Valentina L.
6	Ashley Borgos	1002526151	Cerritos	Aux.adm	AshleyB.
7	MARIBETH ALCARAZ M.	1077438616	Cerritos	r.social	MARIBETH.A.M.
8	Henry Gallego Q	1001047 2	CerriTOS	Tecg SiST	
9	Manela Galvis	1088335345	CerriTos	Deportes	Manela G.
10	Yeimy Moreno	1097332588	Cerritos	Tallerista	
11	Dolanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinador	
12	Viviana Mejia	1088326764	Cerritos	Aux Contable	
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller___Sesión Grupal____Sesión Individual _

FECHA: 28 DE ABRIL DE 2025	**NÙMERO DE ACTA: 9**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 9:00 am
RESPONSABLE: EQUIPO PSICOSOCIAL **TEMA:** ENCUENTRO INTERGENERACIONAL	**HORA FINAL:** 11:40 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: Fomentar la conexión entre generaciones mediante la creación de una huerta comunitaria que simbolice el ciclo de la vida, el aprendizaje mutuo y el cuidado compartido.

CÍRCULO DE BIENVENIDA

Breve encuentro donde cada generación comparte lo que representa para ellos "sembrar".

Se entrega a cada persona una semilla simbólica (puede ser real o decorativa), que representará algo que desean "sembrar" en la vida (amor, paciencia, conocimiento, etc.).

2. **DISEÑO DEL ESPACIO**.

Entre todos dibujan en el suelo (con tiza o ramas) un diseño de huerta dividido en tres zonas, cada una simbolizando una etapa:

Raíces (Adultos mayores): Plantas tradicionales o medicinales.

Tallo (Adultos jóvenes): Hortalizas prácticas, de crecimiento medio.

Flores y frutos (Niños): Hierbas aromáticas o flores coloridas.

3. SIEMBRA COMPARTIDA.

Cada grupo siembra en su zona, pero siempre en parejas mixtas (niño con adulto mayor, joven con niño, etc.).

Se riega en conjunto, reforzando la idea de que "todos somos parte del mismo jardín".

MENSAJES AL FUTURO

Cada participante escribe un deseo o enseñanza en una etiqueta y lo entierra cerca de su planta. La idea es que se simbolice lo que se va a sembrar (Emociones, necesidades, deseos) para que cuando germine en la tierra la semilla, se cumpla todo aquello que se plasmo en papel.

5. CIERRE SIMBÓLICO

Círculo final donde se reflexiona: ¿Qué sembramos hoy más allá de las plantas?

Se lee una pequeña reflexión desde el equipo de trabajo hacia los adultos mayores y se les permite a los invitados realizar reflexiones sobre el evento.

Materiales:

- Semillas variadas
- Herramientas de jardinería
- Tierra, agua, compost
- Etiquetas y marcadores

1. **CIERRE REFLEXIVO Y SIMBÓLICO (25 MIN)**

- **CÍRCULO DE DESPEDIDA:**

Todos se sientan en círculo alrededor de la huerta.

Ronda abierta: ¿Qué sembraste hoy además de una planta?

Lectura o poema:

"Así como la semilla guarda vida, en nosotros vive la memoria. Que esta huerta crezca como crecen los lazos entre quienes se cuidan, se escuchan y se enseñan."

GESTO FINAL:

Se puede cantar una canción simple sobre la tierra o hacer un aplauso en círculo "que crezca como las plantas".

Materiales necesarios:

Semillas (3 tipos, una por grupo generacional)

Herramientas de jardinería básicas

Etiquetas, piedras o palitos

Marcadores, tiza o elementos para delimitar el espacio

Regaderas o botellas reutilizadas

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TÁBUYA I	1225088748	CERRITOS	DEPORTES	
2	MARIBETH ALCARAZ M.	1077038616	Cerritos	T. Social	MARIBETH. A. M
3	Valentina Loaiza Orozco	1004733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
4	Verónica Aguirre G	1094970857	Cerritos	Gerontologa	Verónica A. G
5	Fernanda Arcila P.	1088015912	Cerritos	Enfermera	
6	JOAO	1065228O.	Cerritos	fisiot.	
7	Henry Gallego R	10010472	Cerritos	Tecnologist	
8	Yeimi Moreno	1097332588	Cerritos	tallerista	
9	Luisa Muñoz Aragón	1.028081125.	cerritos	tallerista	
10	Manuela Galvis	1088335345	Cerrita	DeBrita	Manuela G.
11	Jhon wilson Bueno	1088.246.816	Cerritos	Aux Adm	
12	Solanlly Ayala	1012404394	Cerritos	Coordinado.	
13	Luz Adriana Higuita	30404326	Cerritos	Aux Adm	Luz Adriana
14	Carlos Chirivi	94498668	Cerritos	Deportes	
15	Juan Gonzalez	1089098806	Cerritos	S. General	Juan Pablo

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16	Lady Tatiana Bolaños	1088338945	Cerritos	T Social	
17	Santiago Osorio	1088552323	Cerritos	Deportes	
18	Santiago Salazar	1011084346	Cerritos	Saludables	

19	Daniela Arias L.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller__Sesión Grupal___ Sesión Individual _

FECHA: 24 DE ABRIL DE 2025	**NUMERO DE ACTA: 1**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 10:00 am
RESPONSABLE: JOAO NOREÑA	**HORA FINAL:** 11:00 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: El objetivo del taller fue brindar a las personas adultas mayores del Centro Vida de Cerritos herramientas prácticas y teóricas sobre higiene postural, con el fin de prevenir lesiones osteomusculares, mejorar su calidad de vida y fomentar prácticas saludables en sus actividades diarias.

ORDEN DEL DIA:

1. Reunión para planificar el taller
2. Socialización de taller por parte del Fisioterapeuta.
3. Distribución de tareas del equipo
4. Organización de la intervención
5. Espacio para comentarios y sugerencias
6. Conclusiones y compromisos
7. Cierre de la reunión

REVISIÒN DE COMPROMISOS

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
1.	Realizar talleres de suma importancia para la salud de las personas mayores.	Joao Noreña	15 de mayo	X		Se realizará una actividad de capacitación a los beneficiarios con apoyo de los Profesionales en Ciencias del Deporte.

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0

DESARROLLO:

El taller fue dirigido por Joao Noreña, Fisioterapeuta del Cevi cerritos, quien abordó los siguientes temas:

1. Concepto de higiene postural.
2. Principales riesgos posturales en el adulto mayor.
3. Técnicas básicas para una postura adecuada en distintas actividades (sentarse, acostarse, caminar, levantar objetos).
4. Ejercicios de fortalecimiento y estiramiento postural.
5. Consejos prácticos para el hogar y el entorno.
6. La metodología fue participativa, incluyendo:
    - Exposición teórica breve.
    - Demostraciones prácticas.
    - Ejercicios grupales.
    - Espacio para preguntas y respuestas.

3. PARTICIPANTES
Asistieron al taller un total de72 adultos mayores, además de personal de apoyo del Centro Vida. Se anexa listado de apoyos con nombres y firmas.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

- Los asistentes reconocieron la importancia de mantener una buena postura en sus actividades cotidianas.
- Se logró la participación activa de los asistentes en los ejercicios propuestos.
- Se aclararon dudas frecuentes relacionadas con dolores posturales comunes en la tercera edad.

5. COMPROMISOS:

- Realizar seguimiento a la práctica de las técnicas aprendidas mediante futuras sesiones de refuerzo.
- Entregar material didáctico complementario a los participantes.
- Continuar promoviendo talleres de autocuidado y bienestar para adultos mayores.

7. **OBSERVACIONES:** Excelente disposición de los asistentes durante el taller. Se sugiere disponer de más colchonetas y elementos de apoyo para futuras actividades prácticas.

8. **CIERRE DEL EVENTO:** El taller finalizó a las 11:00 am con palabras de agradecimiento por parte de la coordinación del Centro Vida y del profesional a cargo.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TAUTIVA L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
2	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
3	Santiago Osorio	1087552373	Cerritos	Deportes	
4	Fabian Pulido Vera	1146522800	Cerritos	Deportes	
5	Kevin Chavez	1089046249	Cerritos	Deportes	
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión X Comité ___ Taller___ Sesión Grupal ___ Sesión Individual __

FECHA: miércoles 9 de abril de 2025	NÙMERO DE ACTA:
LUGAR: oficina centro vida cerritos	HORA DE INICIO: 11:30am
RESPONSABLE: Deportes y SG-SST	HORA FINAL: 12:40pm

OBJETIVO DE LA REUNIÒN:
El señor ALEJANDRO GIRALDO, quien lidera el componente de Gestión de Seguridad y salud en el trabajo del programa, convoca al grupo de profesionales del área de deportes para revisar los fundamentos esenciales, principios y normativas a considerar para el excelente desarrollo del quehacer profesional.

ORDEN DEL DIA:
1. Presentación de los puntos propuestos
2. Fundamentos de la seguridad en el trabajo
3. Dialogo sobre asuntos por mejorar
4. Propuestas y otros
5. Cierre

REVISIÒN DE COMPROMISOS

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

TOTAL, COMPROMISOS	COMPROMISOS RESUELTOS	% CUMPLIMIENTO

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

Se reúnen los profesionales:

- ALEJANDRO GIRALDO
- MANUELA GALVIS
- SANTIAGO OSORIO
- MARIANA TAUTIVA
- CARLOS CHIRIVI
- SANTIAGO SALAZAR

Con la moderación del señor Alejandro Giraldo, se desarrollaron cada uno de los ítems planteados desde el orden del día. Entre otros:

1. ¿Que es el Sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo?, ¿Cuál es su papel y relevancia en los propósitos del consorcio Vida Plena con respecto a la atenciòn del adulto mayor?
2. Diferenciación de los tipos de contratos
3. ARL y sus bondades contractuales – manejo de planilla para reportar incidentes o accidentes laborales – formatos de remisión.
4. Lectura del documento SG-SST, fundamentos y precisiones, realizado por el señor ALEJANDRO GIRALDO.
5. Sesión de preguntas y respuestas.
6. Cierre de la reunión

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

FECHA: 9 de abril de 2025	TEMA: SG-SST

COMPROMISOS ADQUIRIDOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA DE CUMPLIMIENTO**
Conformación comités	SG-SST y miembros del equipo de trabajo	Viernes 25 de abril de 2025
Capacitación para los adultos mayores sobre higiene postural	SG-SST, deportes y fisioterapia	Martes 22 de abril de 2025

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	**NOMBRE**	**IDENTIFICACIÒN**	**SEDE**	**CARGO**	**FIRMA**
1	Carlos Chirivi	94.498.660	Cerritos	Deportes	
2	Santiago Moisa B	1088352373	Cerritos	Deportes	
3	Manela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manela G.
4	Santiago Salazar	1011034346	Cerritos	Salvavidas	
5	MARIANA TAFUTIVA L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
6	Manela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manela G.
7	Alejandro Giraldo	10.011.762	Cerritos	SST	
8	Kelvin Chavez	1084096244	Cerritos	Deportes	
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

CONSORCIO VIDA PLENA

NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller__Sesión Grupal___Sesión Individual _

FECHA: 22 DE ABRIL DE 2025	**NÙMERO DE ACTA: 7**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 9:00 am
RESPONSABLE: ÁREA DE DEPORTES **TEMA:** CRONOGRAMAS	**HORA FINAL:** 10:00 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: Fomentar la conexión entre generaciones mediante la creación de una huerta comunitaria que simbolice el ciclo de la vida, el aprendizaje mutuo y el cuidado compartido.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT 901.826.616-0

DESARROLLO:

- Presentación del cronograma mensual del área de deportes.
- Revisión de actividades físicas actuales.
- Propuestas de nuevas actividades recreativas y deportivas.
- Aprobación de horarios y responsables.
- Observaciones generales.

1. **Presentación del cronograma:**
   Se presentó el cronograma de actividades físicas y deportivas para el mes de mayo 2025, incluyendo:
   - Caminatas grupales.
   - Gimnasia musicalizada.
   - Juegos recreativos con material adaptado.
   - Mantenimiento de la fuerza.
2. **Revisión de actividades actuales:**
   Se evaluó el nivel de participación y de la actitud y proposición de todos los profesionales. Se pidió por parte de la coordinación ayudar con el comedor por cronograma y a su vez con el transporte de los beneficiarios.
3. **Aprobación de horarios y responsables:**
   Todos los presentes aprobaron el cronograma presentado. Se asignaron responsables por actividad y se acordó incluir una evaluación mensual por parte del área.
4. **Observaciones:**
   - Se recordó mantener la hidratación y monitoreo médico durante las actividades.
   - Se solicitó mayor difusión del cronograma entre los usuarios mediante carteleras y recordatorios hablados.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÒN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
2	MARIANA TÁBITA L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
3	Santiago Obito B	1088357373	Cerritos	Deportes	
4	Kevin Chaver	1089006249	Cerritos	Deportes	
5	Carlos Chaver	94.1148668	Cerritos	Deporte	
6	Vanessa Hernandez	1088348858	Cerritos	Deportes	
7	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA

NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller__Sesión Grupal___Sesión Individual _

FECHA: 22 DE ABRIL DE 2025	**NÙMERO DE ACTA: 7**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 9:00 am
RESPONSABLE: ÁREA DE DEPORTES **TEMA:** CRONOGRAMAS	**HORA FINAL:** 10:00 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: Fomentar la conexión entre generaciones mediante la creación de una huerta comunitaria que simbolice el ciclo de la vida, el aprendizaje mutuo y el cuidado compartido.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT 901.826.616-0

DESARROLLO:

- Presentación del cronograma mensual del área de deportes.
- Revisión de actividades físicas actuales.
- Propuestas de nuevas actividades recreativas y deportivas.
- Aprobación de horarios y responsables.
- Observaciones generales.

1. **Presentación del cronograma:**
   Se presentó el cronograma de actividades físicas y deportivas para el mes de mayo 2025, incluyendo:
   - Caminatas grupales.
   - Gimnasia musicalizada.
   - Juegos recreativos con material adaptado.
   - Mantenimiento de la fuerza.
2. **Revisión de actividades actuales:**
   Se evaluó el nivel de participación y de la actitud y proposición de todos los profesionales. Se pidió por parte de la coordinación ayudar con el comedor por cronograma y a su vez con el transporte de los beneficiarios.
3. **Aprobación de horarios y responsables:**
   Todos los presentes aprobaron el cronograma presentado. Se asignaron responsables por actividad y se acordó incluir una evaluación mensual por parte del área.
4. **Observaciones:**
   - Se recordó mantener la hidratación y monitoreo médico durante las actividades.
   - Se solicitó mayor difusión del cronograma entre los usuarios mediante carteleras y recordatorios hablados.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÒN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
2	MARIANA TRUJILLO	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
3	Santiago Osorio B	1088357323	Cerritos	Deportes	
4	Kevin Chaver	1089006249	Cerritos	Deportes	
5	Carlos Chaver	94.483668	Cerritos	Deporte	
6	Vanessa Hernandez	1088348858	Cerritos	Deportes	
7	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- TEST DE MARCHA Y EQUILIBRIO TINETTI	FECHA: 07-09-2023

NOMBRE DE USUARIO Jair de Jesus londoño EDAD: 59 años

EVALUADOR: MANUELA GALVIS

ESCALA DE TINETTI. PARTE I: EQUILIBRIO

Instrucciones: sujeto sentado en una silla sin brazos

EQUILIBRIO SENTADO	
Se inclina o desliza en la silla.....	~~0~~
Firme y seguro.....	1
LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	~~0~~
Capaz utilizando los brazos como ayuda.....	1
Capaz sin utilizar los brazos.....	2
INTENTOS DE LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	0
Capaz, pero necesita más de un intento.....	~~1~~
Capaz de levantarse con un intento.....	2
EQUILIBRIO INMEDIATO (5) AL LEVANTARSE	
Inestable (se tambalea, mueve los pies, marcado balanceo del tronco)...	~~0~~
Estable, pero usa andador, bastón, muletas u otros objetos.....	1
Estable sin usar bastón u otros soportes.....	2
EQUILIBRIO EN BIPEDESTACION	
Inestable.....	~~0~~
Estable con aumento del área de sustentación (los talones separados más de 10 cm.) o usa bastón, andador u otro soporte.....	1
Base de sustentación estrecha sin ningún soporte.....	2
EMPUJON (sujeto en posición firme con los pies lo más juntos posible; el examinador empuja sobre el esternón del paciente con la palma 3 veces).	
Tiende a caerse.....	~~0~~
Se tambalea, se sujeta, pero se mantiene solo.....	1
Firme.....	2
OJOS CERRADOS (en la posición anterior)	
Inestable.....	~~0~~
Estable.....	1
GIRO DE 360°	
Pasos discontinuos.....	~~0~~
Pasos continuos.....	1
Inestable (se agarra o tambalea).....	~~0~~
Estable.....	1
SENTARSE	
Inseguro.....	~~0~~
Usa los brazos o no tiene un movimiento suave.....	1
Seguro, movimiento suave.....	2

TOTAL EQUILIBRIO / 16

ESCALA DE TINETTI. PARTE II: MARCHA

Instrucciones: el sujeto de pie con el examinador camina primero con su paso habitual, regresando con "paso rápido, pero seguro" (usando sus ayudas habituales para la marcha, como bastón o andador)

COMIENZA DE LA MARCHA (inmediatamente después de decir "camine"	
Duda o vacila, o múltiples intentos para comenzar.....	~~0~~
No vacilante.....	1
LONGITUD Y ALTURA DEL PASO	
El pie derecho no sobrepasa al izquierdo con el paso en la fase de balanceo.....	~~0~~
El pie derecho sobrepasa al izquierdo.....	1
El pie derecho no se levanta completamente del suelo con el paso n la fase del balanceo.....	0
El pie derecho se levanta completamente.....	~~1~~
El pie izquierdo no sobrepasa al derecho con el paso en la fase del balanceo.....	0
El pie izquierdo sobrepasa al derecho con el paso.....	~~1~~
El pie izquierdo no se levanta completamente del suelo con el paso en la fase de balanceo.....	~~0~~
El pie izquierdo se levanta completamente.....	1
SIMETRIA DEL PASO	
La longitud del paso con el pie derecho e izquierdo es diferente (estimada).....	~~0~~
Los pasos son iguales en longitud.....	1
CONTINUIDAD DE LOS PASOS	
Para o hay discontinuidad entre pasos.....	~~0~~
Los pasos son continuos.....	1
TRAYECTORIA (estimada en relación con los baldosines del suelo de 30 cm. de diámetro; se observa la desviación de un pie en 3 cm. De distancia)	
Marcada desviación.....	~~0~~
Desviación moderada o media, o utiliza ayuda.....	1
Derecho sin utilizar ayudas.....	2
TRONCO	
Marcado balanceo o utiliza ayudas.....	~~0~~
No balanceo, pero hay flexión de rodillas o espalda o extensión hacia fuera de los brazos.....	1
No balanceo no flexión, ni utiliza ayudas.....	2
POSTURA EN LA MARCHA	
Talones separados.....	~~0~~
Talones casi se tocan mientras camina.....	~~1~~

TOTAL MARCHA / 12
TOTAL GENERAL / 28

1. Tinetti, M.E.; Williams, T. Frankin; Mayewski, R. (1986). "Fall risk index for elderly patients based on number of chronic disabilities". *American Journal of Medicine* **80** (3): 429–434. PMID 3953620.

2. Tinetti, M.E., Baker, D.I., Gottschalk, M., Garrett, P., McGeary, S., Pollack, D. y Charpentier, P. 1997, «Systematic home-based physical and functional therapy for older persons afterhip fracture», *Arch Phys Med Rehabil*, 78 (11): 1237-1247.
3. Tinetti, M.E., Mendes de León, C.F., Doucette, J.T. y Baker, D.I. 1994, «Fear of falling and fallrelated efficacy in relationship to functioning among community-living elders», *J Gerontol*, 49 (3): 140-147.

Observaciones:

1. Operado corazón abierto
2. Diabetico
3. Hipertenso
4. Discapacidad Visual
5. Hernias discales

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- TEST DE MARCHA Y EQUILIBRIO TINETTI	FECHA: 07-09-2023

NOMBRE DE USUARIO Hernando Ramirez EDAD: 58 años

EVALUADOR: MANUELA GALVIS.

ESCALA DE TINETTI. PARTE I: EQUILIBRIO

Instrucciones: sujeto sentado en una silla sin brazos

EQUILIBRIO SENTADO	
Se inclina o desliza en la silla.....	0
Firme y seguro.....	X 1
LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	0
Capaz utilizando los brazos como ayuda.....	X
Capaz sin utilizar los brazos.....	2
INTENTOS DE LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	0
Capaz, pero necesita más de un intento.....	1
Capaz de levantarse con un intento.....	2
EQUILIBRIO INMEDIATO (5) AL LEVANTARSE	
Inestable (se tambalea, mueve los pies, marcado balanceo del tronco)...	0
Estable, pero usa andador, bastón, muletas u otros objetos.....	X
Estable sin usar bastón u otros soportes.....	2
EQUILIBRIO EN BIPEDESTACION	
Inestable.....	0
Estable con aumento del área de sustentación (los talones separados más de 10 cm.) o usa bastón, andador u otro soporte.....	X
Base de sustentación estrecha sin ningún soporte.....	2
EMPUJON (sujeto en posición firme con los pies lo más juntos posible; el examinador empuja sobre el esternón del paciente con la palma 3 veces).	
Tiende a caerse.....	0
Se tambalea, se sujeta, pero se mantiene solo.....	X
Firme.....	2
OJOS CERRADOS (en la posición anterior)	
Inestable.....	0
Estable.....	X
GIRO DE 360°	
Pasos discontinuos.....	0
Pasos continuos.....	X
Inestable (se agarra o tambalea).....	0
Estable.....	X
SENTARSE	
Inseguro.....	0
Usa los brazos o no tiene un movimiento suave.....	X
Seguro, movimiento suave.....	2

TOTAL MARCHA / 12
TOTAL GENERAL / 28

1. Tinetti, M.E.; Williams, T. Frankin; Mayewski, R. (1986). "Fall risk index for elderly patients based on number of chronic disabilities". *American Journal of Medicine* **80** (3): 429–434. PMID 3953620.

2. Tinetti, M.E., Baker, D.I., Gottschalk, M., Garrett, P., McGeary, S., Pollack, D. y Charpentier, P. 1997, «Systematic home-based physical and functional therapy for older persons afterhip fracture», *Arch Phys Med Rehabil*, 78 (11): 1237-1247.
3. Tinetti, M.E., Mendes de León, C.F., Doucette, J.T. y Baker, D.I. 1994, «Fear of falling and fallrelated efficacy in relationship to functioning among community-living elders», *J Gerontol,* 49 (3): 140-147.

Observaciones:

1. Derrame cerebral (Derecho)

TOTAL EQUILIBRIO / 16

ESCALA DE TINETTI. PARTE II: MARCHA

Instrucciones: el sujeto de pie con el examinador camina primero con su paso habitual, regresando con "paso rápido, pero seguro" (usando sus ayudas habituales para la marcha, como bastón o andador)

COMIENZA DE LA MARCHA (inmediatamente después de decir "camine"	
Duda o vacila, o múltiples intentos para comenzar.....	0
No vacilante.....	1
LONGITUD Y ALTURA DEL PASO	
El pie derecho no sobrepasa al izquierdo con el paso en la fase de balanceo.....	0
El pie derecho sobrepasa al izquierdo.....	1
El pie derecho no se levanta completamente del suelo con el paso n la fase del balanceo.....	0
El pie derecho se levanta completamente.....	1
El pie izquierdo no sobrepasa al derecho con el paso en la fase del balanceo.....	0
El pie izquierdo sobrepasa al derecho con el paso.....	1
El pie izquierdo no se levanta completamente del suelo con el paso en la fase de balanceo.....	0
El pie izquierdo se levanta completamente.....	1
SIMETRIA DEL PASO	
La longitud del paso con el pie derecho e izquierdo es diferente (estimada).....	0
Los pasos son iguales en longitud.....	1
CONTINUIDAD DE LOS PASOS	
Para o hay discontinuidad entre pasos.....	0
Los pasos son continuos.....	1
TRAYECTORIA (estimada en relación con los baldosines del suelo de 30 cm. de diámetro; se observa la desviación de un pie en 3 cm. De distancia)	
Marcada desviación.....	0
Desviación moderada o media, o utiliza ayuda.....	1
Derecho sin utilizar ayudas.....	2
TRONCO	
Marcado balanceo o utiliza ayudas.....	0
No balanceo, pero hay flexión de rodillas o espalda o extensión hacia fuera de los brazos.....	1
No balanceo no flexión, ni utiliza ayudas.....	2
POSTURA EN LA MARCHA	
Talones separados.....	0
Talones casi se tocan mientras camina.....	1

CONSORCIO VIDA PLENA NIT: 901.826.616-0 PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS	
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD DOCUMENTAL	
FICHA TECNICA- TEST DE MARCHA Y EQUILIBRIO TINETTI	FECHA: 07-09-2023

NOMBRE DE USUARIO: Luz Marina Rodriguez Rojas EDAD: 61 años

EVALUADOR: Manuela Galvis Martinez

ESCALA DE TINETTI. PARTE I: EQUILIBRIO

Instrucciones: sujeto sentado en una silla sin brazos

EQUILIBRIO SENTADO	
Se inclina o desliza en la silla.....	X 0
Firme y seguro.....	1
LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	0
Capaz utilizando los brazos como ayuda.....	X
Capaz sin utilizar los brazos.....	2
INTENTOS DE LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda.....	0
Capaz, pero necesita más de un intento.....	X
Capaz de levantarse con un intento.....	2
EQUILIBRIO INMEDIATO (5) AL LEVANTARSE	
Inestable (se tambalea, mueve los pies, marcado balanceo del tronco)...	X 0
Estable, pero usa andador, bastón, muletas u otros objetos.....	1
Estable sin usar bastón u otros soportes.....	2
EQUILIBRIO EN BIPEDESTACIÓN	
Inestable.....	0
Estable con aumento del área de sustentación (los talones separados más de 10 cm.) o usa bastón, andador u otro soporte.....	X
Base de sustentación estrecha sin ningún soporte.....	2
EMPUJON (sujeto en posición firme con los pies lo más juntos posible; el examinador empuja sobre el esternón del paciente con la palma 3 veces).	
Tiende a caerse.....	0
Se tambalea, se sujeta, pero se mantiene solo.....	X
Firme.....	2
OJOS CERRADOS (en la posición anterior)	
Inestable.....	X 0
Estable.....	1
GIRO DE 360°	
Pasos discontinuos.....	X 0
Pasos continuos.....	1
Inestable (se agarra o tambalea).....	0
Estable.....	1
SENTARSE	
Inseguro.....	X 0
Usa los brazos o no tiene un movimiento suave.....	1
Seguro, movimiento suave.....	2

TOTAL EQUILIBRIO / 16

ESCALA DE TINETTI. PARTE II: MARCHA

Instrucciones: el sujeto de pie con el examinador camina primero con su paso habitual, regresando con "paso rápido, pero seguro" (usando sus ayudas habituales para la marcha, como bastón o andador)

COMIENZA DE LA MARCHA (inmediatamente después de decir "camine"	
Duda o vacila, o múltiples intentos para comenzar.....	0
No vacilante.....	1
LONGITUD Y ALTURA DEL PASO	
El pie derecho no sobrepasa al izquierdo con el paso en la fase de balanceo.....	0
El pie derecho sobrepasa al izquierdo.....	1
El pie derecho no se levanta completamente del suelo con el paso n la fase del balanceo.....	0
El pie derecho se levanta completamente.....	1
El pie izquierdo no sobrepasa al derecho con el paso en la fase del balanceo.....	0
El pie izquierdo sobrepasa al derecho con el paso.....	1
El pie izquierdo no se levanta completamente del suelo con el paso en la fase de balanceo.....	0
El pie izquierdo se levanta completamente.....	1
SIMETRIA DEL PASO	
La longitud del paso con el pie derecho e izquierdo es diferente (estimada).....	0
Los pasos son iguales en longitud.....	1
CONTINUIDAD DE LOS PASOS	
Para o hay discontinuidad entre pasos.....	0
Los pasos son continuos.....	1
TRAYECTORIA (estimada en relación con los baldosines del suelo de 30 cm. de diámetro; se observa la desviación de un pie en 3 cm. De distancia)	
Marcada desviación.....	0
Desviación moderada o media, o utiliza ayuda.....	1
Derecho sin utilizar ayudas.....	2
TRONCO	
Marcado balanceo o utiliza ayudas.....	0
No balanceo, pero hay flexión de rodillas o espalda o extensión hacia fuera de los brazos.....	1
No balanceo no flexión, ni utiliza ayudas.....	2
POSTURA EN LA MARCHA	
Talones separados.....	0
Talones casi se tocan mientras camina.....	1

TOTAL MARCHA / 12
TOTAL GENERAL / 28

1. Tinetti, M.E.; Williams, T. Frankin; Mayewski, R. (1986). "Fall risk index for elderly patients based on number of chronic disabilities". *American Journal of Medicine* **80** (3): 429–434. PMID 3953620.

2. Tinetti, M.E., Baker, D.I., Gottschalk, M., Garrett, P., McGeary, S., Pollack, D. y Charpentier, P. 1997, «Systematic home-based physical and functional therapy for older persons afterhip fracture», *Arch Phys Med Rehabil*, 78 (11): 1237-1247.
3. Tinetti, M.E., Mendes de León, C.F., Doucette, J.T. y Baker, D.I. 1994, «Fear of falling and fallrelated efficacy in relationship to functioning among community-living elders», *J Gerontol*, 49 (3): 140-147.

Observaciones:

1. Operación tibia-perone (tornillos)
2. Diabetes
3. Hipertensión
4. Colesterol
5. Balanceo pie izquierdo
6. Escoliosis (Inclinación lado derecho)

FUNDESHO
FUNDACION PARA EL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL SOSTENIBLE

SIRVIENDO PAZ

VIDA Plena

CARLOS CHIRIVI

PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACION

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: **20250401 - 20250430**
Comprobante Número:**213**
Fecha y hora de generación: **30/04/2025 - 09:41 AM**
Fecha y hora de expedición: **30/04/2025 - 09:41 AM**

Empleado: **CARLOS CHIRIVI**
Ciudad: **Pereira**
Identificación: **94498668**
Cargo: **Otros 58**
Salario básico: **$3.800.000**

INGRESOS

Concepto	Inicio	Fin	Porcentaje	Cantidad	Valor
Sueldo				30	$ 3.800.000
Provisión de Cesantías*				0	$ 316.540
Provisión de Intereses de cesantías*				0	$ 37.985
Provisión de Prima*				0	$ 316.540
Provisión de Vacaciones*				0	$ 158.460
			Total Ingresos		**$ 4.629.525**

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

DEDUCCIONES

Concepto	Porcentaje	Valor
Fondo de salud	4.00	$ 152.000
Fondo de pensión	4.00	$ 152.000
	Total Deducciones	**$ 304.000**

LICENCIAS NO REMUNERADAS

Concepto	Inicio	Fin	Cantidad

NETO A PAGAR (Total Ingresos - Total Deducciones)	**$ 4.325.525**

Observaciones:

Condiciones de pago: Transferencia bancaria $ 4.325.525

Soporte de pago: DNE213
CUNE:
08ad5b7657e9924b0fe61023b45746ead32a55e5dd08041adc722f5c3371028689808ef062f28178c250d144be506501

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 CARLOS CHIRIVI identificado(a) con CC 94498668

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			
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	EPS	EPS042	COOSALUD EPS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-05	30	X																	$3,800,000	12.5%	$475,000
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-04	30	X																	$3,800,000	16%	$608,000
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2025-04	30	X																	$3,800,000		$0
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2025-04	30	X																	$3,800,000		$0
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2025-04	30	X																	$0	0%	$0
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILADO	2025-04	30	X																	$0	0%	$0
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-04	30	X																	$3,800,000	2.436%	$92,600
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-04	30	X																	$3,800,000	4%	$152,000
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-04	30	X																	$3,800,000	2%	$76,000
9485120632	1442153795	E	2025-04-29	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-04	30	X																	$3,800,000	3%	$114,000
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	EPS	EPS005	SANITAS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2025-01	30		X																$3,600,000	12.5%	$450,000
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-12	30		X																$3,600,000	16%	$576,000
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	AFP	230301	PORVENIR	FONDO DE SOLIDARIDAD PENSIONAL	2024-12	30		X																$3,600,000		$0
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	AFP	230301	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	SUBCUENTA DE SUBSISTENCIA	2024-12	30		X																$3,600,000		$0
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA EMPLEADOR	2024-12	30		X																$0	0%	$0
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN VOLUNTARIA AFILADO	2024-12	30		X																$0	0%	$0
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	ARL	14-11	ARL SURA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-12	30		X																$3,600,000	0.522%	$18,800
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	CCF	CCF44	COMFAMILIAR RISARALDA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-12	30		X																$4,730,400	4%	$189,300
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	SENA	PASENA	SENA	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-12	30		X																$4,730,400	2%	$94,700
9481338173	1243326244	E	2025-02-04	ICBF	PAICBF	INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2024-12	30		X																$4,730,400	3%	$142,000

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista:	**CARLOS CHIRIVI**
Número del Contrato:	***94498668***
Cargo:	**PROFESIONAL CIENCIAS DEL DEPORTE**
Plazo:	**01 de abril de 2025 a 30 de agosto de 2025**
Periodo:	**01 de abril a 30 de abril de 2025**
Proyecto:	***PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS***

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	OBSERVACIONES

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 ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y la (Resolución Min Salud 055/2018 – Estándar talento humano).	Posterior a la etapa de diagnóstico inicial y/o de entrada, se participa de la conformación del área; y se establecen acciones coordinativas grupales para el desarrollo del plan de trabajo en atención a los ejes principales señalados, en el marco de la primera reunión de área realizada el 22 de abril del año en curso (2025). Se determinan roles, horarios y distribuciones de carga e intensidad de las sesiones que en conjunto con los profesionales de deportes se van a realizar, y se establecen acuerdos con los demás componentes profesionales para el desarrollo de las diferentes actividades en tiempo y espacio. (Este cronograma se establece desde el día 1, se desarrolla como piloto de acción, y se	ANEXO: Primera acta, reunión de equipos de intervención Evidencia fotográfica	Entre otros aportes importantes, se destaca la consecución del cronograma "conjunto" de actividades. También se destaca la adición de los usuarios nuevos del programa, a las evaluaciones correspondientes, test físicos y demás requerimientos de observación que tenemos como herramienta de base para la realización de

	evaluó de manera positiva en la reunión del mes.		los diferentes abordajes.
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 estructura el plan de trabajo, fundamentado en los 4 pilares de intervención: I. Gimnasia de mantenimiento II. Fortalecimiento muscular III. Hidroterapia IV. Actividades recreativas Se realiza la proyección mensual, las estrategias de seguimiento y evaluación, los desarrollos conjuntos y las acciones individuales; y queda evidenciada en un cronograma de actividades. Fechas de reunión, 9 de abril (reunión general y técnica) y 22 de abril de 2025.	ANEXO: Cronograma de actividades	Las actividades planeadas se realizan conforme a lo planeado. El periodo diagnóstico nos permite evidenciar que se ha logrado un sostenimiento de la base física en las personas mayores durante este último trimestre de inactividad.

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.	Se construye de manera coordinada con los profesionales del área este documento – Manual que contiene la información de los protocolos y desempeños esperados en el área de deportes. Desde este documento se desprenden los planes operativos y las fichas sesiones.	Se anexa documento: **PROTOCOLO AREA DE DEPORTES 2025 –** Revisado	Se anexa documento elaborado por el grupo de trabajo
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	Se aplica a la comunidad de personas mayores **nuevas** el test Tinetti, que tiene como objeto entregar datos precisos sobre el equilibrio y la marcha de nuestros beneficiarios en función de su estabilidad física y sus posibilidades y habilidades dentro del desarrollo del programa planteado, así como también para la realización de las actividades de la vida diaria. Esta toma se aplica como test de entrada; esperamos evidenciar transformaciones y cambios positivos en	Registro fotográfico Documentación original formatos aplicados test Tinetti. Usuarios nuevos.	Se evidencia una necesidad generalizada del grupo en los aspectos de equilibrio y postura corporal; tenemos el objetivo principal de disminuir el riesgo de caída y apoyar en el mejoramiento de

	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 atención integral territorial "Maite" – Estrategia A.P.S.	aspectos como la higiene postural y el mejoramiento y sostenimiento del desplazamiento y el movimiento en el test de salida o final. Se realizo en el periodo comprendido entre los días 5 y 25 de abril de 2025.		hábitos de movimiento.
5.	De ser requerido, y ante una detección oportuna de alguna patología, o accidente durante la realización de estas actividades, deberá realizar remisiones externas	De manera articulada con el área de fisioterapia, se realizaron remisiones para la atención de personas que manifestaron lo siguiente: Dolor: Sea este muscular, osteoarticular o neurálgico entre otros.	Evidencia Fotográfica Anexo documento: remisiones a Fisioterapia.	Los beneficiarios que accedieron a las sesiones de fisioterapia, y a quienes les estamos realizando ejercicios específicos, dicen

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.	Dificultad: de desplazamiento o movimiento Antecedentes: en especial de cirugías importantes como de hombro, cadera, fracturas, accidentes recientes o con impacto actual en el desarrollo de sus funciones etc.		estar complacidos de la atención que se les está prestando, del apoyo y la tecnología implementada y denotan sentirse mucho mejor.
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	Esta articulación se estableció el 5 de abril en reunión que tuvo inicio a las 8:00am Se trataron 12 aspectos fundamentales para la atención integral de nuestros beneficiarios y se establecieron compromisos y tareas a realizar. El día 18 de abril de 2025, se realiza el taller de Salud a través de la Higiene Física y corporal, en compañía del	**Anexo**: copia de acta de reunión del área de deportes **Anexo**: Fichas Sesión realizadas en el mes.	El taller se realizó con éxito, la participación de los usuarios fue sobre saliente, muchos de hechos identificando los malos hábitos que los ha llevado a su actual estado de salud. Se establecieron

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.	equipo de enfermería y atención prehospitalaria. Los usuarios manifestaron agrado y relevación frente a la información compartida.	Anexo: Ficha Sesión taller Registro fotográfico	compromisos propios y grupales para la adquisición de mejores hábitos para la vida diaria.
7. Apoyar la realización de los "Encuentros intergeneracionales" y las "escuelas de familia" como estrategias psicosociales de capacitación a cuidadores y como prevención del	El día lunes 28 de abril, en las instalaciones del centro vida cerritos, tuvo lugar el primer encuentro intergeneracional de este año, contando con la visita de la institución educativa Colegio Pino Verde, donde se realizó una jornada de siembra de diferentes especies de árboles y plantas silvestres, en	Evidencia Fotográfica Acta de encuentro intergeneracional.	El encuentro se realizó con éxito, cumpliendo con cada una de las metas propuestas.

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.	la extensión del centro vida preparada logísticamente para dicho fin. La consigna del encuentro giro entorno a la herencia y el legado que, como generaciones, le dejamos a la siguiente, basado en la transmisión directa de sabiduría y consejo, dejando huellas y mensajes para el futuro. çSe realizo apoyo técnico y logístico a este programa, liderado por el componente psicosocial.		
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	Se participo activamente de las visitas que las diferentes secretarias realizan. En este mes, se evidencia desde la supervisión la visita de funcionarios de las secretarias de desarrollo social y económico y de salud. Quienes nos acompañan desde el principio con su consejo y supervisión.	Evidencia Fotográfica Acta visita comisaria de familia	La Visita de las funcionarias de comisaria de familia brindo muchas herramientas que los adultos desconocían sobre sus derechos y de como generar una ruta de atención.

requisitos mínimos esenciales definidos en la Ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y la Resolución Min Salud 055/2018 – Anexo técnico.	También nos acompaño personal de la comisaria de familia, para brindar información relevante para el adulto mayor.		
9. Participar en las reuniones técnicas y capacitaciones, como procesos de inducción y reinducción 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	Se participa de la reunión técnica y de capacitación por parte del consorcio y la secretaria de desarrollo, esta última representada por la doctora Dora Llano. En la inducción se establecieron los lineamientos y normativas en función de las actividades propias del programa a desarrollar, creando los diferentes espacios de participación y los equipos a cargo de cada momento de intervención. Se revisan las actualizaciones en la atención al adulto mayor para este periodo desde las normativas nacionales e internacionales.	Evidencia fotográfica	Se profundiza en la importancia de las consideraciones del eje "vejez", de lo que el momento histórico que vive la persona mayor en Colombia nos invita a atender y, algunas consideraciones adicionales a nuestro quehacer profesional

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 talento humano) – Criterio #11.			



Firma

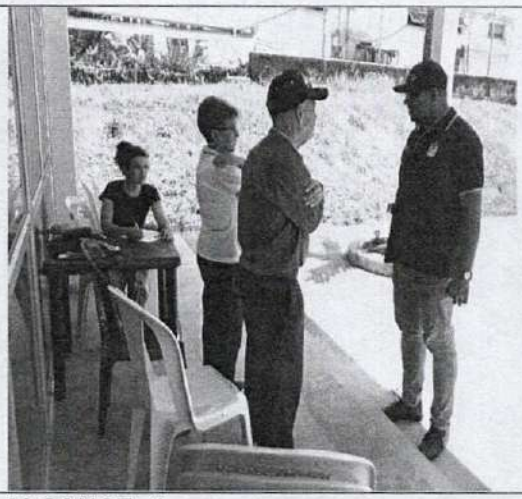
Nombre: CARLOS CHIRIVI

CC. 94.498.668

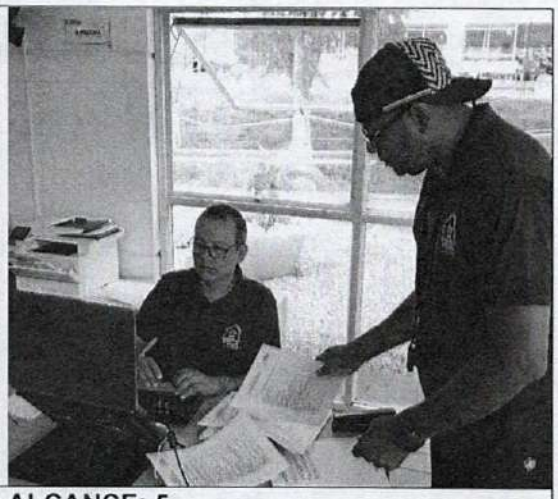
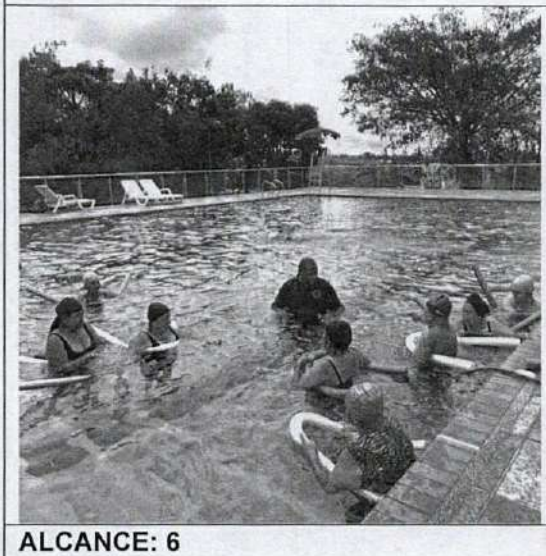
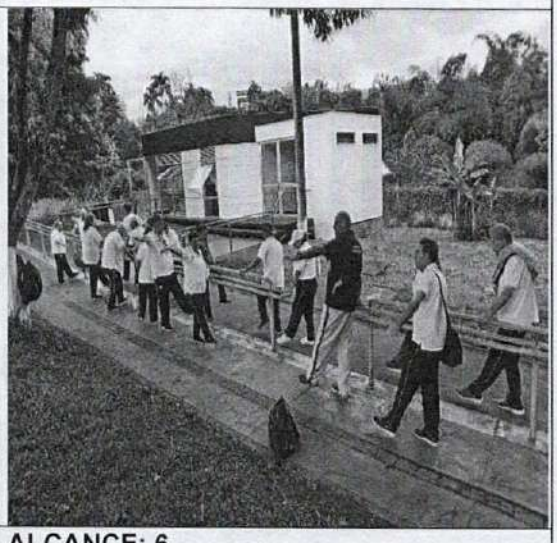
	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**

	
ALCANCE: 1 **ACTIVIDAD:** Reunión de coordinación con el nuevo equipo de trabajo área deportes **FECHA: 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE:** 1 **ACTIVIDAD:** Reunión de coordinación con el nuevo equipo de trabajo área deportes **FECHA: 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos
	
ALCANCE: 1 **ACTIVIDAD:** Reunión de coordinación con el nuevo equipo de trabajo área deportes **FECHA: 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 4** **ACTIVIDAD:** Aplicación a beneficiarios test Tinetti **FECHA: 10 – 20 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos

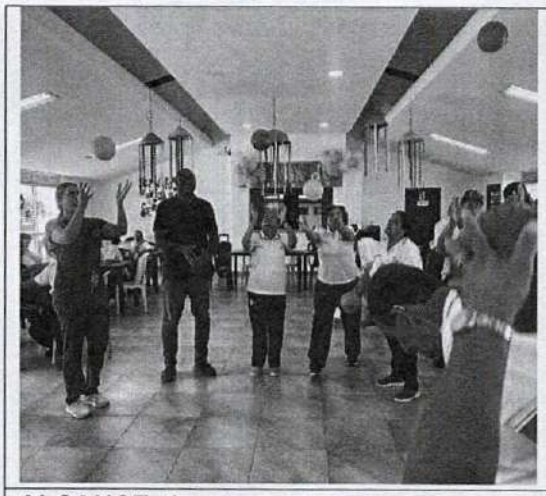
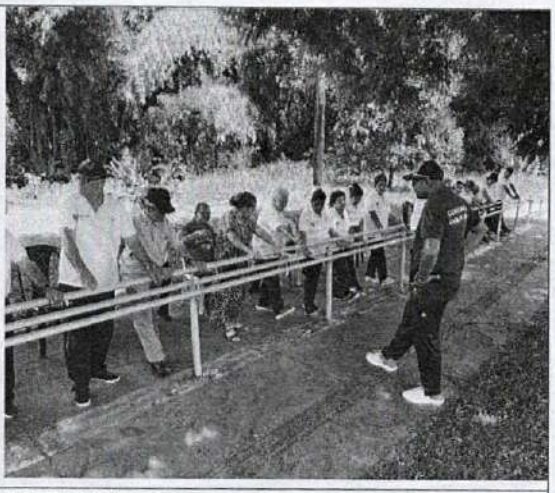
	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**

	
ALCANCE: 4 **ACTIVIDAD:** Aplicación a beneficiarios test Tinetti **FECHA: 10 – 20 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 4** **ACTIVIDAD:** Aplicación a beneficiarios test Tinetti **FECHA: 10 – 20 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos
	
ALCANCE: 4 **ACTIVIDAD:** Aplicación a beneficiarios test Tinetti **FECHA: 10 – 20 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 4** **ACTIVIDAD:** Aplicación a beneficiarios test Tinetti **FECHA: 10 – 20 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**

	
ALCANCE: 5 **ACTIVIDAD:** Remisión Fisioterapia **FECHA: 8, 10 y 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 5** **ACTIVIDAD:** Remisión Fisioterapia **FECHA: 8, 10 y 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos
	
ALCANCE: 6 **ACTIVIDAD:** Desarrollo actividades de los ejes principales (Hidroterapia) **FECHA: 11 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 6** **ACTIVIDAD:** Desarrollo actividades de los ejes principales (Gimnasia) **FECHA:** 17 de abril de 2025 **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos

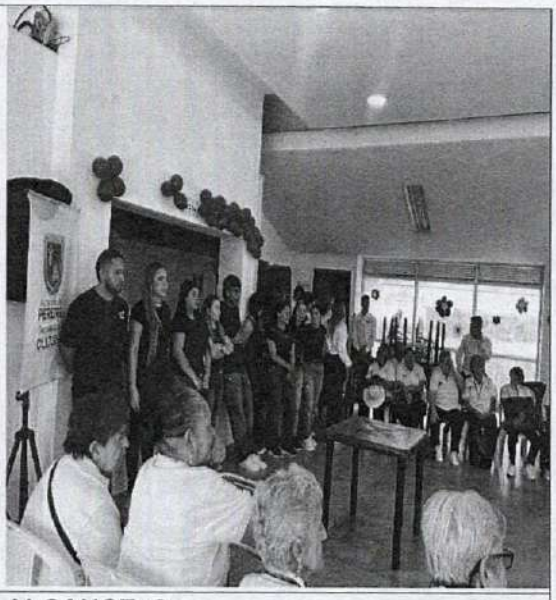
	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**

	
ALCANCE: 6 **ACTIVIDAD:** Desarrollo actividades de los ejes principales (Gimnasia musicalizada con pelotas) **FECHA:** 24 de abril de 2025 **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 6** **ACTIVIDAD:** Desarrollo actividades de los ejes principales (Fortalecimiento muscular) **FECHA: 22 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos
	
ALCANCE: 7 **ACTIVIDAD:** Encuentro intergeneracional "Jornada de Siembra" Herencia de Vida – Colegio Pino Verde **FECHA: 28 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 7** **ACTIVIDAD:** Encuentro intergeneracional "Jornada de Siembra" Herencia de Vida – Colegio Pino Verde **FECHA: 28 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos

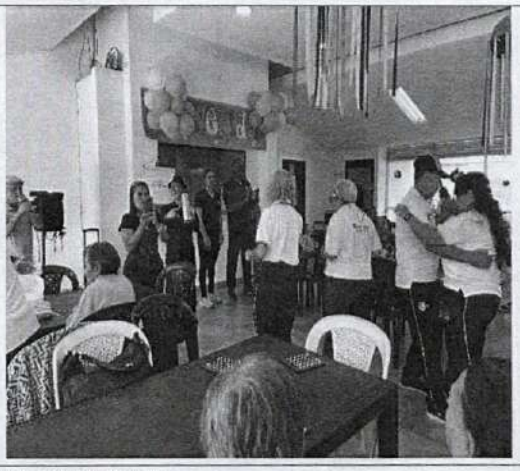
	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**



ALCANCE: 8
ACTIVIDAD: Actividad Cultural Inauguración Centro Vida
FECHA: 1 de abril de 2025
LUGAR: Sede Centro Vida Cerritos



ALCANCE: 8
ACTIVIDAD: Acompañamiento a diferentes secretarias y funcionarios que nos visitan
FECHA: 1 de abril de 2025
LUGAR: Sede Centro Vida Cerritos

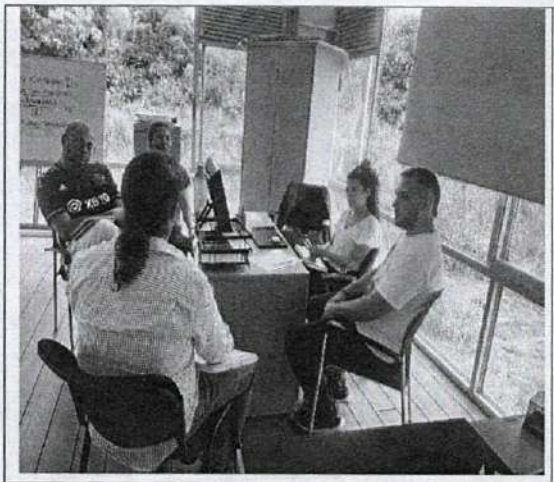
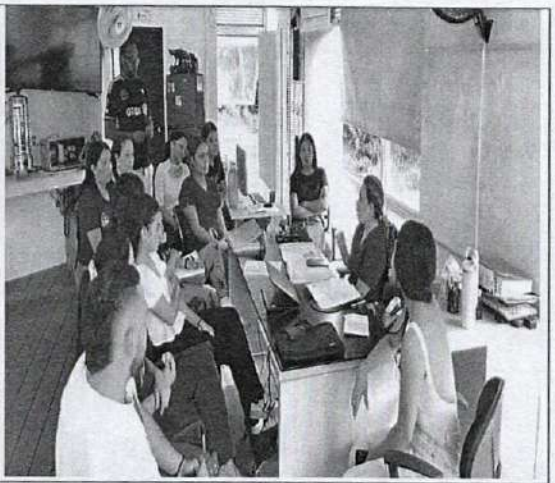


ALCANCE: 8
ACTIVIDAD: Acompañamiento a diferentes secretarias y funcionarios que nos visitan
FECHA: 23 de abril de 2025
LUGAR: Sede Centro Vida



ALCANCE: 9
ACTIVIDAD: Reuniones técnicas con secretaria de Desarrollo de la alcaldía
FECHA: 25 de abril de 2025
LUGAR: Sede Centro Vida Cerritos

	FORMATO REGISTRO FOTOGRAFICO DE ACTIVIDADES. **PERIODO: DE 01 DE ABRIL – 30 DE ABRIL DE 2025**
Versión: 1	**Vigencia: 2025**

	
ALCANCE: 9 **ACTIVIDAD:** Reuniones técnicas - capacitación SG-SST inducción **FECHA: 9 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos	**ALCANCE: 9** **ACTIVIDAD:** Reuniones técnicas – reunión general **FECHA: 9 de abril de 2025** **LUGAR:** Sede Centro Vida Cerritos

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión X **Comité** ___ **Taller**___ **Sesión Grupal** ___ **Sesión Individual** __

FECHA: 05 de Abril 2025	**NÚMERO DE ACTA:** 1
LUGAR: Centro vida cerritos	**HORA DE INICIO:** 2:30
RESPONSABLE: Consorcio vida plena	**HORA FINAL:** 4:30

OBJETIVO DE LA REUNIÒN:
Presentar al consocio vida plena como operador ante el equipo del centro vida cerritos, con el fin de trabajar de manera conjunta para garantizar el suministro de la canasta básica y ofrecer un servicio de excelencia a los adultos mayores.

ORDEN DEL DIA:
1. Presentación del Consorcio vida plena y equipo de trabajo centro vida cerritos.
2. Resolución de preguntas, duda e inquietudes por parte del equipo.
3. Revisión de requerimientos e insumos por área.
4. Intervención de la coordinadora
5. Firma de contratos

Powered by CamScanner

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO
Se realizó la presentación oficial del Consorcio Vida Plena como operador, así como del equipo de trabajo del Centro Vida Cerritos. Se destacaron las funciones y los objetivos como equipo interdisciplinario. Seguidamente, se brindó un espacio abierto para la expresión de dudas o necesidades por parte del personal. Las inquietudes fueron atendidas de manera clara y respetuosa por parte de los representantes del consorcio. También se recibieron observaciones y sugerencias respecto a necesidades específicas en cada área de trabajo, las cuales quedaron registradas para su revisión y seguimiento posterior. Se aclaró que la comida enviada al Centro vida está destinada únicamente para el consumo de los adultos mayores beneficiarios del programa. La coordinadora dirigió un mensaje sobre la importancia de promover un clima laboral saludable, evitar rumores o comentarios malintencionados, fomentar el respeto y la cordialidad, y trabajar en equipo desde la empatía. Finalmente se realizó la respectiva firma de contratos del personal que aún no había formalizado el vínculo laboral con el operador y se estableció que se realizará una reunión el último sábado de cada mes, con el fin de revisar inquietudes, hacer seguimiento a acuerdos y celebrar los cumpleaños del equipo de trabajo.

Powered by CamScanner

FIRMA DE ASISTENTES					
N.°	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Sobanlly Ausla	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
2	Henry Gallegos	10010472	Cerritos	Tec. sistemas	
3	Valentina Ivonne U	1004733413	Cerritos	Psicologa	Valentina Ivonne O.
4	Yemi Moreno	1097332588	Cerritos	Taller	
5	[illegible]	3014041326	Cerritos	Aux-Adm	
6	Manuela Galvis	1088335345	Cervitos	Deportes	Manuela G.
7	MARIBETH ALCARAZ M	1077438616	Cerritos	T. Social	MARIBETH A.M.
8	Lady Tatiana Bolivar C	1088338945	Cerritos	T social	
9	Luisa Muñoz Aragón	1.028031725	Cerritos	Tallerista	
10	Alejandro Giraldo	1001.762	Cerritos	T. ST	
11	Fernanda Arcila	1088015912	Cerritos	Enfermera	
12	Achley Borgos	1002526181	Cerritos	Ax. admón	Achley Borgos
13	Daniela Rosero C	1085396983	Cerritos	Nutricionista	
14	Carlos Chirivi	94.448.668	Cerritos	Deportes	
15	Santiago Salazar	1011034346	Cerritos	Salvavidas	
16	Kevin Chaver	1089096249	Cerritos	Deportes	
17	Santiago García	1074314210	cerrito	APH	
18	Santiago Osorio B	1088355373	Cerritos	Deportes	
19	Veronica Agudelo	1094470857	Cerritos	Gerontologa	
20	Jhon Wilson Torres	1088246910	Cerritos	Aux Adm	
21	[illegible]	14.652280	Cerritos	[illegible]	
22	Daniela Arias Z.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
23	Samuel Salazar	1004752995	Cerritos	Servicios Generales	
24	Viviana Mejía	1088326764	Cerritos	Auxiliar contable	
25					
26					
27					
28					
29					

Powered by CamScanner

CRONOGRAMA SEMANAL
AREAS DE DEPORTES, RECREACION, CULTURA, MANUALIDADES
SEMANA DEL 7 AL 12 DE ABRIL DE 2024

Alcaldía de PEREIRA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
FECHA	7	8	9	10	11	12
8:00 a. m.	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 AM A 8:45 AM	DESAYUNO: SEGÚN CRONOGRAMA					
8:45 AM- 9:00	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE MARIANA)	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE MANUELA)	EVALUACIONES INDIVIDUALES Y BASE DE DATOS	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (CARLOS C)	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (SANTIAGO O)	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR
9:00 AM A 10:00 AM	GIMNASIA MUSICALIZADA CON ELEMENTOS PARA LA ACTIVIDAD. (DIRIGE KEVIN, APOYA EQUIPO DE DEPORTES). HIDROTERAPIA (DIRIGE MARIANA T.)	FORTALECIMIENTO MUSCULAR (DIRIGE MARIANA, APOYA EQUIPO DE DEPORTES) .	ACOMPAÑAMIENTO DE ACTIVIDADES (MANUELA Y MARIANA TALLER) ACOMPAÑAMIENTO AREA DE TRABAJO SOCIAL (SANTIAGO O Y CARLOS C)	ACTIVIDADES AEROBICAS (SANTIAGO O, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	ACTIVIDAD RECREATIVA (DIRIGE MANUELA, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	JUEGOS TRADICIONALES (APOYA TODO EL EQUIPO DE DEPORTES).
10:00 AM A 10:30	REFRIGERIO					
10:30 AM- 11:30 AM	GIMNASIA MUSICALIZADA CON ELEMENTOS PARA LA ACTIVIDAD. (DIRIGE MANUELA, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	FORTALECIMIENTO MUSCULAR (DIRIGE SANTIAGO O, APOYA EQUIPO DE DEPORTES) .	ACOMPAÑAMIENTO DE ACTIVIDADES TALLER (SANTIAGO O Y CARLOS C) ACOMPAÑAMIENTO AREA DE TRABAJO SOCIAL (MARIANA Y MANUELA)	ACTIVIDADES AEROBICAS (DIRIGE CARLOS C, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	ACTIVIDAD RECREATIVA (DIRIGE CARLOS, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	JUEGOS DE ESTIMULACION COGNITIVA (CHARADAS) (APOYA TODO EL EQUIPO DE DEPORTES)
	ACOMPAÑAMIENTO ALMUERZO: SEGÚN CRONOGRAMA					
	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA TARDE EN COMEDOR
1:45 PM - 2:00 PM	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE CARLOS C)	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE MARIANA)	EVALUACIONES INDIVIDUALES Y BASE DE DATOS	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE SANTIAGO O)	CALENTAMIENTO Y MOVILIDAD ARTICULAR (DIRIGE MANUELA)	
2:00 PM A 3:00PM	GIMNASIA MUSICALIZADA CON ELEMENTOS PARA LA ACTIVIDAD. (DIRIGE KEVIN, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	FORTALECIMIENTO MUSCULAR (DIRIGE CARLOS C, APOYA EQUIPO DE DEPORTES) . HIDROTERAPIA (DIRIGE KEVIN)	ACOMPAÑAMIENTO DE ACTIVIDADES TALLER (KEVIN C Y MARIANA T) ACOMPAÑAMIENTO AREA DE TRABAJO SOCIAL (SANTIAGO O Y MANUELA)	ACTIVIDADES AEROBICAS (DIRIGE KEVIN C, APOYA EQUIPO DE DEPORTES) HIDROTERAPIA (DIRIGE MANUELA)	ACTIVIDAD RECREATIVA (DIRIGE MATIANA T, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	
3:00 PM A 3:30 PM	REFRIGERIO					
3:30 PM A 4:30 PM	GIMNASIA MUSICALIZADA CON ELEMENTOS PARA LA ACTIVIDAD. (DIRIGE SANTI OSORIO Y APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	FORTALECIMIENTO MUSCULAR (DIRIGE MANUELA, APOYA EQUIPO DE DEPORTES) .	ACOMPAÑAMIENTO DE ACTIVIDADES TALLER (SANTIAGO O Y MANUELA) ACOMPAÑAMIENTO AREA DE TRABAJO SOCIAL (KEVIN C Y MARIANA)	ACTIVIDADES AEROBICAS (DIRIGE MARIANA T, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	ACTIVIDAD RECREATIVA (DIRIGE SANTIAGO O, APOYA EQUIPO DE DEPORTES)	
4:30 PM A 5:00 PM	ACOMPAÑAMIENTO COMIDA Y SALIDA DE BENEFICIARIOS: SEGÚN CRONOGRAMA					

PRIMERA REMISION A FISIOTERAPIA

PR. CARLOS CHIRIVI – DEPORTES CENTRO VIDA / ABRIL DE 2025.

	NOMBRE	GRUPO / JORNADA	OBSERVACIÓN POR REMITIR	FECHA DE ATENCIÓN/ RECOMENDACIONES DEL PROFESIONAL
2	LIBARDO SALAZAR	MARAVILLOSOS / MAÑANA	FRACTURA MIEMBRO INFERIOR IZQUIERDO HACE UN TIEMPO, PERO CON MUCHO DOLOR, SE APOYA EN BASTON Y SE AGITA CON FACILIDAD, MANIFIESTA TENER **EPOC** (PULMON IZQUIERDO). FRACTURA EN CASA DE CADERA, ESTA EN HOSPITALIZACION ESTA EN CUIDADOS INTENSIVOS	SINTOMAS MANEJABLES. REFIERE UNA HERNIA ABAJO DEL OMBLIGO. SE LE RECOMIENDA ACCIONES DE HIGIENE POSTURAL
3	OLMA MARÍN	MARAVILLOSOS / MAÑANA	MOVILIDAD LIMITADA CON BASTON, NO PUEDE CORRER NI EMPINARSE, EXPRESA TENER MUCHO DOLOR EN LAS PLANTAS DEL PIE .	SE LE REALIZAN EJERCICIOS DE DORCI – PLANTI FLEXIÓN, SE DEBE PRIORIZAR LA ATENCIÓN A SU **TOBILLO DERECHO**, FUE **MAL DIAGNOSTICADA** (LE

				DIJERON QUE NO TENDRÍA MOVILIDAD, PERO CON FORTALECIMIENTO SE RECUPERA – FORTALECER MUSCULOS TIBIALES Y GASTRONEMIOS.
4	JULIO CESAR LOPEZ	MARAVILLOSOS / MAÑANA	DOLOR EN LA PIERNA / PRINCIPIO DE ARTROSIS	TENS, MASAJES Y CALOR SEGUNDA SESION, TENS CALOR Y MASAJE
5	AMPARO MARIN	MARAVILLOSOS / MAÑANA	DOLOR EN PIERNA	ESPOSA DE JULIO, PENDIENTE DE ATENCIÓN POR INCAPACIDAD
6	JOSE REINEL RIOS	MARAVILLOSOS / MAÑANA	SE LE REALIZO CIRUGIA DE RODILLA. REQUIERE APOYO CONSTANTE CON LAS TERAPIAS	TIENE TRANSPLATE DE RODILLA IZQUIERDA, MANEJO DE DOLOR, MASAJE Y APOYO
7	GLADYS SUAREZ	MARAVILLOSOS / MAÑANA	DOLOR MUSCULAR EN PIERNA IZQUIERDA	TENS – MASAJES EN MUSLOS Y MANEJO DEL DOLOR GENERAL SEGUNDA CONSULTA MASAJE, ESTIRAMIENTO Y EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO.
8	LUZ DANIA BETANCOURTH	MARAVILLOSOS / MAÑANA	FUERTE DOLOR EN LAS MANOS / DIAG. TUNEL CARPIANO	TENS – ESTIRAMIENTOS Y MASAJES

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

LIC. CARLOS CHIRIVI – PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 3,10.17 Y 24 MES: ABRIL AÑO: 2025	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: MAÑANA Y TARDE
NOMBRE DE LA SESION	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO - MUSICALIZADO – CON Y SIN ELEMENTOS - AEROBICOS	SESIONES N°4

Objetivo:

Desarrollar ejercicios de gimnasia general que generen un mantenimiento ideal de la condición física de la persona mayor, propendiendo por el mejoramiento de dicha condición en las capacidades básicas y la resistencia aeróbica.

Temas desarrollados:

1. Cuidados especiales en la postura física
2. Coordinación Dinámica General y especifica.
3. Coordinación Rítmico - Musical
4. Mejoramiento de las implicaciones técnicas del movimiento
5. Lateralidad y Equilibrio

Metodología:

Fases Iniciales

Se realizarán calentamientos y estiramientos en orden cefalocaudal y próximo-distal, para generar en este espacio una serie de rutinas que se establecen para todas las acciones motrices a emprender durante las diferentes sesiones.

Los ejercicios iniciales se proponen en su ejecución, realizarlos mayoritariamente de pie, aunque se establecen concesiones para aquellos que por diferentes razones no puedan permanecer continuamente en esta postura. Por ello siempre habrá una silla liviana para el apoyo y los momentos de pausas activas, así como los ejercicios que se programen en esta posición.

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

Adicional a esto, en la gimnasia se explora la conciencia del ritmo y la constante como base del movimiento rítmico; esta conciencia crea una conexión con el ritmo interno de movimiento y pone al equilibrio como base de sustentación al igual que la fuerza y la relajación.

Fases Centrales

Este mes nos centraremos en las siguientes actividades:

1. **RUMBA TROPICAL FOLCLÓRICA:**

Sesión de actividad física dirigida musicalizada que a nivel fisiológico estimula el sistema cardiopulmonar e involucra el trabajo rítmico, segmentación corporal y la memoria motriz a través de movimientos de diferentes géneros musicales. Donde se incluyen ritmos latinos, tropicales, folclor nacional e internacional y nuevas tendencias. Todo desarrollado por medio de una estructura de pasos propios que caracterizan cada uno de los géneros mencionados, impactando a su vez a la comunidad y despertando su agrado por la sesión y la práctica constante de actividad física, esto con el fin de aportar al mejoramiento de los hábitos de vida saludable y la interacción social la comunidad.

2. **GIMNASIA AERÓBICA MUSICALIZADA:**

Sesión de actividad física dirigida musicalizada donde se realizan diversas secuencias coreográficas basadas en la métrica musical de manera continua y precisa, buscando trabajar la coordinación, memoria, lateralidad, ritmo y expresión corporal.

3. **GIMNASIA FUNCIONAL MUSICALIZADA:**

Sesión de actividad física dirigida musicalizada el cual tiene diversos beneficios a la población participante involucrando principios del entrenamiento, métodos de entrenamiento, prescripción del ejercicio, planificación, biomecánica aplicada al ejercicio y diversidad de ejercicios no convencionales.

4.**GIMNASIA AERÓBICA DE MANTENIMIENTO:**

Sesión de actividad física dirigida musicalizada que pretende estimular el sistema cardiovascular

Consorcio VIDA Plena Tu bienestar, nuestra prioridad

mediante la práctica de pasos básicos de la gimnasia aeróbica trabajando la coordinación, lateralidad, resistencia y ubicación espacio-tiempo de manera sencilla y divertida

Fases Finales

La vuelta a la calma en el adulto mayor requiere principalmente de estiramientos generalizados tipo rutina, para que ellos aprendan el orden y la dinámica de los mismos.

La flexibilidad y la elasticidad se pueden recuperar en la medida en que se desafían a los beneficiarios a recuperar sus capacidades físicas básicas.

Adicionalmente, los ejercicios de respiración son vitales para mejorar la oxidación y la capacidad pulmonar, algunos de nuestros beneficiarios están afectados en esta área por diferentes afecciones.

Conclusión:

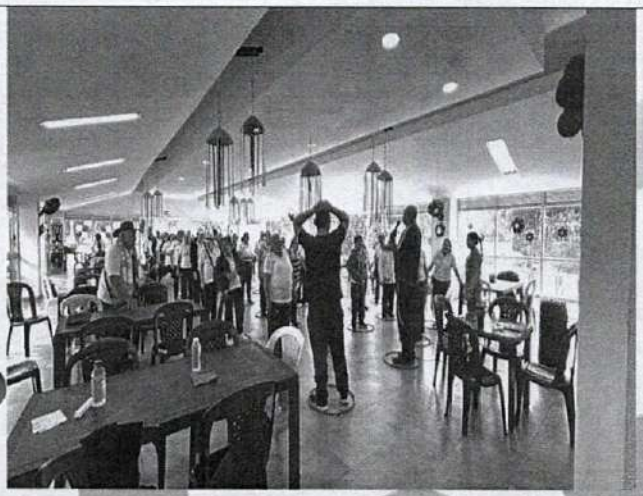
Los beneficiarios reconocen la importancia del programa de Gimnasia y participan activamente de las actividades.

Se pueden evaluar la mejoría general en los adultos mayores en su nivel de resistencia cardio-pulmonar, de hecho, varios de ellos ha regulado el uso de inhaladores de supremil y sabultamol, manifestando mejor capacidad en la toma de aire. Esta es evidencia de que el programa va por buen camino.

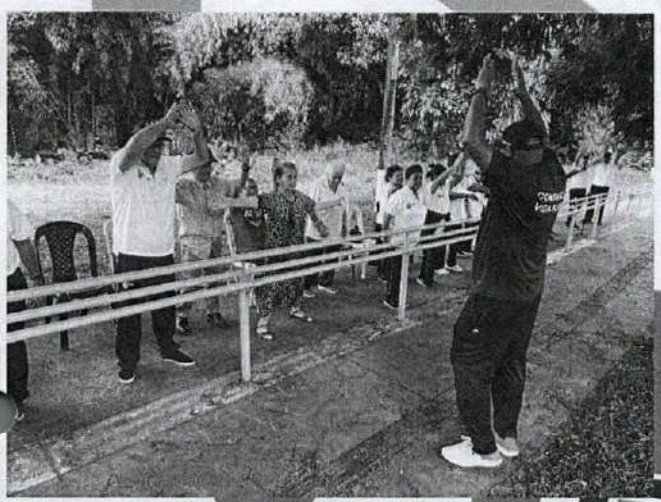
N° ASISTENTES: 80 – 90 PROMEDIO POR JORNADA

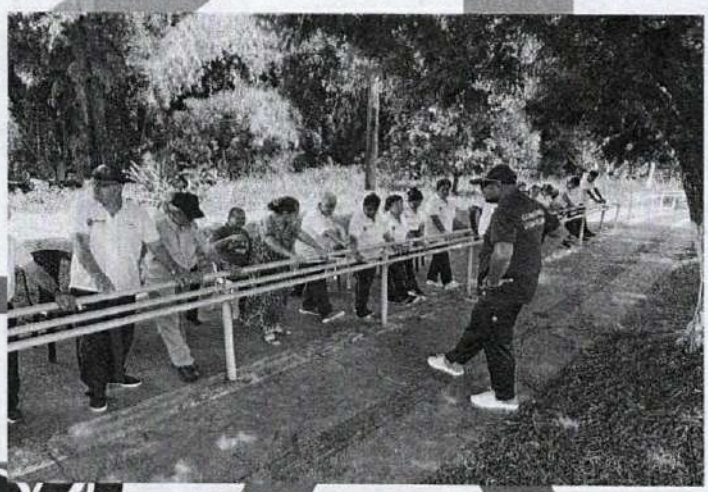
Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

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









Plena

Tu bienestar, nuestra prioridad

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

LIC. CARLOS CHIRIVI – PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 1,8,15 Y 22 MES: ABRIL AÑO: 2025	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: MAÑANA Y TARDE
NOMBRE DE LA SESION	FORTALECIMIENTO MUSCULAR – FULL BODY	SESIONES N° 4

Objetivo:

Realizar acciones y actividades físicas que mejoren el tono muscular y la postura corporal, desarrollando un énfasis especial en los miembros superiores e inferiores y la musculación del tronco.

Temas desarrollados:

1. Cuidados especiales en la postura física
2. La fuerza muscular: conceptos generales y su importancia
3. Fuerza muscular en miembros superiores
4. Articulaciones y sistema conectivo (ligamentos)
5. Fuerza muscular en miembros inferiores

Metodología:

Fases Iniciales

Se realizarán calentamientos y estiramientos en orden cefalocaudal y próximo-distal, para generar en este espacio una serie de rutinas que se establecen para todas las acciones motrices a emprender durante las diferentes sesiones.

Los ejercicios iniciales se proponen en su ejecución, realizarlos mayoritariamente de pie, aunque se establecen concesiones para aquellos que por diferentes razones no puedan permanecer continuamente en esta postura. Por ello siempre habrá una silla liviana para el apoyo y los momentos de pausas activas, así como los ejercicios que se programen en esta posición.

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

Fases Centrales

Este mes nos centraremos en las siguientes actividades:

1. Movilidad y fortalecimiento del grupo de articulaciones (flexo-extensiones con y sin peso, resistencia natural)
2. Fortalecimiento de Músculos principales (hombro: Deltoides, Músculos axioapendiculares anteriores y posteriores – Pierna:
   - Músculos anteriores de la pierna (flexión dorsal), constituidos por los músculos tibial anterior, extensor largo de los dedos, tercer fibular y extensor largo del dedo gordo.
   - Músculos posteriores de la pierna (flexión plantar), constituidos por una capa superficial (compuesta por los músculos gemelos o gastrocnemio, plantar y sóleo) y por una capa profunda (compuesta por los músculos tibial posterior, flexor largo del dedo gordo, poplíteo y flexo largo de los dedos).
   - Músculos laterales de la pierna (fibular), constituidos por el músculo fibular largo y el músculo fibular corto.

Fases Finales

La vuelta a la calma en el adulto mayor requiere principalmente de estiramientos generalizados tipo rutina, para que ellos aprendan el orden y la dinámica de los mismos.

La flexibilidad y la [illegible] pueden recuperar en la medida en que se desafían a los beneficiarios a recuperar sus capacidades físicas básicas.

Adicionalmente, los ejercicios de respiración son vitales para mejorar la oxidación y la capacidad pulmonar, algunos de nuestros beneficiarios están afectados en esta área por diferentes afecciones.

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

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

Conclusión:

Los beneficiarios reconocen la importancia del programa de fortalecimiento y participan activamente de las actividades.

Se nota un incremento importante este mes, en la capacidad y velocidad del esfuerzo durante las sesiones de fortalecimiento. (por ejemplo, en 30 segundos promediaban de 6 a 8 flexo – extensiones de brazo, ahora podemos promediar de 8 a 10 repeticiones)

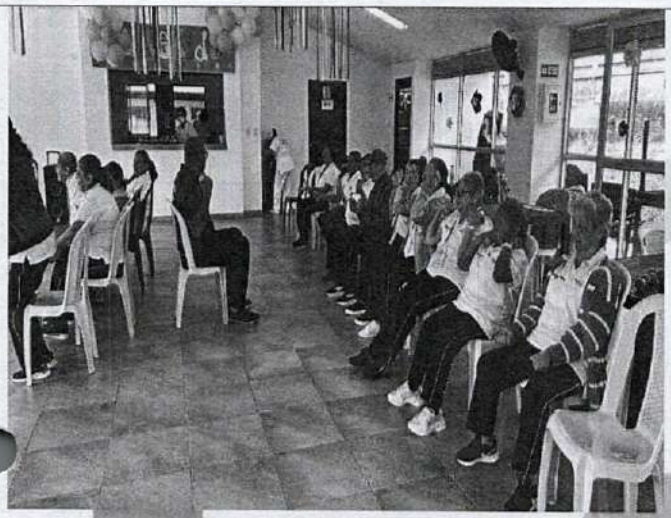
Se puede observar mejora en la resistencia física, desarrollan desplazamientos de manera más eficiente.

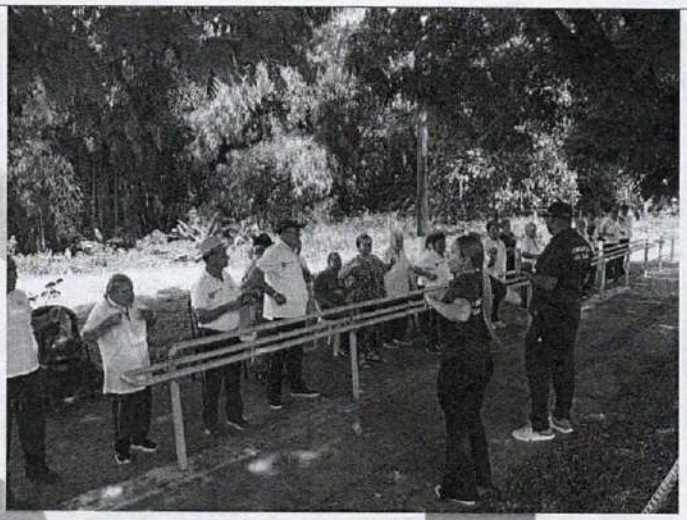
N° ASISTENTES: 80 – 90 PROMEDIO POR JORNADA

Consorcio VIDA Plena

Tu bienestar, nuestra prioridad

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









VIDA Plena

Tu bienestar, nuestra prioridad

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

LIC. CARLOS CHIRIVI – PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	Día: 4,5,11,12,18,19,25 y 26 MES: ABRIL AÑO: 2025	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	Centro Vida CERRITOS	JORNADA: MAÑANA Y TARDE
NOMBRE DE LA SESION	ACTIVIDADES RECREATIVAS	SESIONES N° 8

Objetivo:

Optimizar el aprovechamiento del tiempo libre a través de actividades lúdica y recreativas, que invitan al adulto del centro vida, a disfrutar de cada instante de su vida, en medio de cada situación, reto o dificultad que se le plantea, sabiendo que el juego es la cosa "más seria" que podemos hacer en comunidad.

Temas desarrollados:

1. El juego: El elemento más serio de la vida
2. Importancia de la lúdica y las actividades recreativas
3. Juegos dinámicos generales y rondas
4. Juegos de mesa: Bingo, Parques, ajedrez y domino
5. Juego tradicional: Sapo o rana

Metodología:

Fases Iniciales

Se realizarán siempre actividades tipo rompehielos para unir los grupos y generar expectativa sobre la actividad a realizar.

Siempre desde el humor, desde el buen ánimo y desde la picardía, invitaremos a nuestros beneficiarios a sonreír y a disfrutar lo que vayamos a realizar, sin importar que haya alguna limitación.

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

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

Fases Centrales

Este mes nos centraremos en las siguientes actividades:

1. Recreación Masiva: Juegos de acción-reacción para motivar la atención y la concentración
2. Rondas: el torero y el tallarín será nuestras rondas a abordar
3. Juegos de memorización
4. Juegos de mesa
5. Juegos tradicionales
6. Bingo bailable (todos los sábados)

Fases Finales

Siempre trataremos de realizar retroalimentaciones, donde ellos puedan compartir su experiencia, sus recuerdos, su idiosincrasia, sus sueños anhelos presentes, y de alguna manera, sus sentimientos y emociones vividos

Conclusión:

La recreación y la propuesta de aprovechamiento del tiempo libre es de vital importancia para nuestras personas mayores; seguiremos implementando cada vez más actividades, en especial las tradicionales que evocan recuerdos de niñez y de momentos importantes para la memoria.

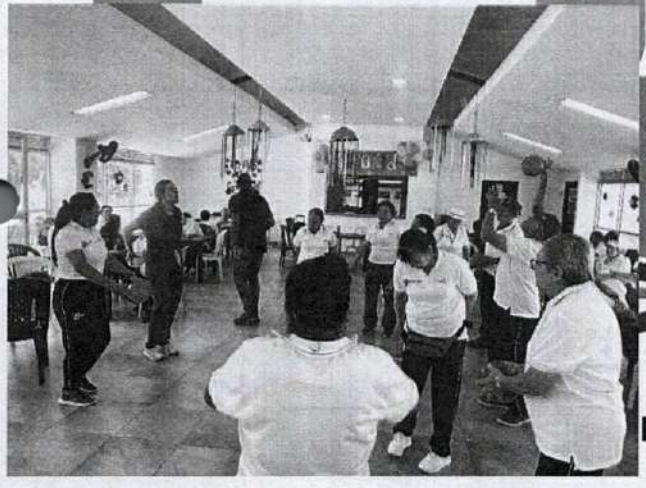
Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

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: 80 – 90 PROMEDIO POR JORNADA









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

LIC. CARLOS CHIRIVI – PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE

PROGRAMA CENTRO VIDA CERRITOS		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**Día: 4,11,18 Y 25 MES: ABRIL AÑO: 2025**	
LUGAR DE LA ACTIVIDAD	**Centro Vida CERRITOS**	**JORNADA: MAÑANA Y TARDE**
NOMBRE DE LA SESION	**HIDROTERAPIA / ACUATERAPIA**	**SESIONES N° 4**

Objetivo:

Adquirir herramientas para el mejoramiento de la movilidad articular, el fortalecimiento estructural y la capacidad respiratoria, en el desarrollo de actividades de hidro – terapia, fomentando la confianza y el disfrute del medio acuático.

Temas desarrollados:

1. Flotación y respiración acuática
2. Movilidad y fortalecimiento
3. Dinámicas de desplazamiento en diferentes lateralidades.

Metodología:

Fases Iniciales

Se realizarán calentamientos específicos en orden cefalocaudal y próximo-distal, para generar en este espacio una serie de rutinas que se establecen para todas las acciones motrices a emprender durante las diferentes sesiones.

Los ejercicios iniciales se proponen en su ejecución realizarlos mayoritariamente de pie, aunque se establecen concesiones para aquellos que por diferentes razones no puedan permanecer continuamente en esta postura. Por ello siempre habrá una silla liviana para el apoyo y los momentos de pausas activas, así como los ejercicios que se programen en esta posición.

Cambio y adaptación del traje de baño. En este punto tomamos todos los cuidados posibles para que la persona mayor pueda acceder con seguridad a la zona de cambio, baños y zonas húmedas para su preparación para la clase. Se solicita que el vestido de baño sea de una pieza compuesta, de lycra preferiblemente al igual que su gorro (El uso de gafas es opcional, no lo recomendamos desde el

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

programa, ya que la presión que ejerce en los ojos puede afectar a los ojos de un adulto que por su edad puede presentar dificultades visuales, de córnea y demás).

Fases Centrales

Los ejercicios acuáticos son una actividad de bajo impacto que disminuye la presión sobre los huesos, las articulaciones y los músculos. El agua también ofrece resistencia natural, lo que puede ayudar a fortalecer los músculos.

Los ejercicios acuáticos también pueden tener muchos beneficios para la salud, como mejorar la salud cardíaca, reducir el estrés y mejorar la resistencia y la fuerza muscular. Hacer ejercicio en el agua puede ser una gran forma de sumar la actividad física a tu vida. También puede ser una forma útil para que los adultos mayores hagan actividad física. Puedes hacer ejercicios acuáticos, aunque no sepas nadar. Los ejercicios acuáticos también pueden mejorar el uso de las articulaciones y disminuir el dolor si tienes osteoartritis.

Nuestras actividades centrales serán:

1. Burbujas: técnica de respiración estática y dinámica
2. Coordinación y lateralidad: Desplazamientos dirigidos con el acompañamiento de música rítmica, para mejorar el estado físico general.
3. Saltabilidad y estabilidad articular: se estimulará al beneficiario a realizar movilizaciones que mejoren su equilibrio y percepción temporo-especial.
4. Juegos en parejas y en grupo
5. Relajación y flotabilidad

Fases Finales

La vuelta a la calma en el adulto mayor requiere principalmente de estiramientos generalizados tipo rutina, para que ellos aprendan el orden y la dinámica de los mismos.

La flexibilidad y la elasticidad se pueden recuperar en la medida en que se desafían a los beneficiarios a recuperar sus capacidades físicas básicas.

Consorcio VIDA Plena Tu bienestar, nuestra prioridad

Adicionalmente, los ejercicios de respiración son vitales para mejorar la oxidación y la capacidad pulmonar, algunos de nuestros beneficiarios están afectados en esta área por diferentes afecciones.

Conclusión:

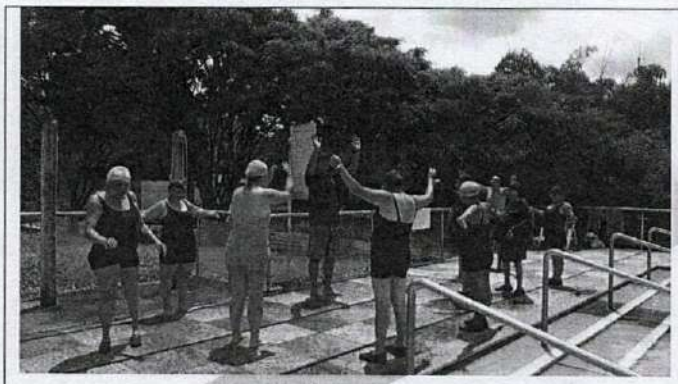
La Hidroterapia muestra ser una herramienta estratégica para el programa, y cada vez se van fortaleciendo los grupos en su participación.

Algunas personas han manifestado su temor a entrar a la piscina, pero poco a poco se van animando a participar

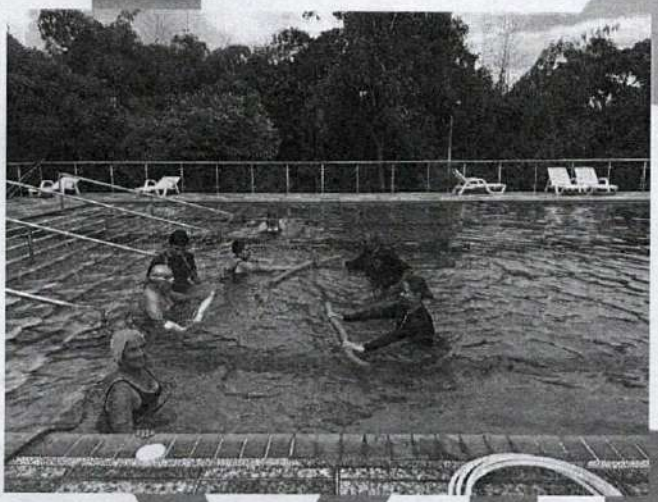
N° ASISTENTES: 15 – 20 POR SESION APROXIMADAMENTE

Consorcio VIDA Plena
Tu bienestar, nuestra prioridad

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









VIDA Plena

Tu bienestar, nuestra prioridad

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión X **Comité** ___ **Taller**___ **Sesión Grupal** ___ **Sesión Individual** __

FECHA: 05 de Abril 2025	**NÚMERO DE ACTA:** 1
LUGAR: Centro vida cerritos	**HORA DE INICIO:** 2:30
RESPONSABLE: Consorcio vida plena	**HORA FINAL:** 4:30

OBJETIVO DE LA REUNIÓN:
Presentar al consocio vida plena como operador ante el equipo del centro vida cerritos, con el fin de trabajar de manera conjunta para garantizar el suministro de la canasta básica y ofrecer un servicio de excelencia a los adultos mayores.

ORDEN DEL DIA:
1. Presentación del Consorcio vida plena y equipo de trabajo centro vida cerritos.
2. Resolución de preguntas, duda e inquietudes por parte del equipo.
3. Revisión de requerimientos e insumos por área.
4. Intervención de la coordinadora
5. Firma de contratos

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO
Se realizó la presentación oficial del Consorcio Vida Plena como operador, así como del equipo de trabajo del Centro Vida Cerritos. Se destacaron las funciones y los objetivos como equipo interdisciplinario. Seguidamente, se brindó un espacio abierto para la expresión de dudas o necesidades por parte del personal. Las inquietudes fueron atendidas de manera clara y respetuosa por parte de los representantes del consorcio. También se recibieron observaciones y sugerencias respecto a necesidades específicas en cada área de trabajo, las cuales quedaron registradas para su revisión y seguimiento posterior. Se aclaró que la comida enviada al Centro vida está destinada únicamente para el consumo de los adultos mayores beneficiarios del programa. La coordinadora dirigió un mensaje sobre la importancia de promover un clima laboral saludable, evitar rumores o comentarios malintencionados, fomentar el respeto y la cordialidad, y trabajar en equipo desde la empatía. Finalmente se realizó la respectiva firma de contratos del personal que aún no había formalizado el vínculo laboral con el operador y se estableció que se realizará una reunión el último sábado de cada mes, con el fin de revisar inquietudes, hacer seguimiento a acuerdos y celebrar los cumpleaños del equipo de trabajo.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
2	Henry Gallegos	10010472	Cerritos	Tec. sistemas	
3	Valentina Loaiza O	1004733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
4	Yemi Moreno	1097332588	Cerritos	Taller	
5	[illegible]	1012404326	Cerritos	Auxiliar	
6	Manuela Galvis	1088335345	Cervitos	Deportes	Manuela G.
7	MARIBETH ALCARAZ M	1077438616	Cerritos	T. Social	MARIBETH. A.M.
8	Lady Tatiana Bolivar C.	1088338945	Cerritos	T. Social	
9	Wisci Muñoz Aragón	1.028.031.125	Cerritos	Tallerista	
10	Mauricio Giraldo	10.011.762	Cerritos	T. SST	
11	Fernanda Arcila	1088015912	Cerritos	Enfermería	
12	Ashley Borgos	1002826181	Cerritos	Ax. admón	Ashley Borgos
13	Daniela Rosero C	1088396983	Cerritos	Nutricionista	
14	Carlos Chirivi	94.493.160	Cerritos	Deportes	
15	Santiago Salazar	1011084346	Cerritos	Salvavidas	
16	Kevin Chaver	1089096249	Cerritos	Deportes	
17	Santiago García	1074314210	cerrito	A.P.H	
18	Santiago Davila B	1088552373	Cerritos	Deportes	
19	Veronica Aguirre	1094470857	Cerritos	Gerontologa	
20	Jhon Wilson Torres	1.088.246.910	Cerritos	Aux Adm	
21	[illegible]	CN. 652280	Cerritos	[illegible]	
22	Daniela Arias Z.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
23	Samuel Salazar	1004752995	Cerritos	Servicios Generales	
24	Viviana Mejia	1088326764	Cerritos	Auxiliar contable	
25	MARINA TRUJILLO L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
26					
27					
28					
29					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ___ Comité ___ Taller___ Sesión Grupal ___ Sesión Individual __

FECHA: 05 de abril del 2025	**NÙMERO DE ACTA:**
LUGAR: Centro vida Cerritos	**HORA DE INICIO: 8:00 am**
RESPONSABLE: Migdy Solanlly Ávila **ELABORADA: Carla Manuela Galvis**	**HORA FINAL: 12:30 pm**

OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Apertura simbólica con el acompañamiento de la secretaría de desarrollo social.

ORDEN DEL DIA:

1. **Bienvenida a los usuarios**
2. **Desayuno según minuta establecida en el cronograma**
3. **Actividad de integración y entrega de banderas a los usuarios por parte de los profesionales.**
4. **Calle de honor por parte de los adultos mayores del centro vida Cerritos.**
5. **Palabras de bienvenida de la doctora Marta Cecilia Álzate la secretaria de desarrollo social y político de la alcaldía de Pereira.**
6. **Palabras de bienvenida por parte de la Coordinadora de los centros vida la doctora Dora Llano.**
7. **Presentación de cantante infantil**
8. **Palabras de agradecimiento y despedida por parte de la secretaría y el equipo centros vida.**
9. **Almuerzo y despedida**
10. **Salida de los usuarios y acompañamiento a sus respectivas rutas.**

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO:

El día 05 de abril se realizó la fiesta de bienvenida con la temática de la ciudad de Pereira en el centro vida Cerritos.

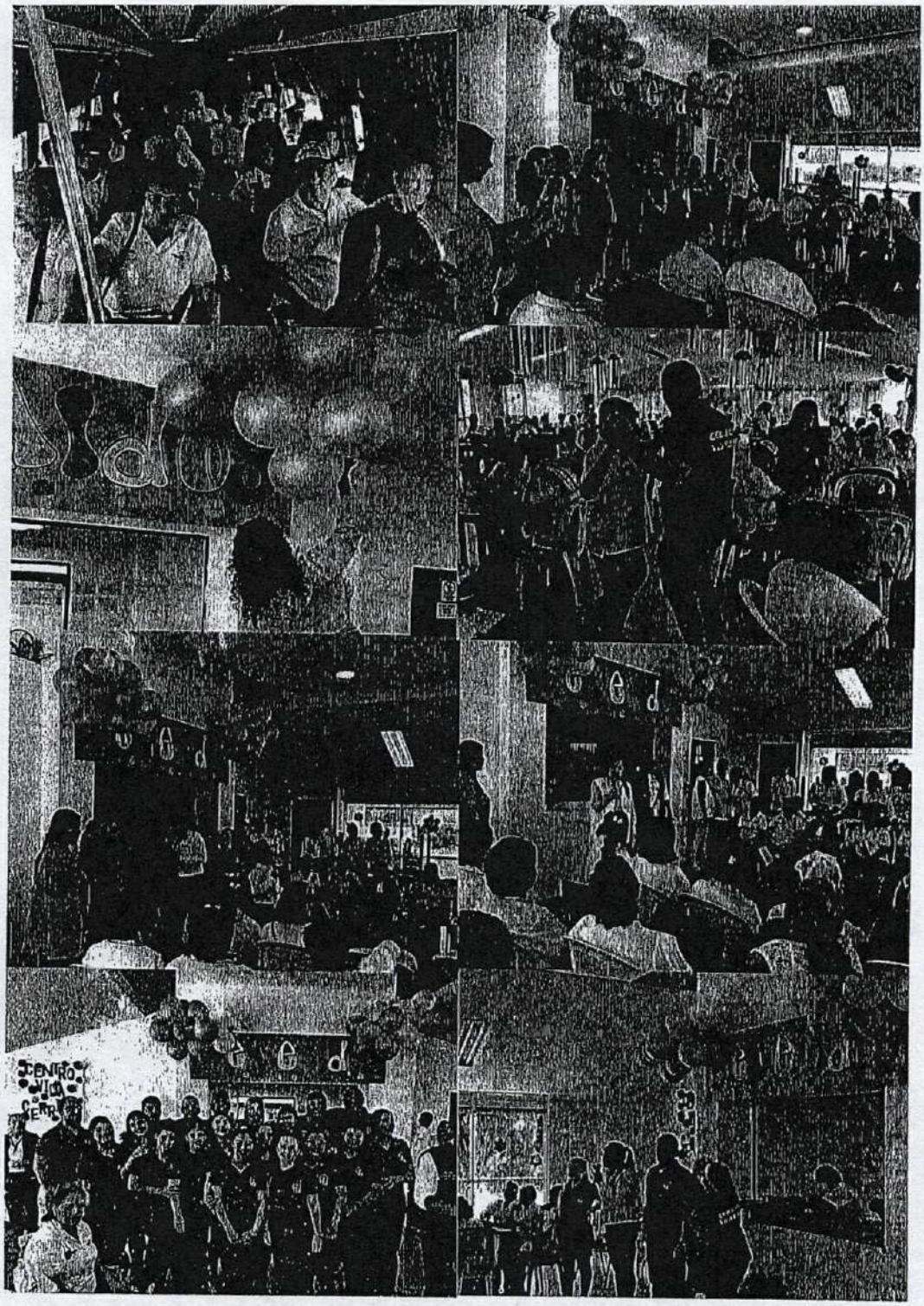
Para esta fiesta Pereirana se unieron las dos jornadas de la mañana y la tarde, para un total de 172 usuarios, distribuidos de la siguiente manera:

89 de la jornada de la mañana

83 de la jornada de la jornada de la tarde

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO
Bienvenida a los usuarios: Se realizó el acompañamiento a las rutas y el ingreso a los usuarios al centro vida Cerritos por parte de todo el equipo profesional del mismo. Desayuno: Seguido, los usuarios recibieron el desayuno establecido para este día de acuerdo a la minuta del programa de alimentación. Actividad de integración: Se realizó una actividad de activación a los usuarios dirigida por el equipo de deportes y con el apoyo de las demás áreas de trabajo. Calle de honor: Los profesionales y los usuarios organizaron el salón y las sillas de manera que quedara una calle de honor para recibir la Secretaría de desarrollo social, además se entregaron unas banderas realizadas por los usuarios con los colores alusivos a la bandera de la cuidad de Pereira. Se ambientó con un cartel de bienvenida y bombas coloridas por parte del equipo de profesionales. Palabras de bienvenida: La doctora Martha Cecilia Álzate pronunció unas palabras de bienvenida, presentó a su equipo de trabajo y algunos usuarios del centro vida Cerritos agradecieron a la secretaría por la visita. La doctora Dora Llano dirigió unas palabras de bienvenida y de reconocimiento a los usuarios y los profesionales. Presentación cantante infantil: Se realizó una presentación con diferentes temas musicales donde los usuarios y el equipo de trabajo disfrutaron de un momento agradable y memorable para todos. Despedida: Se realizó un video con la secretaria, los adultos mayores y los equipos de trabajo, donde se decía la frase: "los mejores centros vida, Pereira los tiene" Y se finalizó con palabras de la coordinadora del centro vida Cerritos la directora Migdy Solanlly Ávila. Almuerzo: Se realizó la entrega de almuerzos a los usuarios de acuerdo a la minuta establecida, se acompañó a los usuarios a las rutas y se hizo el respectivo acompañamiento.


CENTRO
VIDA
PLENA

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinador	
2	Manuela Galvis	1088335345	cerritos	Deportes	Manuela G.
3	Sug Adriana M.	30404326	Cerritos	Auxiliar	
4	MARIBETH ALCARAZ M.	1097438616	Cerritos	T. Social	MARIBETH. A M.
5	Jhan wilson Torres	1088246814	Cerritos	Aux. Adm	
6	Ashley Burgos	1002526151	Cerritos	Aux. adm	Ashley Burgos
7	Henry Gallego R	10010472	Cerritos	Tec sistemas	
8	Viviana Negra	1088326764	Cerritos	Aux contable	
9	Juan Gonzalez	1089098806	Cerritos	S. General	Juan pablo
10	MARIANA TRUJILLO	1225088798	Cerritos	DEPORTES	
11	Lady tatiana Bolivar.	1088338945	Cerritos	T. Social	
12	Verónica Aguirre	1094970857	Cerritos	Gerontologa	
13	Santiago Osorio B	1088357373	Cerritos	Deport.	
14	Luisa Muñoz A.	1.028.031125.	cerritos.	tallerista	
15	Kevin Chavez	1089006244	Cerritos	Deportes	
16	Valentina Loaiza Orozco	1001733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
17	Daniela Arias Z.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
18	Laura Tatiana G.L	1098034303	CERRITOS	AUX de ENFERMERIA	Laura G.L
19	Luisa Fernanda Avila.	1088015917.	Cerritos	Aux de Enfermeria	Luisa Fernanda A.
20	fabian jose Mari	1468280..	Cerritos	tecnico	
21	Alejandro Salazar	1011034346	cerritos	Salvavidas	
22	Carlos Chirivi	94498608	Cerritos	Deportes	
23	Yeimi Moreno	1097332588	Cerritos	taller	

24	Alejandro Giraldo	10.011.767	Cerritos	P. SST	
25	Samuel Salazar	1004752995	cerritos	Servicios Generales	
26	Viviana Mejia	1088326764	cerritos	Aux contable	
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión X Comité ___ Taller___ Sesión Grupal ___ Sesión Individual __

FECHA: miércoles 9 de abril de 2025	**NÙMERO DE ACTA:**
LUGAR: oficina centro vida cerritos	**HORA DE INICIO: 11:30am**
RESPONSABLE: Deportes y SG-SST	**HORA FINAL: 12:40pm**

OBJETIVO DE LA REUNIÒN:
El señor ALEJANDRO GIRALDO, quien lidera el componente de Gestión de Seguridad y salud en el trabajo del programa, convoca al grupo de profesionales del área de deportes para revisar los fundamentos esenciales, principios y normativas a considerar para el excelente desarrollo del quehacer profesional.

ORDEN DEL DIA:
1. **Presentación de los puntos propuestos**
2. **Fundamentos de la seguridad en el trabajo**
3. **Dialogo sobre asuntos por mejorar**
4. **Propuestas y otros**
5. **Cierre**

REVISIÒN DE COMPROMISOS

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

TOTAL, COMPROMISOS	COMPROMISOS RESUELTOS	% CUMPLIMIENTO

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO

Se reúnen los profesionales:

- ALEJANDRO GIRALDO
- MANUELA GALVIS
- SANTIAGO OSORIO
- MARIANA TAUTIVA
- CARLOS CHIRIVI
- SANTIAGO SALAZAR

Con la moderación del señor Alejandro Giraldo, se desarrollaron cada uno de los ítems planteados desde el orden del día. Entre otros:

1. ¿Que es el Sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo?, ¿Cuál es su papel y relevancia en los propósitos del consorcio Vida Plena con respecto a la atenciòn del adulto mayor?
2. Diferenciación de los tipos de contratos
3. ARL y sus bondades contractuales – manejo de planilla para reportar incidentes o accidentes laborales – formatos de remisión.
4. Lectura del documento SG-SST, fundamentos y precisiones, realizado por el señor ALEJANDRO GIRALDO.
5. Sesión de preguntas y respuestas.
6. Cierre de la reunión

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

FECHA: 9 de abril de 2025	TEMA: SG-SST

COMPROMISOS ADQUIRIDOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA DE CUMPLIMIENTO**
Conformación comités	SG-SST y miembros del equipo de trabajo	Viernes 25 de abril de 2025
Capacitación para los adultos mayores sobre higiene postural	SG-SST, deportes y fisioterapia	Martes 22 de abril de 2025

FIRMA DE ASISTENTES

N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÒN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Carlos Chicuy	94.498.660	Cerritos	Deportes	
2	Santiago Mora B	1088352373	Cerritos	Deportes	
3	Manela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manela G.
4	Santiago Salazar	1011034346	cerritos	Salvavidas	
5	MARIANA TÁUTIVA L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
6	Manela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manela G.
7	Alejandro Giraldo	10.011.762	Cerritos	SST	
8	Kelvin Chavez	1084096244	Cervitos	Deportes	
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller__Sesión Grupal___ Sesión Individual _

FECHA:9 DE ABRIL DE 2025	**NÚMERO DE ACTA: 3**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS/ COORDINACIÓN	**HORA DE INICIO: 8:30 am**
RESPONSABLE:	**HORA FINAL: 9:00 am**

OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Socializar e informar sobre los insumos necesarios para el informe de avances solicitado por el consorcio y la alcaldía y distribución de apoyos tanto en ruta como en comedor.

ORDEN DEL DIA:

1. Bienvenida e instalación de la reunión
2. Socialización de informes recientes
3. Revisión de insumos disponibles y requeridos
4. Distribución de tareas del equipo
5. Organización de acompañamientos en rutas
6. Espacio para comentarios y sugerencias
7. Conclusiones y compromisos
8. Cierre de la reunión

REVISIÒN DE COMPROMISOS

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
1.	Realizar cronograma de comedor	Equipo de trabajo	14 de abril			
2.	Realizar cronograma de ruta	Equipo de trabajo	14 de abril			
3.	Organizar cronogramas por áreas.	Equipo de trabajo	14 de abril			

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

DESARROLLO:

1. **Bienvenida e instalación de la reunión:**

   - La coordinación da inicio agradeciendo la asistencia y puntualidad del equipo.
   - Se presenta brevemente el objetivo de la reunión: fortalecer el trabajo articulado mediante la organización de tareas y recursos.

2. **Socialización de informes recientes:**
   - Se comparten los informes de visitas y actividades realizadas durante el último mes.
   - Se destacan logros y se identifican oportunidades de mejora.
   - Cada profesional brinda una breve retroalimentación sobre su experiencia.
3. **Revisión de insumos disponibles y requeridos:**
   - Se presenta un inventario actualizado de las cosas que quedaron y lo que debemos solicitar para la realización de las actividades.
   - Se identifican faltantes y se acuerdan solicitudes o gestiones necesarias para reponerlos.
   - Se designa un responsable para el seguimiento de cada solicitud.
4. **Distribución de tareas del equipo**
   - Se delegan responsabilidades para la realización de los cronogramas para la organización diaria del centro vida.
   - Se definen roles: responsabilidades por cada área y compromisos con el equipo de trabajo
   - Se establece un cronograma tentativo para la ejecución de las actividades.
5. **Organización de acompañamientos en rutas**
   - Se detallan las rutas realizadas por el centro vida.
   - Se asignan acompañantes o personal de apoyo según necesidades específicas de las rutas.
   - Se recuerda la importancia del registro de novedades y listado de las personas que se recogen y se llevan a sus casas.
6. **Espacio para comentarios y sugerencias**
   - Se abre un espacio para que el equipo exprese inquietudes o proponga mejoras.
   - Se toman notas de las sugerencias viables para su análisis e implementación.
7. **Conclusiones y compromisos**
   - Se resumen los acuerdos alcanzados: responsables, fechas, y tareas definidas.
   - Cada miembro del equipo reafirma su compromiso con las responsabilidades asignadas.
8. **Cierre de la reunión**
   - Se agradece la participación activa y se recuerda la próxima fecha de reunión o punto de encuentro.
   - Cierre formal de la sesión.

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TÁUTIVA L	1225.088.798	CERRITOS	DEPORTES	
2	Thon Wilson Torres	1.088.246.810	Cerritos	Aux. Adm	
3	Luisa Muñoz Aragón	1028.031 125	Cerritos	tallerista	
4	Luz Adriana Higuita	30'404.326	Cerritos	Aux Adm.	
5	Valentina Lozano O.	1004733913.	Cerritos.	Psicologo.	Valentina L.
6	Ashley Borgos	1002526151	Cerritos	ACK. adm	AshleyB.
7	MARIBETH ALCARAZ M.	1077438616	Cerritos	r. social	MARIBETH.A.M.
8	Henry Gallego Q	1001047	CerriTOS	Tecs SIST	
9	Manuela Galvis	1088335345	CerriTos	Deportes	Manuela G
10	Yeimy Moreno	1097332588	Cerritos	Tallerista	
11	Jolanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinador	
12	Viviana Mejia	1088326764	Cerritos	Aux contable	
13	Kevin Chaves	1089006249	Cerrito	Deportes	
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller___Sesión Grupal____Sesión Individual _

FECHA: 28 DE ABRIL DE 2025	**NÙMERO DE ACTA: 9**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 9:00 am
RESPONSABLE: EQUIPO PSICOSOCIAL **TEMA:** ENCUENTRO INTERGENERACIONAL	**HORA FINAL:** 11:40 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: Fomentar la conexión entre generaciones mediante la creación de una huerta comunitaria que simbolice el ciclo de la vida, el aprendizaje mutuo y el cuidado compartido.

CÍRCULO DE BIENVENIDA

Breve encuentro donde cada generación comparte lo que representa para ellos "sembrar".

Se entrega a cada persona una semilla simbólica (puede ser real o decorativa), que representará algo que desean "sembrar" en la vida (amor, paciencia, conocimiento, etc.).

2. **DISEÑO DEL ESPACIO.**

Entre todos dibujan en el suelo (con tiza o ramas) un diseño de huerta dividido en tres zonas, cada una simbolizando una etapa:

Raíces (Adultos mayores): Plantas tradicionales o medicinales.

Tallo (Adultos jóvenes): Hortalizas prácticas, de crecimiento medio.

Flores y frutos (Niños): Hierbas aromáticas o flores coloridas.

3. SIEMBRA COMPARTIDA.

Cada grupo siembra en su zona, pero siempre en parejas mixtas (niño con adulto mayor, joven con niño, etc.).

Se riega en conjunto, reforzando la idea de que "todos somos parte del mismo jardín".

1. **CIERRE REFLEXIVO Y SIMBÓLICO (25 MIN)**

- **CÍRCULO DE DESPEDIDA:**

Todos se sientan en círculo alrededor de la huerta.

Ronda abierta: ¿Qué sembraste hoy además de una planta?

Lectura o poema:

"Así como la semilla guarda vida, en nosotros vive la memoria. Que esta huerta crezca como crecen los lazos entre quienes se cuidan, se escuchan y se enseñan."

GESTO FINAL:

Se puede cantar una canción simple sobre la tierra o hacer un aplauso en círculo "que crezca como las plantas".

Materiales necesarios:

Semillas (3 tipos, una por grupo generacional)

Herramientas de jardinería básicas

Etiquetas, piedras o palitos

Marcadores, tiza o elementos para delimitar el espacio

Regaderas o botellas reutilizadas

MENSAJES AL FUTURO

Cada participante escribe un deseo o enseñanza en una etiqueta y lo entierra cerca de su planta. La idea es que se simbolice lo que se va a sembrar (Emociones, necesidades, deseos) para que cuando germine en la tierra la semilla, se cumpla todo aquello que se plasmo en papel.

5. CIERRE SIMBÓLICO

Círculo final donde se reflexiona: ¿Qué sembramos hoy más allá de las plantas?

Se lee una pequeña reflexión desde el equipo de trabajo hacia los adultos mayores y se les permite a los invitados realizar reflexiones sobre el evento.

Materiales:

- Semillas variadas
- Herramientas de jardinería
- Tierra, agua, compost
- Etiquetas y marcadores

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TABUSVA I	1225088748	CERRITOS	DEPORTES	
2	MARIBETH ALCARAZ M.	1077038616	Cerritos	T. Social	MARIBETH. A. M
3	Valentina Loaiza Orozco	1004733913	Cerritos	Psicologa	Valentina Loaiza O.
4	Verónica Aguirre G	1094970857	Cerritos	Gerontologa	Verónica A.G
5	Fernanda Arcila P.	1088015912	Cerritos	Enfermera	
6	Jose [illegible] a.	1061528801	Cerritos	fisiot.	
7	Heny Gallego R	10010472	Cerritos	Recepcionist	
8	Yeimi Moreno	1097332588	Cerritos	tallerista	
9	Lisa Muñoz Aragón	1.028.081.125.	cerritos	tallerista	
10	Manuela Galvis	1088335345	Cerrita	Deportes	Manuela G.
11	Jhon wilson Tuos	1088.246.816	Cerritos	Aux Adm	
12	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
13	Luz Adriana Higuita	30404326	Cerritos	Aux Adm	Luz Adriana
14	Carlos Chirivi	94/1928668	Cerritos	Deportes	
15	Juan Gonzalez	1089098806	cerritos	S. Generales	Juan Pablo

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16	Lady Catriana Bolaños	1088338945	Cerritos	T Social	
17	Santiago Osorio	1088552353	Cerritos	Deportes	
18	Santiago Salazar	1011084346	Cerritos	Salvadoras	

19	Daniela Arias L.	1137059534	Cerritos	APH	Daniela A.
20	Kevin Chavez	1090096249	Cerritos	Deportes	
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller___Sesión Grupal____Sesión Individual _

FECHA: 22 DE ABRIL DE 2025	**NÙMERO DE ACTA: 7**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 9:00 am
RESPONSABLE: ÁREA DE DEPORTES **TEMA:** CRONOGRAMAS	**HORA FINAL:** 10:00 am

OBJETIVO DE LA REUNIÒN: Fomentar la conexión entre generaciones mediante la creación de una huerta comunitaria que simbolice el ciclo de la vida, el aprendizaje mutuo y el cuidado compartido.

CONSORCIO VIDA PLENA NIT 901.826.616-0

DESARROLLO:

- Presentación del cronograma mensual del área de deportes.
- Revisión de actividades físicas actuales.
- Propuestas de nuevas actividades recreativas y deportivas.
- Aprobación de horarios y responsables.
- Observaciones generales.

1. **Presentación del cronograma:**
   Se presentó el cronograma de actividades físicas y deportivas para el mes de mayo 2025, incluyendo:
   - Caminatas grupales.
   - Gimnasia musicalizada.
   - Juegos recreativos con material adaptado.
   - Mantenimiento de la fuerza.
2. **Revisión de actividades actuales:**
   Se evaluó el nivel de participación y de la actitud y proposición de todos los profesionales. Se pidió por parte de la coordinación ayudar con el comedor por cronograma y a su vez con el transporte de los beneficiarios.
3. **Aprobación de horarios y responsables:**
   Todos los presentes aprobaron el cronograma presentado. Se asignaron responsables por actividad y se acordó incluir una evaluación mensual por parte del área.
4. **Observaciones:**
   - Se recordó mantener la hidratación y monitoreo médico durante las actividades.
   - Se solicitó mayor difusión del cronograma entre los usuarios mediante carteleras y recordatorios hablados.

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÒN	SEDE	CARGO	FIRMA
1	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
2	MARIANA TÁBITA L	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
3	Santiago Obando B	1088357373	Cerritos	Deportes	
4	Kevin Chaver	1089006249	Cerritos	Deportes	
5	Carlos Chaver	94.1483668	Cerritos	Deporte	
6	Vanessa Hernandez	1088348858	Cerritos	Deportes	
7	Solanlly Avila	1012404394	Cerritos	Coordinadora	
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
N.º	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					

19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0
FORMATO DE ACTA

Reunión ____ Comité ___ Taller__Sesión Grupal___ Sesión Individual _

FECHA: 24 DE ABRIL DE 2025	**NÚMERO DE ACTA: 1**
LUGAR: CENTRO VIDA CERRITOS	**HORA DE INICIO:** 10:00 am
RESPONSABLE: JOAO NOREÑA	**HORA FINAL:** 11:00 am

OBJETIVO DE LA REUNIÓN: El objetivo del taller fue brindar a las personas adultas mayores del Centro Vida de Cerritos herramientas prácticas y teóricas sobre higiene postural, con el fin de prevenir lesiones osteomusculares, mejorar su calidad de vida y fomentar prácticas saludables en sus actividades diarias.

ORDEN DEL DIA:

1. Reunión para planificar el taller
2. Socialización de taller por parte del Fisioterapeuta.
3. Distribución de tareas del equipo
4. Organización de la intervención
5. Espacio para comentarios y sugerencias
6. Conclusiones y compromisos
7. Cierre de la reunión

REVISIÒN DE COMPROMISOS

N.º	COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA DE CUMPLIMENTO	CUMPLIMIENTO		
				SI	NO	OBSERVACIONES
1.	Realizar talleres de suma importancia para la salud de las personas mayores.	Joao Noreña	15 de mayo	X		Se realizará una actividad de capacitación a los beneficiarios con apoyo de los Profesionales en Ciencias del Deporte.

CONSORCIO VIDA PLENA
NIT 901.826.616-0

DESARROLLO:

El taller fue dirigido por Joao Noreña, Fisioterapeuta del Cevi cerritos, quien abordó los siguientes temas:

1. Concepto de higiene postural.
2. Principales riesgos posturales en el adulto mayor.
3. Técnicas básicas para una postura adecuada en distintas actividades (sentarse, acostarse, caminar, levantar objetos).
4. Ejercicios de fortalecimiento y estiramiento postural.
5. Consejos prácticos para el hogar y el entorno.
6. La metodología fue participativa, incluyendo:
    - Exposición teórica breve.
    - Demostraciones prácticas.
    - Ejercicios grupales.
    - Espacio para preguntas y respuestas.

3. PARTICIPANTES
Asistieron al taller un total de72 adultos mayores, además de personal de apoyo del Centro Vida. Se anexa listado de apoyos con nombres y firmas.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

- Los asistentes reconocieron la importancia de mantener una buena postura en sus actividades cotidianas.
- Se logró la participación activa de los asistentes en los ejercicios propuestos.
- Se aclararon dudas frecuentes relacionadas con dolores posturales comunes en la tercera edad.

5. COMPROMISOS:

- Realizar seguimiento a la práctica de las técnicas aprendidas mediante futuras sesiones de refuerzo.
- Entregar material didáctico complementario a los participantes.
- Continuar promoviendo talleres de autocuidado y bienestar para adultos mayores.

7. **OBSERVACIONES:** Excelente disposición de los asistentes durante el taller. Se sugiere disponer de más colchonetas y elementos de apoyo para futuras actividades prácticas.

8. **CIERRE DEL EVENTO:** El taller finalizó a las 11:00 am con palabras de agradecimiento por parte de la coordinación del Centro Vida y del profesional a cargo.

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACION	SEDE	CARGO	FIRMA
1	MARIANA TAUTUAL	1225088798	CERRITOS	DEPORTES	
2	Manuela Galvis	1088335345	Cerritos	Deportes	Manuela G.
3	Santiago Osorio	1088552373	Cerritos	Deportes	
4	Fabian Valencia	1152280.	Cerritos	Deportes	
5	Kevin Chavez	1089096249	Cerritos	Deportes	
6	Carlos Chiriví	94498668	Cerritos	Deportes	
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

FIRMA DE ASISTENTES					
No.	NOMBRE	IDENTIFICACION	SEDE	CARGO	FIRMA
16					
17					
18					