ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

Alcaldía de PEREIRA

Versión: 0

LISTADO USUARIOS

N°	NOMBRE	GÉNERO	CEDULA
1	ALBA LUCIA LEON CARMONA	F	42020679
2	ALONSO BECERRA TEJADA	M	6283506
3	AMPARO BURGOS ARREDONDO	F	42062609
4	AMPARO VALENCIA SALINAS	F	42055021
5	ANA BEIBA ARIAS LOAISA	F	24299815
6	ANA DELIA ALVAREZ GALLEGO	F	29220609
7	ANA EDILMA ROJAS RIVERA	F	24875408
8	ANGEL MARIA OREJARENA MARQUEZ	M	12608042
9	ARACELLY HERNANDEZ RENDON	F	34044950
10	BERNARDINO ANTONIO BETANCUR ACEVEDO	M	1255962
11	BLANCA FLOR MURILLO DE ATEHORTUA	F	25169865
12	BLANCA LIBIA MUNERA PATIÑO	F	24409054
13	BRIGIDA MORENO MARTINEZ	F	41443375
14	CARLOS ALBERTO GOMEZ CARDONA	M	10086596
15	CELINA LONDOÑO BEDOYA	F	24911093
16	CELSA OFELMINA GUZMÁN DE VASQUEZ	F	42053077
17	CESAR OCAMPO FLOREZ	M	4501488
18	CONSUELO RESTREPO DE HERNANDEZ	F	22174610
19	CRISOSTOMO DE JESUS FERNANDEZ POSADA	M	4593130
20	EDELMIRA QUINTERO DE BECERRA	F	29154182
21	ERNESTINA DUARTE	F	40511244
22	FABIO DE JESUS ZULUAGA GIRALDO	M	9697931
23	FABIO ENRIQUE GOMEZ SALAZAR	M	14835027
24	FABIOLA DIAZ ESTRADA	F	42088908
25	FABIOLA VELASQUEZ POSADA	F	24902670

26	FANNY MORENO VARGAS	F	34044983
27	FERNANDO EMILIO ZULUAGA GIRALDO	M	75039288
28	FLOR MARINA PARGA DE RUBIO	F	38222778
29	FRANCISCO JAVIER OSPINA AREIZA	M	10084605
30	GERMAN ANTONIO CHAVERRA RAMIREZ	M	1256299
31	GILBERTO GONZALEZ RODRIGUEZ	M	10060273
32	GLORIA ELENA BETANCURT GALEANO	F	24546717
33	GLORIA INES BOLIVAR ECHEVERRI	F	34056087
34	GODOFREDO OSORIO VALENCIA	M	2558256
35	GRACIELA CASTRO RAMIREZ	F	24292806
36	HUMBERTO RUIZ CEBALLOS	M	7505143
37	ISABEL CRISTINA ALVAREZ CARDENAS	F	24488016
38	ISABEL MARIA BENAVIDEZ GORDON	F	32617956
39	ISMAEL SAMPAYO GUTIERREZ	M	12527500
40	JAIME CARRILLO RODRIGUEZ	M	14965017
41	JESUS MARIA LOPEZ MEJIA	M	10093621
42	JESUS MARIA LOTERO RODRIGUEZ	M	1222749
43	JOSE ALBEIRO GONZALEZ JIMENEZ	M	6207180
44	JOSE ERNESTO SANCHEZ ALZATE	M	9734183
45	JOSE RAMIRO OSORIO BEDOYA	M	17049405
46	JULIALBA POSADA DE GUZMAN	F	24287258
47	LIBARDO CERVERA	M	2325702
48	LIBARDO RUBIO VARGAS	M	5806825
49	LIDA OMAIRA ARANGO OSPINA	F	34056946
50	LIGIA BEDOYA BEDOYA	F	24931934
51	LIGIA OSPINA SIERRA	F	29134316
52	LILIA ROSA OSPINA DE LOS RIOS	F	25190024
53	LUIS ALFONSO GAVIRIA	M	19171725
54	LUZ AMPARO RIASCOS	F	25245368
55	LUZ DARY ARIAS CARMONA	F	24946348
56	LUZ MARINA ARISTIZABAL DE JARAMILLO	F	25201324
57	LUZ MARINA RIVERA ARANZAZU	F	24726589
58	LUZ MERY ÁLZATE CADAVID	F	24824549
59	LUZMILA GARCIA RAMIREZ	F	25159963

60	MANUEL SALVADOR AREIZA BRAND	M	615491
61	MARIA AMPARO AGUIRRE AGUDELO	F	42052874
62	MARIA ANGELICA VALENCIA DE RODRIGUEZ	F	25208411
63	MARIA DE LOS ANGELES CARDENAS ALFONSO	F	41426570
64	MARIA DE LOS ANGELES GONZALEZ TREJOS	F	24953682
65	MARIA DEL TRANSITO RODRIGUEZ TORRES	F	28710401
66	MARIA EDILMA DE JESUS GIRALDO DE MONTOYA	F	25243663
67	MARIA EDILMA RAMOS DE AGUDELO	F	24387175
68	MARIA ELVIA PEREZ DE LOPEZ	F	24759911
69	MARIA ESMERALDA SEPULVEDA CASTAÑO	F	34055046
70	MARIA EUGENIA RIOS SALAZAR	F	42157960
71	MARIA FABIOLA AREIZA DE VERGARA	F	24479655
72	MARIA GABRIELA LOPEZ DE FRANCO	F	22051917
73	MARIA LILIANA SERNA LONDOÑO	F	31402886
74	MARIA LORENZA BLANDON	F	34044798
75	MARIA LOURDES ZAPATA DE LOPERA	F	24543683
76	MARIA LUCELY MARULANDA MARULANDA	F	42052213
77	MARIA LUCIA USMA VALLEJO	F	24537886
78	MARIA LUZDARY GOMEZ RIVERA	F	25192181
79	MARIA OLGA RIOS CIFUENTES	F	31267551
80	MARIA RUBIALBA SALAZAR DE LOTERO	F	25169854
81	MARIA RUBY RIVERA VELEZ	F	25240384
82	MARIA SONIA LOPEZ PEREZ	F	24763008
83	MARIA VIRGELINA ORREGO DE PATIÑO	F	24761562
84	MARTHA CECILIA HERRERA VALENCIA	F	42069439
85	MARTHA CECILIA LONDOÑO PLATA	F	42070891
86	MELQUISEDEC FRANCO	M	4496528
87	MERCEDES DUQUE PALACIOS	F	26743252
88	MIRIAM GLORIA MONTOYA BENAVIDES	F	29939304
89	NOELIA VALLEJO MARTINEZ	F	31412392
90	OMAIRA DE JESUS CARO CARDONA	F	34051851
91	OSCAR ELIAS ACOSTA MOSQUERA	M	10079296
92	PEDRO NEL MURILLO RESTREPO	M	15897053
93	RUBIELA ATEHORTUA GUTIERREZ	F	42004661

94	RUBIELA SANCHEZ DE CORREA	F	24938525

MUJER	**F**
HOMBRE	**M**
TOTAL	



ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4



Alcaldía de
PEREIRA

Versión: 0

LISTA USUARIOS

N°	NOMBRE	GÉNERO	CEDULA
1	ALBA MERY CASTILLO DE MONTOYA	F	24385299
2	ALBA ROSA CRUZ ALVAREZ	F	25042265
3	ALDEMAR MARULANDA OSPNA	M	4500124
4	ALVARO CORREA	M	6237330
5	ALVARO HOLGUIN CASTAÑO	M	4407092
6	AMANDA GONZALEZ CALDERON	F	25016145
7	AMPARO DE JESUS ARENAS	F	42050764
8	AMPARO FERNANDEZ DE OSORIO	F	29325371
9	AMPARO QUINTERO DE CASTAÑEDA	F	24952177
10	ANA MARIA ROJAS	F	29534393
11	ANA TULIA CASAS ECHEVERRI	F	25153753
12	AURORA SOTO	F	24910210
13	BENJAMIN REINA CAPERA	M	17621928
14	BERTULFO LOPEZ MORALES	M	4556133
15	BLANCA AURORA ZAMORA TREJOS	F	24381928
16	CARLOS ALBERTO LOPEZ ALZATE	M	18503758
17	CARLOS CARDONA CARDONA	M	4511557
18	CARMEN ACOSTA DE SUAREZ	F	41405110
19	CLARA ROSA MUÑOZ GUTIERREZ	F	24846631
20	CONSUELO BOILVAR RESTRESPO	F	25192366
21	CRUZ ELENA SUAREZ DE RENDON	F	25054733
22	DARIO ANTONIO CASTAÑEDA BUITRAGO	M	4491970
23	DOLLY GARCIA CARRASCO	F	42110642

24	EDGAR ALBERTO ALVAREZ LOAIZA	M	10190996
25	EDGAR ANCIZAR TRIANA CHACON	M	10081358
26	EFRAIN ANTONIO BERMUDEZ VALENCIA	M	4536311
27	ELVIA MARINA RIOS	F	25042334
28	ELVIA ROSA GOMEZ MARTINEZ	F	25202225
29	FERNANDO RIAÑO	M	14198112
30	FLOR ELISA CORREA RIOS	F	24951865
31	GABRIEL ANGEL GALLEGO	M	4586979
32	GERMANIA RAMOS ARIAS	F	24387174
33	GILMA CARDONA DE NIETO	F	24871897
34	GUSTAVO LOPEZ OSPINA	M	10055026
35	HERNAN CIFUENTES GRISALES	M	4470664
36	HUMBERTO FLOREZ PUERTA	M	15520115
37	INOCENCIA MULCUE	F	31856664
38	IVAN DE JESUS DIEZ TABORDA	M	4391571
39	JESUS MARIA ORTIZ	M	5241834
40	JORGE ELIECER ECHEVERRY	M	5943397
41	JORGE ENRIQUE LOAIZA	M	10191152
42	JOSE ARLEY FERNANDEZ	M	7531026
43	JOSE MANUEL SARRIA	M	2532583
44	JOSE NORBERTO ARANGO CARO	M	10071636
45	LIBIA OROZCO CHICA	F	41443745
46	LIGIA CANO ALARCON	F	34057400
47	LUIS ALBEIRO CORTES QUINTERO	M	6482158
48	LUIS ALFREDO CARRILLO TAPASCO	M	3502386
49	LUIS ARTURO RAMIREZ CASTAÑO	M	4455647
50	LUIS CARLOS GRISALES CASTAÑO	M	10083765
51	LUIS HERNAN VANEGAS AGUDELO	M	10069980
52	LUZ DARIS SANCHEZ CARDONA	F	43016114
53	LUZ MARINA SALGADO	F	42079367
54	MARIA ALICIA GUEVARA	F	34051049
55	MARIA ARNOBIA LARGO LARGO	F	25055799
56	MARIA AURA DIAZ RIVERA	F	24947180

57	MARIA CECILIA BUITRAGO DE LOPEZ	F	42051899
58	MARIA CELINA TOBON DE OSPINA	F	25014017
59	MARIA CONSUELO DIEZ DE SALGADO	F	24955951
60	MARIA DEL CARMEN RAMIREZ	F	24623517
61	MARIA DEL PILAR ROLDAN FORERO	F	42062059
62	MARIA DILIA MOSQUERA DE MOSQUERA	F	26398069
63	MARIA DOLORES ARANGO	F	32331218
64	MARIA DORIS MARTINEZ	F	24952778
65	MARIA ELPIDIA DUQUE MEJIA	F	24823581
66	MARIA ERMINDA GONZALEZ LEDESMA	F	23483994
67	MARIA FABIOLA JARAMILLO GALLEGO	F	31243074
68	MARIA GLORIA PEREA SERNA	F	42115530
69	MARIA HERMINIA SARRIA SOTO	F	42071001
70	MARIA JUSTINA TAMAYO RUIZ	F	24934554
71	MARIA LUZBELIA PATIÑO FERNANDEZ	F	42022209
72	MARIA MARGARITA HERNANDEZ MARIN	F	34051674
73	MARIA NELY UTIMA ARICAPA	F	41549395
74	MARIA NEUBELLI PRIETO GAVIRIA	F	24930466
75	MARIA OFELIA BUITRAGO GALVIS	F	24951600
76	MARIA OLGA GOMEZ TAMAYO	F	43074483
77	MARIA ORFILIA COLORADO DE GALVIS	F	42066572
78	MARIA RUBIELA MELCHOR MARIN	F	42064960
79	MARIA SILVIA TORO DE TORRES	F	24526461
80	MARIA TERESA ARENAS GOMEZ	F	24944979
81	MARIELA BEDOYA CARDONA	F	24950522
82	MARIELA GRISALES CASTAÑEDA	F	29133576
83	MARLENY DE JESUS SUAREZ BATERO	F	42066019
84	MARTA CECILIA VINASCO	F	42078943
85	MELIDA AGUIRRE GARCIA	F	24929189
86	MERCEDES DIAZ MUÑOZ	F	34051099
87	NOELBA BEDOYA CARDONA	F	24938949
88	OCTAVIO SOTO JIMENEZ	M	4549865
89	OTILIA DIAZ DE LOPEZ	F	24616854

90	RAMIRO DE JESUS FRANCO ORTIZ	M	631100
91	RAMON CUARTAS CARMONA	M	10083707
92	ROSA ELENA MARIN BUITRAGO	F	24926172
93	ROSA MARIA VINASCO	F	24526284
94	ROSALBA PESCÀDOR DURAN	F	25051830

3. TALENTO HUMANO (NO HUBO CAMBIOS DE PERSONAL EN HOJAS DE VIDA)

En el periodo comprendido entre el 02 de julio al 01 de agosto, el **CENTRO VIDA EL OSO** operó ininterrumpidamente con el siguiente personal:

DESCRIPCIÓN	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD
Coordinador	Unidad/Persona	1
Auxiliar administrativo.	Unidad / Persona	3
Auxiliar atención de emergencias	Unidad / Persona	2
Salvavidas	Unidad / Persona	1
Manipuladoras de alimentos	Unidad/Persona	3
Personal de aseo y mantenimiento	Unidad/Persona	2
Auxiliar de enfermería	Unidad/Persona	2
Pedagogo / Profesional en deportes	Unidad/Persona	5
Talleristas en manualidades	Unidad/Persona	2
Fisioterapeuta	Unidad/Persona	1
Profesional Seguridad SGGST	Unidad/Persona	1
Tecnólogo en áreas de ingeniería o sistemas	Unidad/Persona	1
Psicólogo	Unidad /Persona	2
Trabajador Social	Unidad / Persona	2
Nutricionista	Unidad / Persona	1
Gerontóloga	Unidad / Persona	1
Auxiliar contable	Unidad / Persona	1

- Se informa que para este periodo solo se operó con 3 manipuladores de alimentos ya que Laura Ximena Gómez Muriel tiene incapacidad desde el 6 de julio al 5 de agosto.
- También se informa que se operó con 5 pedagogos / profesionales en deporte, debido a que Yahir Esteban Trejos Aricapa se encuentra en el hospital desde el 1 de julio, con incapacidad todo el mes de julio.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

Pereira, 05 de agosto de 2025

Doctora
YESENIA PAOLA CORDOBA QUESADA
Subsecretario de Grupos Vulnerables y Programas Especiales
Supervisor

ASUNTO: Novedades de personal

En el periodo comprendido entre el 02 de julio al 01 de agosto, el **CENTRO VIDA EL OSO,** informa que para este periodo solo se operó con 3 manipuladores de alimentos ya **que Laura Ximena Gómez Muriel** tiene incapacidad desde el 6 de julio al 5 de agosto. Por lo tanto, no presentó informe de actividades, ni mucho menos se pasó en el informe financiero como ejecutado.

Agradecemos su atención y quedamos atentos a cualquier requerimiento adicional.

Atentamente,

LINA VICTORIA IBÁÑEZ MÉNDEZ

C.c. 25163494

Representante legal de: ASOCIACION CIUDAD FUTURO

asociacionciudadfuturo@gmail.com

CRA 14 No 24-55 Risaralda Teléfono 3183449711

Powered by CamScanner

CLINICA DE

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 514 1440

INCAPACIDAD MÉDICA
N° 10911

INFORMACION GENERAL

Paciente: LAURA XIMENA GOMEZ MURIEL
Fecha de Nac. 7/12/1978 12:49:35 a. m. **Edad:** 46 Años / 7 Meses / 0 Días
Telefono: 3193218455
Dirección: MZ 28 CS 368 LENINGRADO 3
G. Poblacional:
Entidad: COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A
Plan de beneficio: 901639650 - SEGUROS MUNDIAL - COBERTURA POLIZA SOAT
Ingreso: 48805 **Fecha Atención:** 8/07/2025 9:01:18 p. m.

Identificacion: 42131290
Tipo Afiliación: Cotizante
Ocupación:
Ciudad: PEREIRA
Etnia: NINGUNA O NO APLICA
Lugar de expedición: PEEIRA

DETALLE DE LA INCAPACIDAD

Fecha Inicial: 08-07-2025 **Fecha Final:** 06/08/2025 **Días de Incapacidad:** 30
Grupo de servicios: OVAL MEDICA - CIRUGIA ORTOPEDICA **Incapacidad retroactiva:** Ninguna
Modalidad de la prestación del servicio: Intramural
Causa de la atención: Accidente_de_transito_de_origen_comun
Cod. Diagnostico: S525 - FRACTURA DE LA EPIFISIS INFERIOR DEL RADIO

Medico: LEONEL FRANCISCO PEREZ MOYA
N° documento: 13722506
Registro Medico: 37364
Especialidad: ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGIA

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Dirección: Av Juan B. Gutierrez #18-60 Ed. Oval Medica
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 5141440

PROCEDIMIENTOS QUIRÚRGICOS EJECUTADOS

HISTORIA CLINICA DE CIRUGIA

Nº Historia Clínica: 42131290 **Nº Folio:** 13 **Folio Asociado:**

DATOS PERSONALES

Nombre Paciente: LAURA VANESSA GOMEZ MURIEL **Identificacion:** 42131290 **Sexo:** Femenino

Fecha Nacimiento: 07 diciembre 1977 **Edad Actual:** 46 Años / 7 Meses / 0 Dias **Estado Civil:** Casado

Dirección: MZ28 C S 568 LENINGRADO 3 **Teléfono:** 3193218455

Ciudad: PEREIRA **Ocupación:**

DATOS DE AFILIACIÓN

Entidad: COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A **Régimen:** Regimen_Simplificado

Plan Beneficios: SEGUROS MUNDIAL COBERTURA POLIZA SOAT **Nivel - Estrato:** COTIZANTE RANGO A

DATOS DEL INGRESO

Responsable:

Dirección Resp: **Teléfono Resp:**

Finalidad Consulta: Tratamiento **Nº Ingreso:** 48805 **Fecha:** 8/07/2025 5:29:26 p. m.

Causa Externa: Accidente_de_transito_de_origen_comun

LISTADO DE PROCEDIMIENTOS:

Servicio: 793303	REDUCCION ABIERTA DE FRACTURA EN SEGMENTO DISTAL DE CUBITO O RADIO CON FIJACION INTERNA	**Tipo Interv.:**	Múltiple - Diferente Via Igual Especialista
Observaciones: RADIO DISTAL IZQUIERDO			
Servicio: 814301	DESCOMPRESION DE NERVIO EN TUNEL DEL CARPO VIA ABIERTA	**Tipo Interv.:**	Múltiple - Diferente Via Igual Especialista
Observaciones: MUÑECA IZQUIERDO			
Servicio: 817204	LIGAMENTORRAFIA O REINSERCION DE LIGAMENTOS VIA ABIERTA	**Tipo Interv.:**	Múltiple - Diferente Via Igual Especialista
Observaciones: RADIO DISTAL IZQUIERDO			
Servicio: 780500	INJERTO OSEO EN CUBITO O RADIO SOD	**Tipo Interv.:**	Múltiple - Diferente Via Igual Especialista
Observaciones: RADIO DISTAL IZQUIERDO			

Total Items: 4

Medico: LEONEL FRANCISCO PEREZ MOYA
Nº documento: 13922506
Registro Medico: 37364
Especialidad:

Powered by CamScanner

CLÍNICA DE

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Dirección: Av Juan B. Gutierrez #18-60 Ed. Oval Medica
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 5141440

SOLICITUD DE PROCEDIMIENTOS EXTERNO

HISTORIA CLINICA DE CIRUGIA

Nº Folio: 13 **Folio Asociado:**

Nº Historia Clínica: 42131290

DATOS PERSONALES

Nombre Paciente: LAURA XIMENA GOMEZ MURIEL **Identificacion:** 42131290 **Sexo:** Femenino
Fecha Nacimiento: 07/diciembre/1978 **Edad Actual:** 46 Años / 7 Meses / 0 Dias **Estado Civil:** Casado
Dirección: MZ 28 CS 308 LENINGRADO 3 **Teléfono:** 3193218455
Procedencia: PEREIRA **Ocupación:**

DATOS DE AFILIACIÓN

Entidad: COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A **Régimen:** Regimen_Simplificado
Plan Beneficios: SEGUROS MUNDIAL - COBERTURA POLIZA SOAT **Nivel - Estrato:** COTIZANTE RANGO A

DATOS DEL INGRESO

Responsable: **Teléfono Resp:**
Dirección Resp: **Nº Ingreso:** 48805 **Fecha:** 8/07/2025 5:29:26 p. m.
Finalidad Consulta: Tratamiento **Causa Externa:** Accidente_de_transito_de_origen_comun

CODIGO	DESCRIPCION	CANTIDAD	ESTADO
890201	CONSULTA DE PRIMERA VEZ POR MEDICINA GENERAL	1	Rutinario
Observaciones:	3, CITA CONTROL EN 8 DIAS CON MEDICINA GENERAL		
890390	CONSULTA DE CONTROL O DE SEGUIMIENTO POR ESPECIALISTA EN ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGIA	1	Rutinario
Observaciones:	4, CITA CONTROL EN 4 SEMANAS CON ORTOPEDIA		
	Total Items:	2	

Medico: LEONEL FRANCISCO PEREZ MOYA
Nº documento: 13722506
Registro Medico: 37364
Especialidad: ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGIA

Powered by Cam

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Dirección: Av Juan B. Gutierrez #18-60 Ed. Oval Medica
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 5141440

INDICACIÓN MEDICA

HISTORIA CLINICA DE CIRUGIA

N° Historia Clinica: [illegible] N° Folio: 13 Folio Asociado:

DATOS PERSONALES

Nombre Paciente: LAURA MILENA GOMEZ MURIEL Identificacion: 42131290 Sexo: Femenino

Fecha Nacimiento: [illegible] Edad Actual: 46 Años 7 Meses 0 Dias Estado Civil: Casado

Direccion: MZ [illegible] LENINGRADO I Teléfono: 3193218455

Procedencia: PEREIRA Ocupación:

DATOS DE AFILIACION

Entidad: SEGUROS MUNDIAL COBERTURA POLIZA SOAT Régimen: Regimen_Simplificado

Plan Beneficios: COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A Nivel - Estrato: COTIZANTE RANGO A

DATOS DEL INGRESO

Responsable Teléfono Resp:

Direccion Resp:

Finalidad Consulta: Tratamiento N° Ingreso: 48805 Fecha: 5 07 2025 5 29:26 p. m.

Causa Externa: Accidente_de_transito_de_origen_comun

INDICACION MEDICA

Tipo Indicacion: Salida Consult. Externa

Detalle: 1 SALIDA POSTERIRO A RECUOPERACION ANESTESICA /// PACIENTE QUIEN EN PRIMER COPNTROL SERA REALIZADO POR MEDICINA GENERAL POSTERIRO EL SEGUNDO CONTROL CON ORTOPEDIA, SE TOMARÁ LAS RECOMENDACIONES DADA POR EL ORTOPEDISTA EL DIA DE LA CIRUGIA: CUIDAR VENDAJE, MATENER LIMPIO SITIO OPERATORIO PARA PREVENIR INFECCIONES, MOVER MUÑECA Y DEDOS EN EXTENSION Y FLEXION REALIZANDO MOVIMIENTOS CIRCULARES, AVISAR SI EXISTE CAMBIOS O DOLOR INTENSO AL ORTOPEDISTA O MANEJO DE EMERGENCIAS.
2 CITA PRIMERA VEZ IZQUIERDA POP
3 CITA CONTROL EN 5 DIAS CON MEDICINA GENERAL
4 CITA CONTROL EN 3 SEMANAS CON ORTOPEDIA
5 DICLOFENACO TAB 50 MG TOMAR 1 TAB VO CADA 8 HORAS POR 7 DIAS /// ACETAMINOFEN TAB 500 MG VO
6 CADA 6 HORAS POR 7 DIAS // CEFALEXINCA CAPS 500 MG VO CADA 6 ORAS POR 6 DIAS
7 INCAPACIDAD POR 30 DIAS

dica: LEONEL FRANCISCO PEREZ [illegible]
ocumento: [illegible]

Powered by CamScanner

CLÍNICA DE

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 5141440

PLAN DE MANEJO EXTERNO
FORMULA MEDICA

HISTORIA CLINICA DE CIRUGIA

N° Historia Clinica: 42131290 **N° Folio:** 13 **Folio Asociado:**

DATOS PERSONALES

Nombre Paciente: LAURA XIMENA GOMEZ MURIEL **Identificación:** 42131290 **Sexo:** Femenino
Fecha Nacimiento: 07diciembre/1978 **Edad Actual:** 46 Años / 7 Meses / 0 Dias **Estado Civil:** Casado
Dirección: MZ 28 CS 368 LENINGRADO 3 **Teléfono:** 3193218455
Procedencia: PEREIRA **Ocupación:**

DATOS DE AFILIACIÓN

Entidad: COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A **Régimen:** Regimen_Simplificado
Plan Beneficios: SEGUROS MUNDIAL - COBERTURA POLIZA SOAT **Nivel - Estrato:** COTIZANTE RANGO A

DATOS DEL INGRESO

Responsable: **Teléfono Resp:**
Dirección Resp:
Finalidad Consulta: Tratamiento **N° Ingreso:** 48805 **Fecha:** 8/07/2025 5:29:26 p. m.
Area Servicios OVAL MEDICA - CIRUGIA ORTOPEDICA **Causa Externa:** Accidente_de_transito_de_origen_comun

Diagnóstico: S525 FRACTURA DE LA EPIFISIS INFERIOR DEL RADIO Presuntivo

Horas Vigencia: 12
Observaciones: TOMAR 1 TAB VO CADA 6 HORAS POR 6 DIAS

Total Items: 3

Medico: PEREZ MOYA LEONEL FRANCISCO
N° documento: 13722506
Registro Medico: 37364

Especialidad: ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGIA

CLÍNICA DE

CLINICA DE FRACTURAS S.A.S
Nit: 891411743-0
Tel: Call Center (606) 317 1747 - +57 317 5141440

PLAN DE MANEJO EXTERNO
FORMULA MEDICA

HISTORIA CLINICA DE CIRUGIA

N° Historia Clínica: 42131290 **N° Folio:** 13 **Folio Asociado:**

DATOS PERSONALES

Nombre Paciente: LAURA XIMENA GOMEZ MURIEL
Fecha Nacimiento: 07 diciembre 1978 **Edad Actual:** 46 Años / 7 Meses / 0 Dias **Identificación:** 42131290 **Sexo:** Femenino
Dirección: MZ 28 CS 368 LENINGRADO 3 **Estado Civil:** Casado
Procedencia: PEREIRA **Teléfono:** 3193218455
Ocupación:

DATOS DE AFILIACIÓN

Entidad: COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A
Plan Beneficios: SEGUROS MUNDIAL - COBERTURA POLIZA SOAT **Régimen:** Regimen_Simplificado
Nivel - Estrato: COTIZANTE RANGO A

DATOS DEL INGRESO

Responsable:
Dirección Resp: **Teléfono Resp:**
Finalidad Consulta: Tratamiento
N° Ingreso: 48805 **Fecha:** 8/07/2025 5:29:26 p. m.
Area Servicios OVAL MEDICÁ - CIRUGIA ORTOPEDICA **Causa Externa:** Accidente_de_transito_de_origen_comun
Diagnóstico: S525 FRACTURA DE LA EPIFISIS INFERIOR DEL RADIO Presuntivo

MEDICAMENTOS POS

Medicamento: 0106900I5-001 DICLOFENACO 50MG TABLETA
Concentracion: 50 MG **Unidad:** TABLETA **Vía Administración:** Oral **Cantidad:** 20 VEINTE
Horas Vigencia: 12 **Duración:** 7
Observaciones: TOMAR 1 TAB VOCADA 8 HORAS POR 7 DIAS.

Medicamento: 0901000I-002 ACETAMINOFEN TABLETA 500 MG
Concentracion: 500 MG **Unidad:** UNIDADES **Vía Administración:** Oral **Cantidad:** 20 VEINTE
Horas Vigencia: 12 **Duración:** 5
Observaciones: TOMAR 1 TAB VO CADA 6 HORAS POR 5 DIAS

Medicamento: 0501010-001 CEFALEXINA UNIDAD 500 MG CAPSULAS
Concentracion: 500 MG CAPSULAS **Unidad:** UNIDADES **Via Administración:** Oral **Cantidad:** 24 VEINTICUATRO
Duración: 6

Medico: PEREZ MOYA LEONEL FRANCISCO
N° documento: 13722506
Registro Medico: 37364
Especialidad: ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGIA

Powered by CamScanner

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PROGRAMA CENTRO VIDA EL OSO

NOMBRE

Ana María Rojas Arango

PERIODO:
DE 2 DE JULIO AL 1 DE AGOSTO DE 2025

1. **Psicóloga**
Ana María Rojas A.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

INFORME DE ACTIVIDADES

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	**Ana Maria Rojas Arango**					
Número del Contrato	***N.*** 009-2025					
Tipo de contrato	Prestación de servicios	**X**	Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	*Psicóloga*					
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***					

2. **Psicóloga**
Ana Maria Rojas A.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

INFORME DE ACTIVIDADES

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
a. Realizar la valoración integral de la capacidad funcional de cada persona mayor del Centro Vida el Oso, que establezca su condición cognitiva y las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	Desde el área de psicología se lleva a cabo la aplicación de las valoraciones proyectivas del entorno emocional, familiar y procesos cognitivos de las personas adultas del centro vida el oso de manera individual con el objetivo de generar la valoración de cada uno de ellos y así aplicar un plan de intervención personalizado.	Las valoraciones de cada beneficiario se encuentran de manera física, en la carpeta que reposa en el archivo del centro vida el oso. -Registro fotográfico -Documentos físicos en carpeta -Documentos escaneados en el drive del centro vida el oso.	Se hacen valoraciones individuales correspondientes para los beneficiaros del centro vida.
b. Organizar, coordinar e implementar un taller para la socialización de la ruta de atención integral en salud mental del municipio de Pereira con los beneficiarios del Centro Vida el Oso.	Desde el área de psicología se socializa durante una capacitación la ruta de atención integral en salud mental en cada jornada a las personas adultas mayores del centro vida el oso. Se lleva a cabo el día martes 11 de julio de 2025.	- fortalecimiento en salud mental y manejo de la ruta. - Registro fotográfico - Diapositivas registradas en el drive del centro vida el oso.	Los beneficiarios reciben y retienen de información, para Manejo de la ruta de atención integral en salud mental.

3. **Psicóloga**
Ana Maria Rojas A.

c. Implementar capacitaciones IEC (Estrategias de información, educación y comunicación) para la generación de herramientas que permitan la identificación y manejo de emociones de manera grupal e individual según necesidad.	Se realiza capacitación "Habilidades Sociales" en las personas Adultas mayores beneficiarios del centro vida el oso. Se llevó a cabo el día jueves 3 de julio de a 2025.	Durante la capacitación los beneficiarios adquirieron estrategias para el mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores. - Diapositivas relacionadas en el drive del centro vida el oso. - Registro Fotográfico.	Se obtiene la participación y la retención de las estrategias que mejoran la calidad de vida, la autonomía, la salud mental y física, y previenen el deterioro cognitivo y el aislamiento social
	Se realiza capacitación "Uso tecnológico" en las personas adultas mayores beneficiarios del centro vida el oso. se llevó a cabo el día jueves 17 de julio de 2025.	Durante la capacitación los beneficiarios adquirieron estrategias para el manejo de situaciones adecuado de la tecnología. -Diapositivas relacionadas en el drive del centro vida el oso. - Registro Fotográfico.	Se logra la comprensión y sensibilización de la importancia de la del buen uso de la tecnología en pro de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

	Se realiza capacitación, "Importancia de las Actividades Cognitivas" Se llevó a cabo el día jueves 31 de julio de 2025 para las personas adultas mayores beneficiarios del centro vida el oso.	Los beneficiarios fortalecen las estrategias de cuidado en su salud cognitiva. -Diapositivas relacionadas en el drive del centro vida el oso. - Registro Fotográfico.	Se logra la ejecución del taller teórico practico en las actividades que buscan mejorar los procesos cognitivos de los adultos mayores.
d. Realizar e implementar una estrategia que incentive el empoderamiento y la toma de decisiones de las personas mayores inscritas al Centro Vida el Oso.	El día jueves 24 de julio de 2025 se lleva a cabo una capacitación donde se recuerda y se sensibiliza sobre la importancia de tomar decisiones asertivas como parte del empoderamiento de las personas adultas mayores beneficiarios del centro vida el oso, en sus contextos colectivos.	- Diapositivas que reposan en el drive del centro vida el oso. - Registro Fotográfico	Se logra la ejecución y que los beneficiarios retengan, recuerden y practiquen la toma de decisiones en su diario vivir de una forma asertiva y segura.

e. Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones Educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de los encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.	El encuentro intergeneracional se llevó a cabo el día viernes 25 de julio de 2025 en la jornada de la tarde en centro vida el oso ,con la participación de los beneficiarios con el equipo de campamentos juveniles de Pereira.	- Acta digital y relacionada en el drive del centro vida el oso - Registros fotográficos	se logra la ejecución de la actividad masiva en la que se hacen intercambios de saberes con amor entregando las generaciones actuales aprendizajes y experiencias significativas que representan el valor de dar y apoyar con dignidad a nuestros Mayores.
f. Participar en la planificación y ejecución de las actividades a desarrollar en el mes de adulto mayor en el Centro Vida el Oso.	Este alcance no se le ha dado cumplimiento, se está realizando planeación para el mes siguiente.	- Evidencia fotográfica preparación para reinado - Reunión - Acta física - Relacionada en drive	Se cuenta con un cronograma en planeación para el desarrollo de la misma.

g. Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos.	Durante el mes de julio de 2025 se realiza, Valoraciones, seguimientos, remisiones y actas para la orientación psicológica para las personas mayores del centro vida el oso, con el fin de atender sus necesidades emocionales para darle manejo de manera prioritaria. Se atendieron casos de manera interdisciplinaria desde el área psicosocial a casos específicos como notificaciones de llamados de atención, procesos de Sisbén y valoración conjunta (psicología, trabajo social, enfermería y gerontología).	Se realizan seguimiento para valoración individual a los beneficiarios del Centro vida el Oso. - Documentos físicos se encuentran en carpeta. - Documentos escaneados en el drive del centro vida el oso. - Registro Fotográfico	Se realiza el abordaje a las solicitudes para el área de psicología en la que se brindan estrategias a los beneficiarios de salud emocional y mental. Se logra dar respuesta a las solicitudes enviadas desde las diferentes áreas.
H. Apoyar cuando le sea requerido en las jornadas de descentralización del Centro Vida el Oso.	Actualmente no se puede llevar a cabo la ejecución de dicho alcance, porque no se cuenta con la oferta de descentralización en el centro vida el oso.	No aplica	No se obtiene el logro, porque no hay planeación y ejecución para el cumplimiento.

I Presentar los informes de acuerdo a los requerimientos del supervisor, diligenciando base de datos de SPP (sistema de políticas públicas)	Se ejecuta el informe para la evidencia de las actividades realizadas y el registro de capacitaciones y atenciones en el formato de indicadores durante el mes de julio de 2025 en el Centro Vida el Oso.	Se realiza desarrollo de objetivos.	Se logra el registro de las orientaciones grupales e individuales dadas desde el área de psicología.
J Las demás actividades inherentes al objeto contractual.	Durante el mes de julio de 2025 se realiza apoyo en comedor para la entrega de los alimentos para los beneficiarios del centro vida el oso. Se apoya al área de trabajo social en la actividad de redes de apoyo en fortalecimiento de lazos afectivos entre los beneficiarios del centro vida el oso. Se llevó a cabo el día sábado 26 de julio de 2025.	- Evidencia Fotográfica Se realiza el desarrollo de la actividad con los con un grupo específicos de familiares de los adultos mayores. -Evidencia Fotográfica. - Evidencia fotográfica	Se hace entrega de la alimentación con total normalidad a los beneficiarios del centro vida el oso. Se logra impactar al grupo familiar de los casos específicos al debido acompañamiento y fortalecimiento de los lazos afectivos del núcleo familiar.

8. **Psicóloga**
Ana Maria Rojas A.

	Se apoya al área de trabajo social en la lectura de las PQR del centro vida el oso. Se llevó a cabo el día 28 de julio de 2025.	- Acta Física - Acta escaneada en drive del centro vida el oso.	Se logra escuchar las recomendaciones como también las felicitaciones de los beneficiarios del centro vida el oso, para con ello dar oportuna respuesta a sus inquietudes para mejorar y para mantener lo positivo logrado.

Ana Maria Rojas A.

Firma
Nombre: Ana Maria Rojas Arango
CC. 1.088.267.406

Anexos

ACTA JULIO 2025

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Última ...
Acta Lectura de Buzon 30 de julio jornad...	1:34 p.m.
Acta Llamado de atención Jose Arley Fe...	1:35 p.m.
Acta Redes de Apoyo familiar- 26 de Juli...	9:46 a.m.
Acta reunión interdisciplinar 09 julio .pdf	1:37 p.m.
Acta reunión interdisciplinar 16 Julio.pdf	1:37 p.m.
Acta Reunión interdisciplinario -Julio 2 d...	1:34 p.m.
reunión semanal 3(	

CAPACITACIONES MES ...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

ombre	Última ...
ACTA TALLER HABILIDADES SOCIALES.....	7:12 p.m.
ACTA TALLER IMPORTANCIA DE CUIDAR...	7:19 p.m.
ACTA TALLER TOMA DE DECISIONES Y E...	6:55 p.m.
ACTA TALLER USO DE LA TECNOLOGÍA.....	7:02 p.m.


SEGUIMIENTOS MES DE...
Tipo
Personas
Modificado
Fuente
Nombre
Última ...
Isabel Cristina Alvarez .pdf 1:39 p.m.
Julialba Posada -Segiimiento .pdf 1:40 p.m.
Seguimiento - Libardo Cervera .pdf 1:41 p.m.
seguimiento Edelmira Quintero .pdf 6:35 p.m.
Seguimiento Fanny Moreno .pdf 6:35 p.m.
Seguimiento María Lucelly Marulanda .pdf 6:35 p.m.

Buscar en Drive

ANA MARIA

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Última ...
ACTA JULIO 2025	2:11 p.m.
CAPACITACIONES MES DE JULIO 2025	7:20 p.m.
SEGUIMIENTOS MES DE JULIO 2025	6:39 p.m.
VALORACIONES MES DE JULIO 2025	2:11 p.m.
INFORME FOTOS JULIO 2025.doc	1:26 p.m.
INFORME PROFESIONAL JULIO DE 2025...	7:21 p.m.

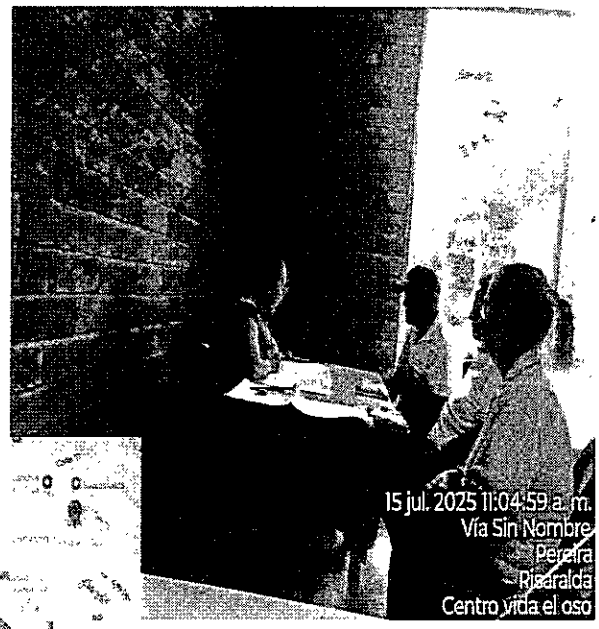


Nombre	Última ...
Valoración -Edelmira Quintero .pdf	10:33 p.m.
Valoración -Ernestina Duarte .pdf	10:30 p.m.
Valoración -German Chavarría .pdf	10:29 p.m.
Valoración -Isabel Cristina Alvarez .pdf	10:33 p.m.
Valoración Maria Lucelly Marulanda.pdf	10:31 p.m.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025



Obligación: a
Nombre actividad: Valoraciones proyectivas
Fecha: 15 de Julio de 2025
Lugar: Oficina psicología centro vida el oso



Obligación: a
Nombre actividad: Valoraciones proyectivas
Fecha: 15 julio de 2025
Lugar: Oficina psicología centro vida el oso



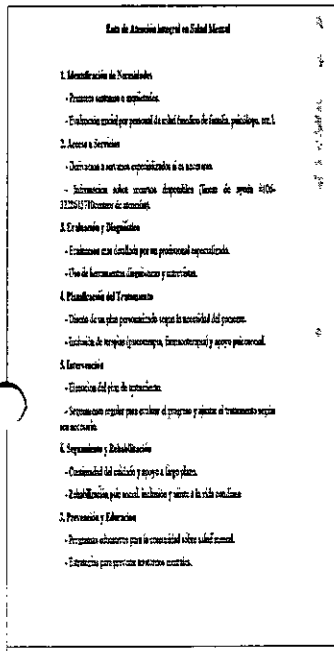
Obligación: a
Nombre de la actividad: Valoraciones
Fecha: 18 de julio de 2025
Lugar: Oficina Centro vida el oso



Obligación: b
Nombre de la actividad: Socialización ruta de atención integral de la salud mental
Fecha: 8 de Julio de 2025

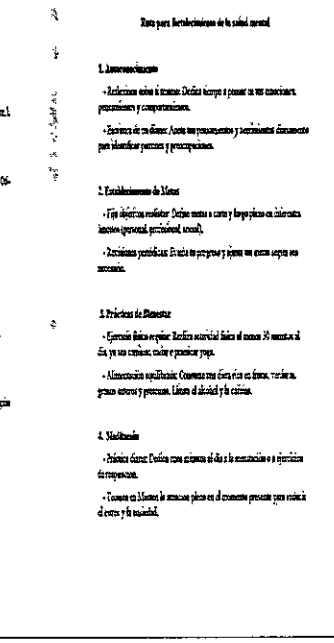
Lugar: Salón Multifuncional centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.** **PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025



Ruta de Atención Integral en Salud Mental

1. Identificación de Necesidades
- Presunto sufrimiento o sospechoso.
- Evaluación inicial por personal de salud (medico de familia, psicólogo, etc.).
2. Acceso a Servicios
- Derivación a servicios especializados si es necesario.
- Información sobre recursos disponibles (líneas de apoyo 106-3225417 Número de atención).
3. Evaluación y Diagnóstico
- Evaluación con clínicos por un profesional especializado.
- Uso de herramientas diagnósticas y entrevistas.
4. Planificación del Tratamiento
- Diseño de un plan personalizado según la necesidad del paciente.
- Inclusión de terapias (psicoterapia, farmacoterapia) y apoyo psicosocial.
5. Intervención
- Ejecución del plan de tratamiento.
- Seguimiento regular para evaluar el progreso y ajustar el tratamiento según sea necesario.
6. Seguimiento y Rehabilitación
- Continuidad del cuidado y apoyo a largo plazo.
- Rehabilitación psicosocial, inclusión y apoyo a la vida cotidiana.
7. Prevención y Educación
- Programas educativos para la comunidad sobre salud mental.
- Estrategias para prevenir trastornos mentales.



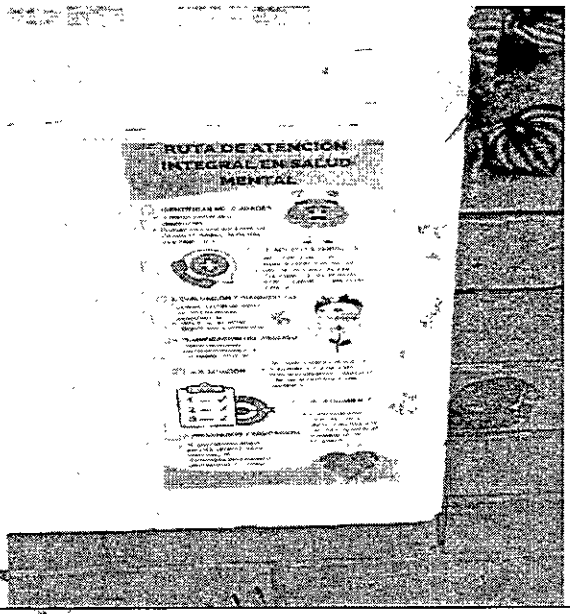
Ruta para fortalecimiento de la salud mental

1. Autoconocimiento
- Reflexiones sobre tu mismo. Dedica tiempo a pensar en tus emociones, pensamientos y comportamientos.
- Escritura de un diario: Anota tus pensamientos y herramienta diariamente para identificar patrones y preocupaciones.

2. Establecimiento de Metas
- Fija objetivos realistas: Define metas a corto y largo plazo en diferentes ámbitos (personal, profesional, social).
- Revisiones periódicas: Evalúa tu progreso y ajusta tus metas según sea necesario.

3. Prácticas de Bienestar
- Ejercicio físico regular: Realiza actividad física al menos 30 minutos al día, ya sea caminar, correr o practicar yoga.
- Alimentación equilibrada: Consume una dieta rica en frutas, verduras, granos enteros y proteínas. Limita el alcohol y la cafeína.

4. Meditación
- Práctica diaria: Dedica unos minutos al día a la meditación o a ejercicios de respiración.
- Técnicas de atención plena: en el momento presente para reducir el estrés y la ansiedad.



Obligación: **b**
Nombre actividad: Estrategias para activar la Ruta de atención integral en salud mental.

Fecha: Mes de julio de 2025

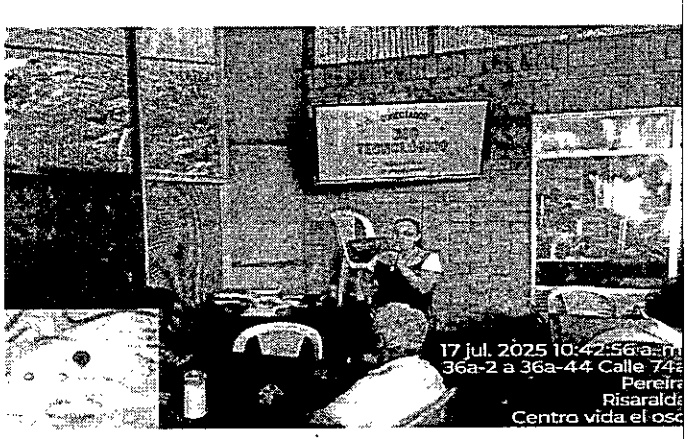
Lugar: Centro vida el Oso.

Obligación: **b**
Nombre actividad: Mapa de ruta de atención integral en salud mental.

Fecha: Mes de julio de 2025

Lugar: Centro vida el oso.





Obligación: **c**
Nombre actividad: Capacitación" Habilidades Sociales"

Fecha: 3 de julio de 2025

Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.

Obligación: **c**
Nombre actividad: Capacitación "Uso Tecnológico"

Fecha: 17 de julio de 2025

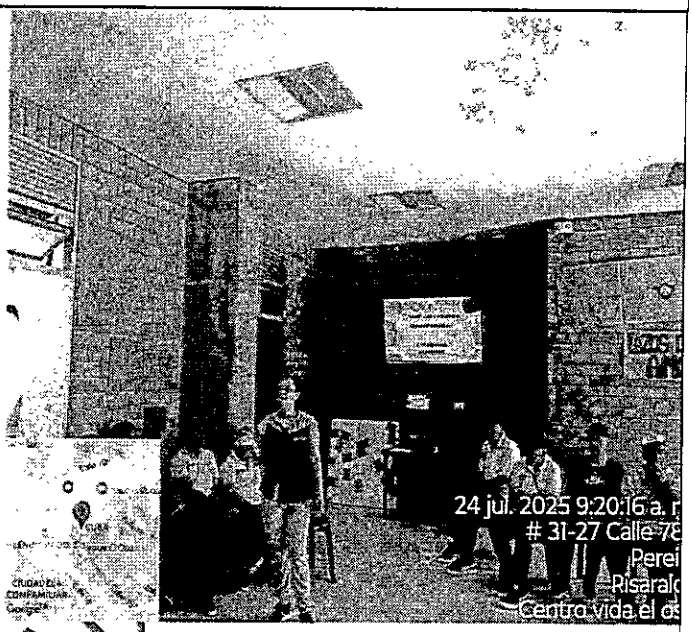
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025

Versión: 1	Vigencia: 2025





Obligación: **c**
Nombre actividad: Capacitación "Importancia de las actividades Cognitivas"

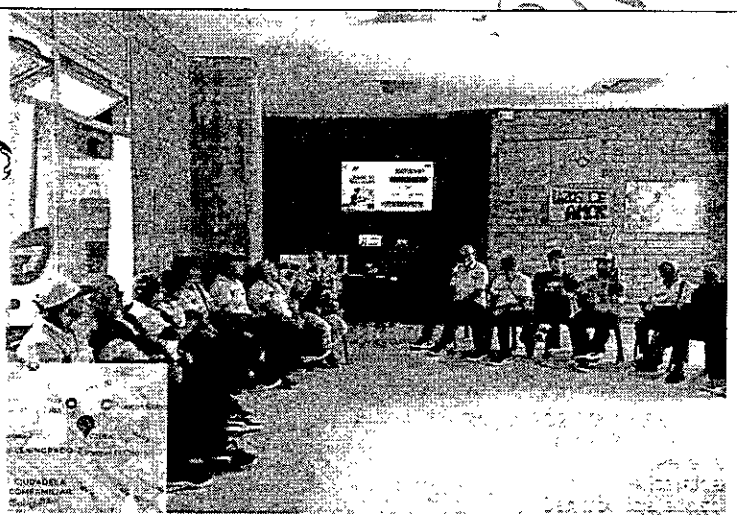
Fecha: 31 de julio de 2025

Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.

Obligación: **d**
Nombre actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores.

Fecha: 24 de julio de 2025

Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.





Obligación: **d**
Nombre actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores

Fecha: 24 julio de 2025

Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso

Obligación: **d**
Nombre de la actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores

Fecha: 24 de julio de 2025

Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025

Versión: 1	Vigencia: 2025





Obligación: **e**
Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva encuentro intergeneracional.
Fecha: 25 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación: **e**
Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva encuentro intergeneracional.
Fecha: 25 julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso





Obligación: **e**
Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva encuentro intergeneracional.
Fecha: 25 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

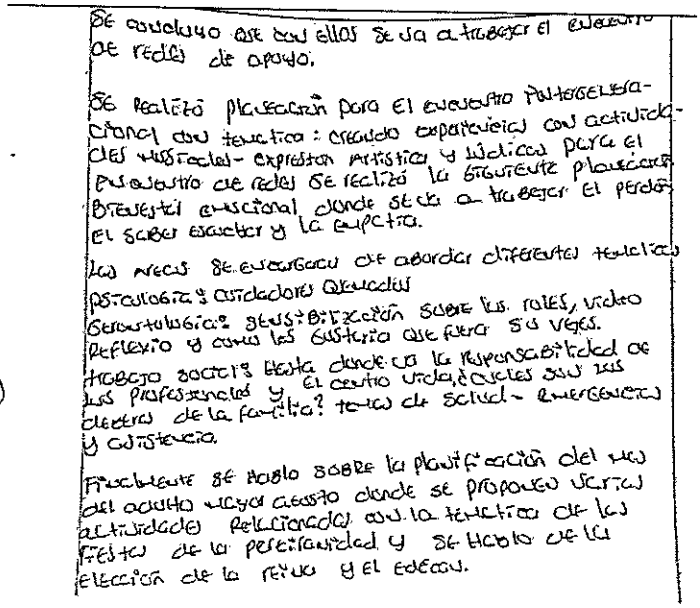
Obligación: **f**
Nombre de la actividad: Planeación Actividades para mes del adulto mayor
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025

Versión: 1

Vigencia: 2025



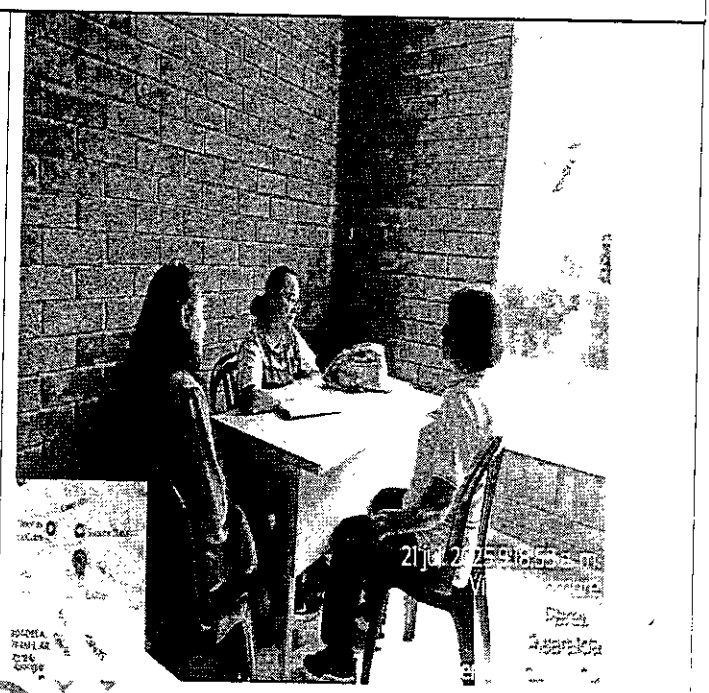
se evaluo que con ellos se va a trabajar el ejercicio de redes de apoyo.

Se realizó planeación para el encuentro intergeneracional con temática: creando experiencias con actividades intergeneracional- expresión artística y lúdicas para el encuentro de redes se realizó la siguiente planeación bienestar emocional donde se va a trabajar el perdón el saber escuchar y la empatía.

las áreas se encargaron de abordar diferentes temáticas psicología: sensibilización sobre los roles, video generatividad reflexión y como les gustaría que fuera su vejez. trabajo social: hasta donde va la responsabilidad de los profesionales y el centro vida, ciclos vitales de la familia? temas de salud - emergencia y existencia.

Finalmente se habló sobre la planificación del mes del adulto mayor donde se propone varias actividades relacionadas con la temática de los fiestas de la peregrinidad y se habla de la elección de la reina y el edecan.

Obligación: f
Nombre de la actividad: Planeación Actividades para mes del adulto mayor
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: g
Nombre de la actividad: Seguimientos
Fecha: Mes de ju de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: g
Nombre de la actividad: Seguimientos
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



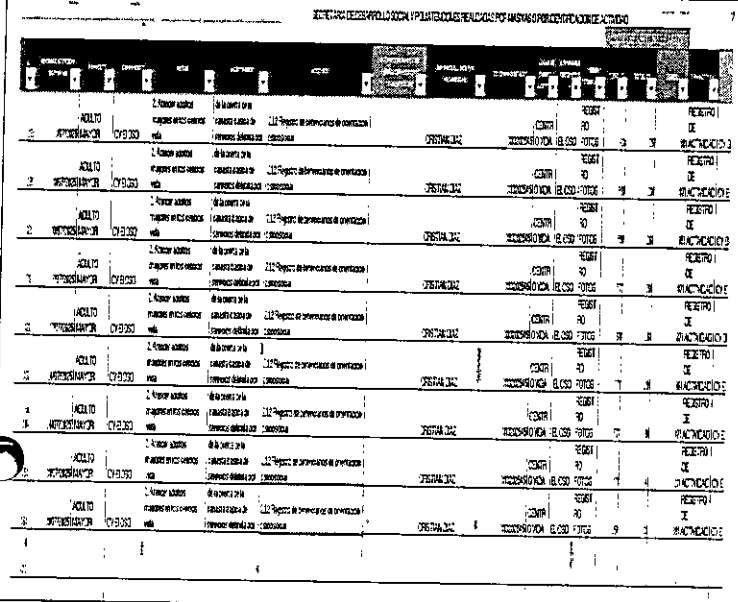
Obligación: g
Nombre de la actividad: seguimientos interdisciplinarios para activación de ruta.
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025

Versión: 1

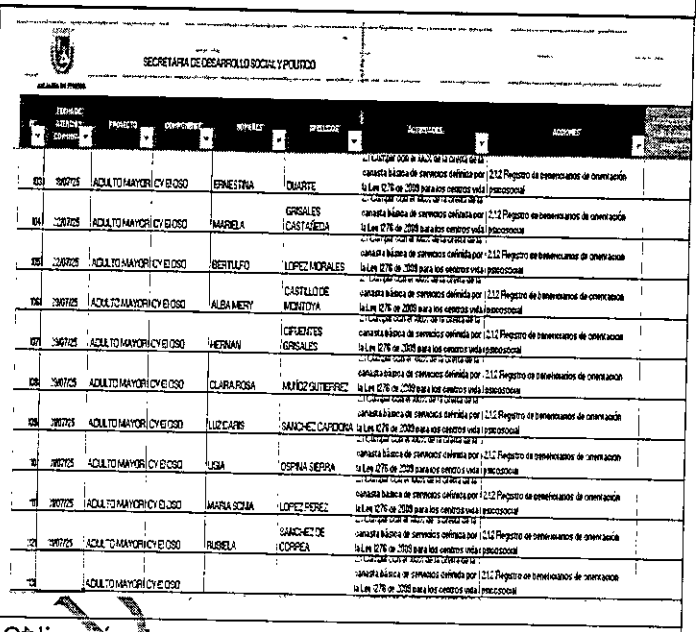
Vigencia: 2025



Obligación: I

Nombre de la actividad: Diligenciamiento de base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).

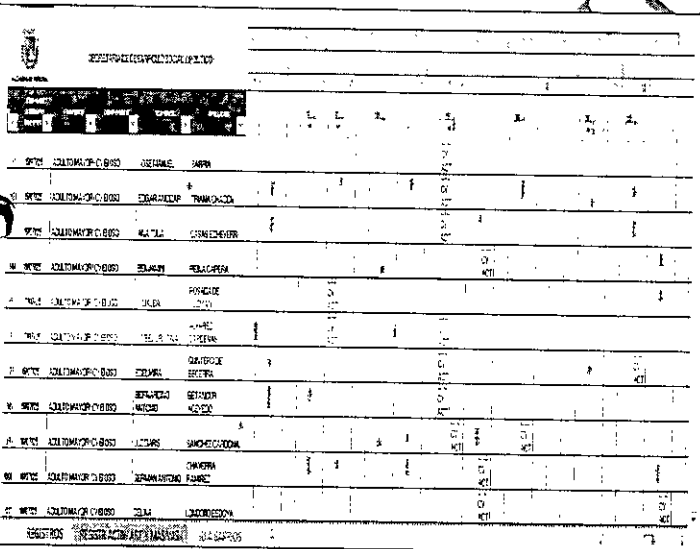
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: I

Nombre de la actividad: Diligenciamiento base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).

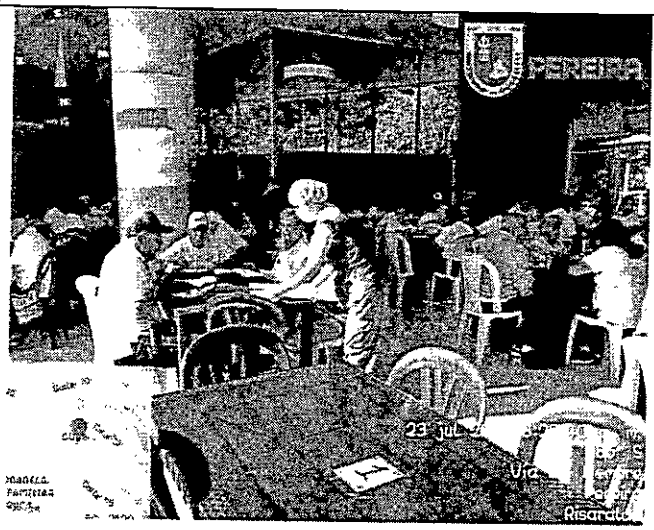
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: I

Nombre de la actividad: Diligenciamiento de base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).

Fecha: Mes de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J

Nombre de la actividad: Comedor
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del de 2 de julio –al 1 de agosto DE 2025

Versión: 1

Vigencia: 2025



Obligación: J
Nombre de la actividad: Acompañamiento Redes de Apoyo.
Fecha: 26 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J
Nombre de la actividad: apoyo en lectura de PQRS.
Fecha: 30 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**DIA: 17 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: MAÑANA**
NOMBRE DEL TALLER	**USO DE LA TECNOLOGIA**	

OBJETIVO: Brindar a los adultos mayores herramientas básicas para el uso de la tecnología, fortaleciendo sus habilidades digitales con el fin de mejorar su comunicación, autonomía, acceso a la información y calidad de vida.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. ¿Por qué es importante?
2. Barreras comunes
3. Ejemplos
4. ¿Recuerdas cual fue tu primer celular?
5. Aplicaciones para meditar
6. ¿Qué emoción es?

METODOLOGIA:

1. Se les realiza sensibilización del manejo de la tecnología, de los riesgos y beneficios, además se realizaron actividades en las cuales los usuarios expresaron como se sentían emocionalmente por medio de emojis

CONCLUSIONES:

1. El uso de la tecnología en los adultos mayores no solo les permite estar conectados con sus seres queridos y el mundo actual, sino que también fortalece su autoestima, independencia y bienestar emocional. Esta capacitación demuestra que, con acompañamiento y práctica, aprender sobre tecnología es posible a cualquier edad.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 87 usuarios

PROFESIONAL: ANA MARIA ROJAS
C.C: 1.088.267.406
CARGO: PSICÓLOGA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025



ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**PROGRAMA ADULTO MAYOR** **ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO**	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**DIA:24 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: MAÑANA**
NOMBRE DEL TALLER	**TOMA DE DECISIONES Y EMPODERAMIENTO**	

OBJETIVO: Fortalecer el empoderamiento personal y la capacidad de decisión en adultos mayores, reconociendo su experiencia, autonomía y derecho a elegir.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Qué es empoderarse al decidir
2. Por qué trabajarlo
3. Decisiones en el hogar
4. Decisiones personales
5. Decisiones familiares
6. Decisiones de salud y bienestar

METODOLOGIA:

1. En el dialogo constante con los usuarios se realizaron preguntas que ayudaran a los usuarios ser conscientes de las decisiones que deben tomar día tras día las cuales los empoderan

CONCLUSIONES:

1. La capacitación evidenció que fortalecer la toma de decisiones en los adultos mayores promueve su autonomía, confianza y sentido de control sobre su vida. Al brindar espacios de reflexión y actividades lúdicas, se favorece el empoderamiento personal y se reconoce el valór de su experiencia, permitiéndoles participar activamente en su bienestar y relaciones cotidianas.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 87 usuarios

PROFESIONAL: ANA MARIA ROJAS
C.C: 1.088.267.406
CARGO: PSICÓLOGA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**PROGRAMA ADULTO MAYOR** **ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO**	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

NOMBRE

DALLANA ALEJANDRA AMADO PRADA

PERIODO:
02 DE JULIO AL 1 DE AGOSTO DE 2025

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	**NOMBRE: DALLLANA ALEJANDRA AMADO PRADA**						
Número del Contrato	*N.* 008-2025						
Tipo de contrato	Prestación de servicios	X	Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo		
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía		
Cargo:	*Psicóloga*						
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***						

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
a. Realizar la valoración integral de la capacidad funcional de cada persona mayor del Centro Vida el Oso, que establezca su condición cognitiva y las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	**A.1** En el mes de Julio se desde el área de psicología se realiza la aplicación de escalas de valoración como lo son APGAR, YESVAGE y prueba de manecillas, las cuales son pertinentes para abordar los aspectos emocionales, familiares y cognitivos de los usuarios del centro vida oso. Lo anterior se ejecuta de manera individual, pues esto permite identificar las necesidades de cada adulto mayor para así diseñar su plan de trabajo y seguimiento.	**A1.1.** Registro fotográfico (Evidencia anexada en formato de informe fotos). Y valoraciones psicológicas apliçadas, reposan en las carpetas de los usuarios y escaneadas en carpetas Drive del centro vida el oso.	Se obtiene información verídica de los beneficiarios, obteniendo un panorama de su bienestar emocional, salud cognitiva y acompañamiento y apoyo familiar.
b. Organizar, coordinar e implementar un taller para la socialización de la ruta de atención integral en salud mental del municipio de Pereira con los beneficiarios del Centro Vida el Oso.	**B1.** El día 10 de julio del 2025, se socializa la ruta de atención integral en salud para el adulto mayor con los beneficiarios del centro vida oso **B2.** El día 21 de julio del 2025, se pone en físico la ruta de atención en un lugar visible, en el cual los usuarios puedan tener fácil acceso a la información que esta contiene.	**B1.1.** Registro fotográfico de la capacitación (Evidencia anexada en formato de informe de fotos). **B2.2.** Ruta de atención integral en salud mental de manera digital anexada al formato de fotos.	Se logra que los usuarios identifiquen la ruta y el paso a seguir dado que se presente una situación que lo requiera

c. Implementar capacitaciones IEC (Estrategias de información, educación y comunicación) para la generación de herramientas que permitan la identificación y manejo de emociones de manera grupal e individual según necesidad.	**C.1** El día 03 de julio, se realiza la capacitación teórico-practico sobre las *"habilidades sociales* "esto con el fin de incentivar la sana convivencia, el fortalecimiento de lazos entre integrantes del CEVI	**C1.1**. Evidencia fotográfica y presentación de la capacitación (Diapositiva), reposan en carpetas Drive del centro vida el oso.	A través de la lúdica y el juego se logró incentivar a los usuarios a fortalecer su compañerismo y apoyo entre ellos mismos.
	C.2 El día 10 de julio, se realiza capacitación teórico-practico de *"Importancia de la salud mental"*, siendo beneficioso abordar este tema para la salud integral del usuario	**C2.2**. Evidencia fotográfica y presentación de la capacitación (Diapositiva), reposan en carpetas Drive del centro vida el oso.	Se logra brindar herramientas a los usuarios para su manejo emocional tanto en el centro vida como en su cotidianidad.
	C.3 El día 17 de julio, se socializa la capacitación teórico-practica, sobre *"El uso de la tecnología"*, en este se expusieron los beneficios de la misma, así como los riesgos y las precauciones que se deben tener.	**C3.3**. Evidencia fotográfica y presentación de la capacitación (Diapositiva), reposan en carpetas Drive del centro vida el oso.	Se incentiva a los usuarios a realizar uso adecuado de las herramientas tecnológicas y además como expresar nuestras emociones por este medio.
	C.4 El 31 de julio, se lleva a cabo la capacitación teórico-practico sobre, *"estimulación cognitiva"* en el cual se realizaron ejercicios de destreza mental que permite al usuario continuar ejercitando su mente	**C4.4.** Evidencia fotográfica y presentación de la capacitación (Diapositiva), reposan en carpetas Drive del centro vida el oso.	Se logran estimular funciones tales como atención, memoria, evocación y procesos cognitivos.

d. Realizar e implementar una estrategia que incentive el empoderamiento y la toma de decisiones de las personas mayores inscritas al Centro Vida el Oso.	**D.1** El día 24 de julio, se realiza la capacitación sobre "toma de decisiones y empoderamiento", en la cual se plantearon preguntas de la vida cotidiana, analizando si han presentado esta situación y como han logrado empoderarse con las herramientas adecuadas para tomar decisiones que favorezcan su bienestar	**D1.1**. Evidencia fotográfica y presentación de la capacitación (Diapositiva), reposan en carpetas Drive del centro vida el oso.	Se abordan situaciones de la vida diaria, para que así lograr a comprensión y empoderamiento de las propias decisiones.
e. Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones Educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de los encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.	**E.1** El día 25 de julio, se realizó el cuarto encuentro intergeneracional, con la compañía del grupo Juvenil de Campistas de Pereira, en el desarrollo del mismo, el grupo de danza de la jornada tarde y mañana realizo su presentación demostrando lo aprendido en el centro vida, luego de ellos tuvieron espacio para que, por grupos entre los usuarios y los jóvenes asistentes, crearan una obra de arte y a su vez compartieran experiencias y así conocieran más unos de otros.	**E.1.1.** Evidencia fotográfica (Evidencia anexada en formato de informe de fotos).	Se logra integrar a los usuarios junto con los invitados, se expusieron gustos y experiencias con las cuales lograron crear su cuadro y a la ves incentivar a los jóvenes a las integraciones con población adulta mayor.

f. Participar en la planificación y ejecución de las actividades a desarrollar en el mes de adulto mayor en el Centro Vida el Oso.	**F.1** Se socializan las ideas de actividades a realizar en el mes del adulto mayor, con el fin de generar el cronograma para dicho mes, y así contar con la participación de todos los profesionales, para que así todas las áreas puedan liderar y ejecutar las diferentes actividades	**F.1.1** Evidencia fotográfica (Evidencia anexada en formato de informe de fotos).	Establecer las actividades o encuentros que se realizaran en el transcurso del mes que logren aportar y ser significativos para los adultos mayores
g. Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos.	**G.2.** El día 02 de julio se realiza seguimientos vía telefónica para aquellos usuarios que no han asistido al centro vida, que presentan alguna situación en específico, o se encuentran en hospitalización, para así poder estar al tanto de lo que sucede y brindar el apoyo necesario. **G.1.** Durante el mes de julio 2025, se realiza atención a usuarios que solicitan la intervención, seguimiento a casos con situaciones específicas y estimulación individual a usuarios con alguna condición, todo con el fin de brindar una orientación psicológica oportuna para las personas mayores del centro vida el oso, y darles manejo de manera prioritaria.	**G.1.1.** Documentos de seguimientos escaneados, reposan en carpetas de los beneficiarios de manera física, en Drive de centro vida el oso y evidencia fotográfica de las atenciones, en formato de fotos.	Se logra atender y realizar seguimientos a aquellos beneficiarios con casos específicos que lo requerían.

H. Apoyar cuando le sea requerido en las jornadas de descentralización del Centro Vida el Oso.	**H.1** Actualmente no se puede llevar a cabo la ejecución de dicho alcance, porque no se cuenta con la oferta de descentralización en el centro vida el oso.	**H.1.1** No aplica	No se obtiene el logro, porque no hay planeación y ejecución para el cumplimiento.
I Presentar los informes de acuerdo a los requerimientos del supervisor, diligenciando base de datos de SPP (sistema de políticas públicas)	**I.1.** Se realizó durante el mes de julio de 2025 el registro de valoraciones individuales en formato de Excel, de los beneficiarios de la jornada mañana y tarde y del mismo modo, las capacitaciones dadas desde el área de psicología.	**I.1.2.** Evidencia fotográfica en informe de fotos y formato diligenciado	Se logra el registro de las orientaciones grupales e individuales dadas desde el área de psicología.
J Las demás actividades inherentes al objeto contractual.	**J.1** En el transcurso del mes de julio, se brindó apoyo en el área del comedor y al área de manipulación de alimentos, del programa centro vida el oso. **J.2** El día 04 de julio, se apoya actividad masiva del área de deportes. **J.3** El día 09 de julio se realiza reunión de equipo interdisciplinar con el fin de socializar casos que requieren intervención especifica	**J.1.1** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos). **J.1.2** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos) **J.1.3** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos) y acta en el Drive.	Se logra óptimo servicio, apoyo y atención al adulto mayor. Se obtiene integración de adultos mayores y acompañamiento Se logra identificar los casos a los cuales se debe realizar seguimiento permanente

	J.4 Durante el mes de Julio se asiste y participa en el diplomado de liderazgo y participación ciudadana para la garantía de los derechos de población mayor	**J.1.4** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos).	Participación activa y acompañamiento de usuarios
	J.5 Apoyo al taller practico al área de trabajo social, el día 14 de julio, con el fin de incentivar a los usuarios a la participación	**J.1.5** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos).	Se obtiene la participación de los usuarios
	J.5 El día 28 de julio se realiza apoyo al área de trabajo social en la lectura de las PQR del centro vida el oso.	**J.1.6** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos).	Se logra socializar las sugerencias y peticiones de los usuarios, dando respuesta a sus solicitudes.
	J.6 El día 26 de julio se realiza el debido apoyo e intervención en el segundo encuentro de redes de apoyo	**J.1.6** Evidencia fotográfica. (anexada en formato de informe de fotos).	Se logra la participación de los cuidadores y la sensibilización hacia sus adultos mayores

Alejandra Amado P

Firma
Nombre: Dallana Alejandra Amado Prada
CC. 1234644929

Anexos

Compartido ... › INFORME 4 (2 ... › AREA PSIC... › ALEJA...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
ACTAS JULIO	yo	19:45	—
CAPACITACIONES JULIO	yo	19:45	—
REMISION JULIO	yo	19:47	—
VALORACIONES JULIO	yo	21:14	—
INFORME FOTOS ALEJANDRA JULIO 2025.doc	yo	16:50	7,5 MB

Compartido con... › ··· › ALEJAND... › CAPACITACIONES JU...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
~$TA TALLER USO DE LA TECNOLOGÍA.docx	yo	19:41	162 bytes
ACTA TALLER HABILIDADES SOCIALES.docx	yo	16:22	1,1 MB
ACTA TALLER IMPORTANCIA DE CUIDAR LA SALUD MENTAL.docx	yo	18:41	1 MB
ACTA TALLER TOMA DE DECISIONES Y EMPODERAMIENTO.docx	yo	13:51	1 MB
ACTA TALLER USO DE LA TECNOLOGÍA.docx	yo	19:41	999 kB
Habilidades sociales.pdf	yo	3 jul 2025	12 MB
Importancia de cuidar la salud mental.pdf	yo	16 jul 2025	5,4 MB
Importancia de las actividades cognitivas..pdf	yo	8:26	32,2 MB
Manejo emocional y perdón..pdf	yo	26 jul 2025	17,7 MB

Compartido conmigo › ··· › ALEJANDRA › ACTAS JULIO

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
Acta buzón de sugerencias jornada mañana.pdf	yo	30 jul 2025	1,1 MB
Acta cuarto ENCUENTRO INTERGENERACIONAL.pdf	yo	19:43	1,8 MB
Acta reunión interdisciplinar 09 julio .pdf	yo	30 jul 2025	1,8 MB
Acta reunión interdisciplinar 16 Julio.pdf	yo	30 jul 2025	2,6 MB
Acta Reunión interdisciplinario -Julio 2 de 2025.pdf	yo	30 jul 2025	2,1 MB
Acta seguimiento Blanca Aurora Zamora.pdf	yo	19 jul 2025	1,8 MB
Actas seguimiento llamadas.pdf	yo	19 jul 2025	2 MB
Planeación mes del adulto mayor.docx	yo	30 jul 2025	128 kB
Planeación mes del adulto mayor.pdf	yo	30 jul 2025	132 kB

Compartido conmigo › ··· › ALEJANDRA › REMISION JULIO

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
Jose Norberto Arango.pdf	yo	19 jul 2025	442 kB
Remisión María Doris Martínez.pdf	yo	19 jul 2025	892 kB

Compartido conm... › ··· › ALEJAND... › VALORACIONES JU...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
Valoración Amparo quintero.pdf	yo	19 jul 2025	2,6 MB
Valoración Ana María Rojas.pdf	yo	19 jul 2025	2,4 MB
Valoración Carlos Cardona.pdf	yo	19 jul 2025	2,7 MB
Valoración Darío Antonio Castañeda.pdf	yo	19 jul 2025	2,7 MB
Valoración jose Norberto.pdf	yo	19 jul 2025	2,6 MB
Valoración María Rubiela Melchor.pdf	yo	19 jul 2025	2,4 MB
Valoración psicología Jose Arley.pdf	yo	19 jul 2025	2,7 MB
Valoración psicológica Amanda Gonzalez.pdf	yo	19 jul 2025	2,6 MB

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.** **PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de agosto – DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2024

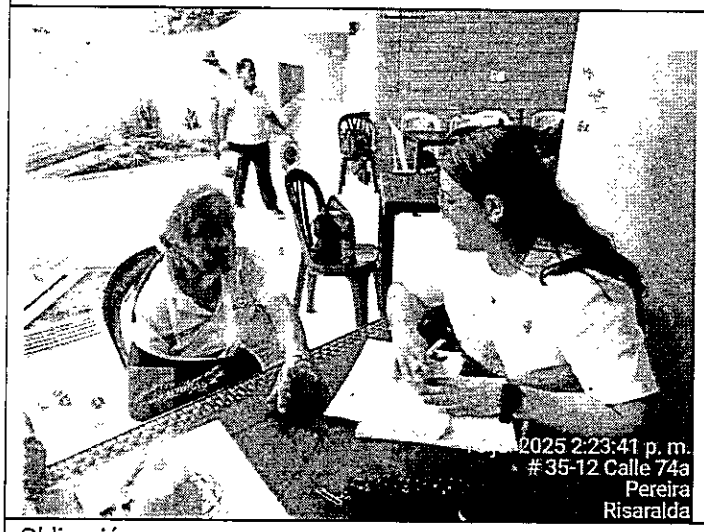
COPIA CONTROLADA



Obligación: **a**
Nombre de la actividad: Valoraciones por psicología
Fecha: 02 de Julio de 2025
Lugar: Oficina psicosocial Centro vida el oso



Obligación: **a**
Nombre de la actividad: Valoraciones por psicología
Fecha: 3 de julio de 2025
Lugar: Oficina Psicosocial Centro vida el oso



Obligación: **a**
Nombre de la actividad: Valoraciones por psicología
Fecha: 16 de julio de 2025
Lugar: Comedor Centro vida el oso



Obligación: b
Nombre de la actividad: Socialización ruta de atención integral de la salud mental
Fecha: 10 de julio de 2025
Lugar: Sala múltiple Centro Vida Oso

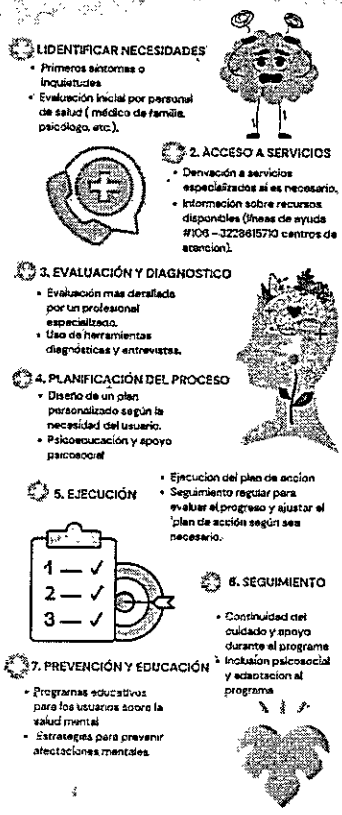
ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de a

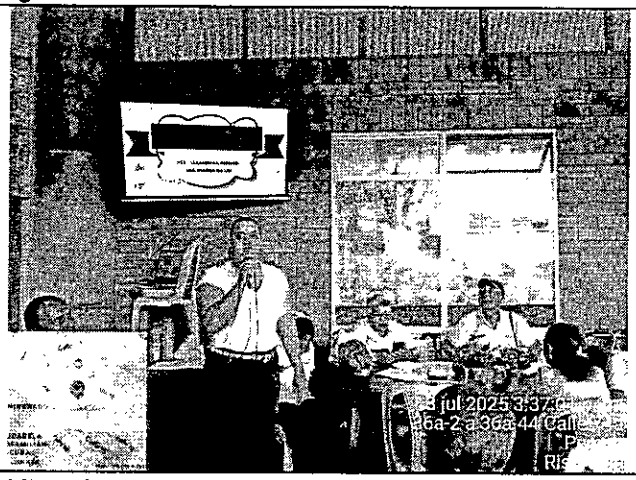
Vigencia: 2024





Obligación: b
Nombre actividad: Ubicación de ruta de atención integral física en lugar visible
Fecha: 21 de julio de 2025
Lugar: Comedor Centro vida el Oso.

Obligación: b
Nombre actividad: Mapa de ruta de atención integral en salud mental.
Fecha: 21 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



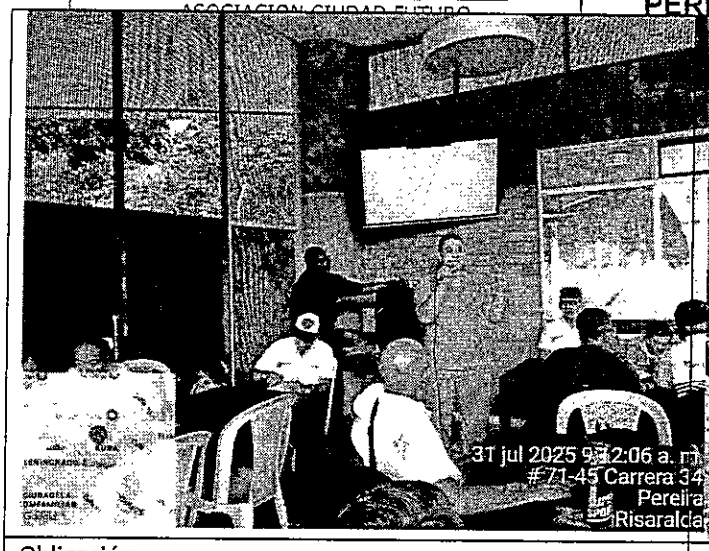


Obligación: c
Nombre actividad: Capacitación teórico-práctico habilidades sociales
Fecha: 03 de julio de 2025
Lugar: Comedor centro vida el oso.

Obligación: c
Nombre actividad: Capacitación teórico-practico uso de la tecnología
Fecha: 17 de julio de 2025
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

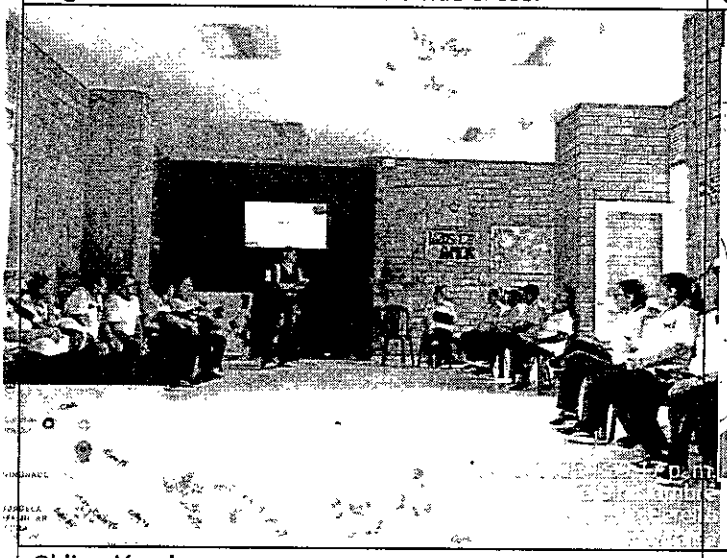
PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de



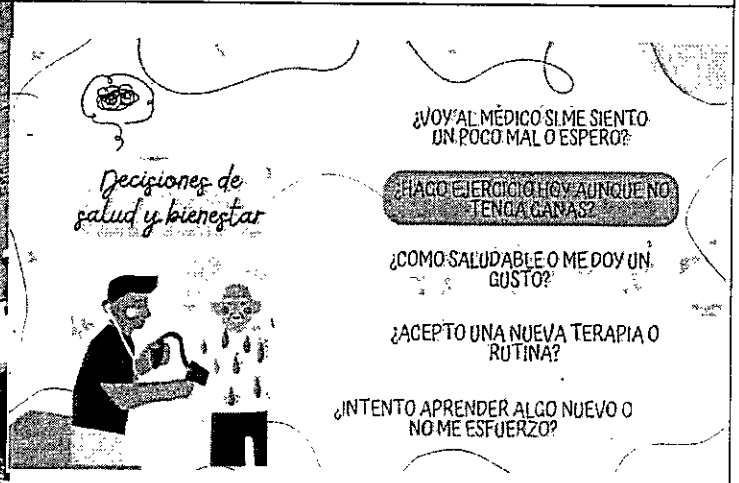
Obligación: **c**
Nombre actividad: Taller teórico practico de estimulación cognitiva
Fecha: 31 de julio 2025
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.



Obligación: **d**
Nombre actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores.
Fecha: 24 de julio de 2025
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso.



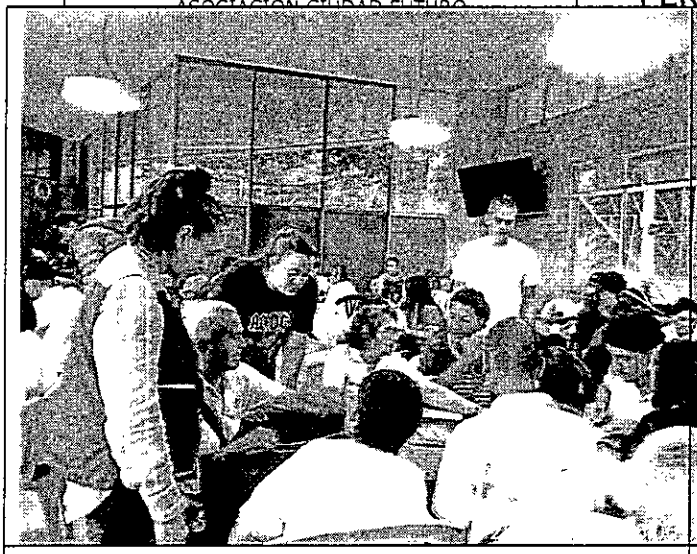
Obligación: **d**
Nombre actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores
Fecha: 24 de julio 2025
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso



Obligación: **d**
Nombre actividad: Empoderamiento y toma de decisiones en las personas adultas mayores
Fecha: 24 de julio de 2025
Lugar: Salón multifuncional centro vida el oso

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de



Obligación: **e**

Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva cuarto encuentro intergeneracional.

Fecha: 25 de julio de 2025

Lugar: Centro vida el oso



Obligación: **e**

Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva cuarto encuentro intergeneracional.

Fecha: 25 de julio de 2025

Lugar: Centro vida el oso



Obligación: **e**

Nombre de la actividad: Apoyo en actividad masiva cuarto encuentro intergeneracional.

Fecha: 25 de julio de 2025

Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 901112250-4

Alcaldía de PEREIRA

PLANEACION DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR EN EL MES DEL ADULTO MAYOR (AGOSTO)

Objetivo: Establecer las actividades o encuentros que se realizaran en el transcurso del mes que logren aportar y sean significativos para los adultos mayores

Fecha de ejecución: Mes de agosto

Lugar: Centro Vida El Oso.

Jornada: Mañana y tarde.

Actividades propuestas

Karaoke: Se pretende realizar jornada de karaoke en la cual los adultos mayores participen con canciones de su época con el fin de traer recuerdos y disfrutar de sus gustos musicales.

Caballitos: Los usuarios realizaran caballitos de palo, que se lideraran desde el área de manualidades, para con esto realizar un desfile y premiar al más creativo.

Reinado: Teniendo en cuenta que para este mes se realizan la celebración de las fiestas de la cosecha de Pereira, se realizaran jornadas de elección y coronación de las reinas del centro vida.

Obligación: **f**

Nombre de la actividad: Planeación mes del adulto mayor

Fecha: Mes de Julio de 2025

Lugar: Centro vida el oso.



ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de

Versión: 1	Vigencia: 20

ASOCIACIÓN

Rincón de antaño: Establecer el espacio en el cual los usuarios puedan exponer sus antigüedades o reliquias, las cuales cuentan historias y están cargadas de significado sentimental.

Feria artesanal: Se pretende realizar feria artesanal en la cual los usuarios puedan exhibir sus emprendimientos o exponer sus habilidades de manera que se den a conocer y puedan generar ventas, esto logrando contar con la asistencia de personal externo

Donatos: Gestionar donación simbólico, en el cual se puedan ayudar a los usuarios que requieran de estos recursos

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

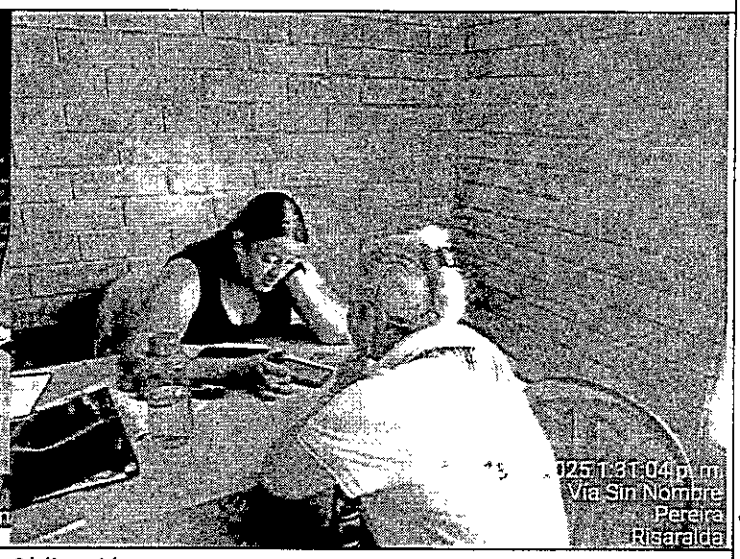
Alcaldía de PEREIRA

Todo lo anterior se realizará durante todo el mes de agosto con el apoyo de las demás áreas del CEVI, adicional se espera también realizar actividades en pro de la celebración de las fiestas de la cosecha, las cuales contienen directrices del grupo de coordinación de la alcaldía, con ello se ajustará los eventos y se asignaran fechas de la realización de los mismos.

Obligación: **f**
Nombre de la actividad: Planeación mes del adulto mayor
Fecha: 02 de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

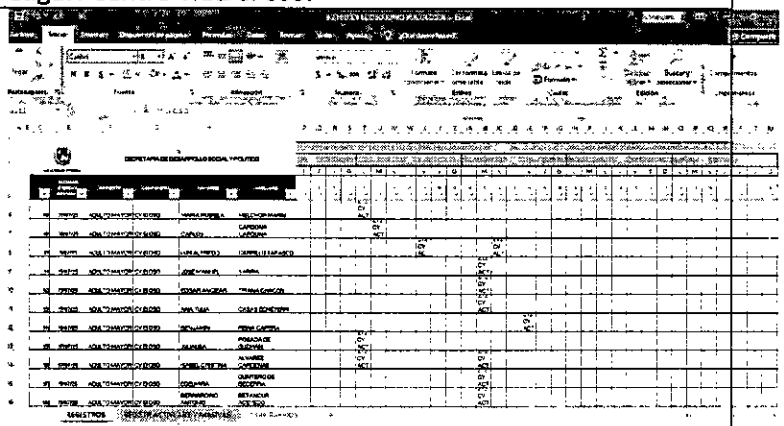
Obligación: **f**
Nombre de la actividad: Planeación mes del adulto mayor
Fecha: Mes de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.





Obligación: **g**
Nombre de la actividad: Seguimiento vía telefónica
Fecha: 02 de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

Obligación: **g**
Nombre de la actividad: Atención psicológica e intervención
Fecha: 18 de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



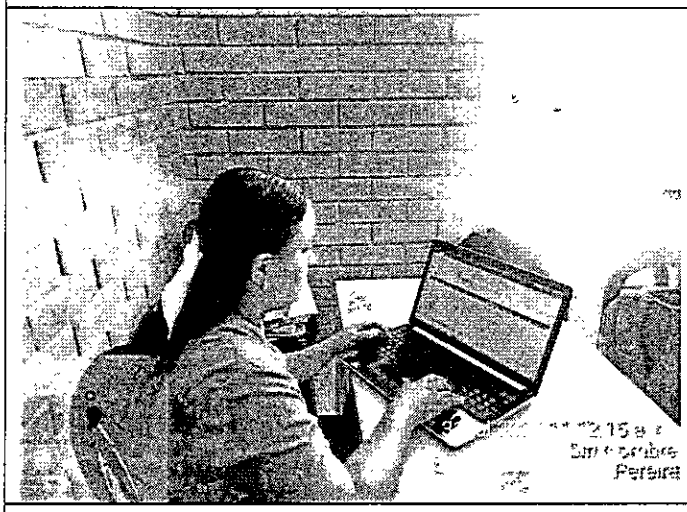
FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de agosto – DE 2025

ncia: 2024

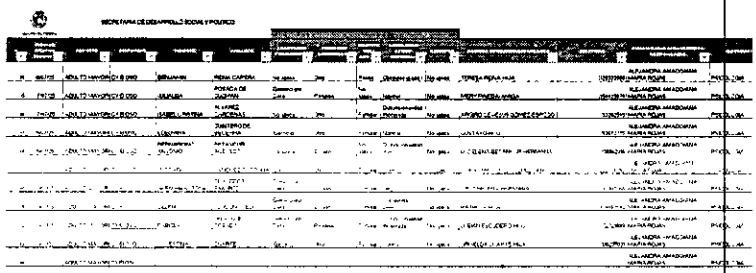


Obligación: **g**
Nombre de la actividad: Intervención psicosocial
Fecha: 11 de Julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

Obligación: **I**
Nombre de la actividad: Diligenciamiento de base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: **I**
Nombre de la actividad: Diligenciamiento de base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: **I**
Nombre de la actividad: Diligenciamiento base de datos de SPP (sistema de políticas públicas).
Fecha: Mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de



Obligación: J
Nombre de la actividad: Apoyo a comedor
Fecha: mes de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J
Nombre de la actividad: Actividad masiva área de deportes
Fecha: 04 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J
Nombre de la actividad: Reunión interdisciplinar socialización de casos
Fecha: 09 de julio 2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J
Nombre de la actividad: Asistencia y participación diplomado de liderazgo adulto mayor
Fecha: Mes de julio
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: J



Obligación: J

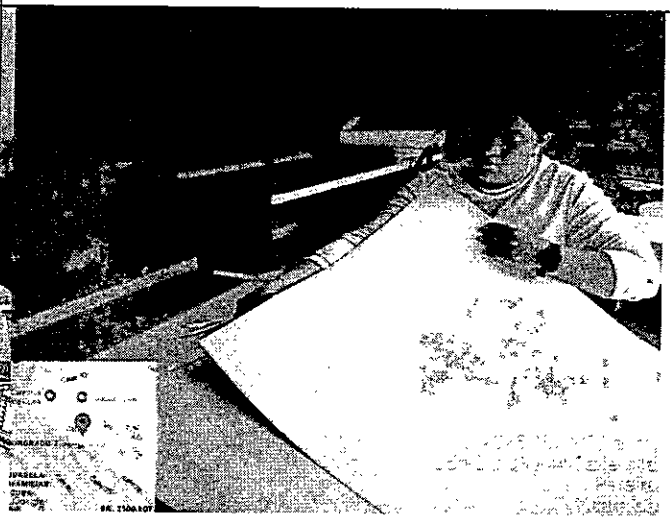
ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de agosto DE 2025

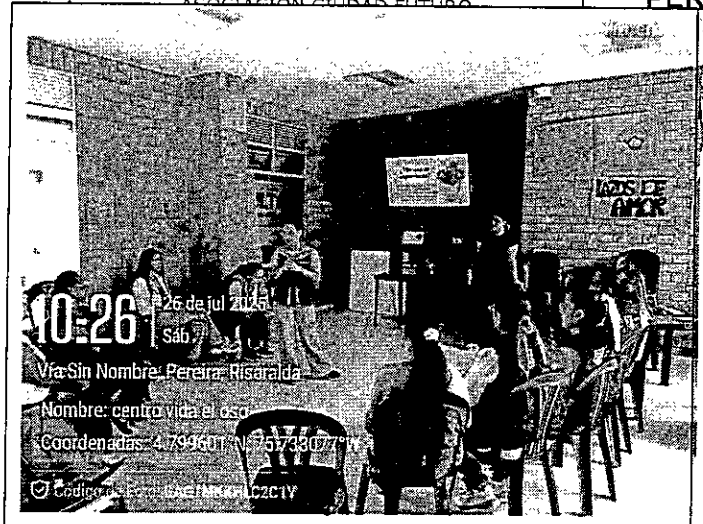
Versión: 1 Vigencia: 2024

COPIA CONTROLADA

Nombre de la actividad: Apoyo taller manual de convivencia trabajo social **Fecha:** 14 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida el oso.	**Nombre de la actividad:** Reunión equipo interdisciplinar planeación encuentros redes de apoyo e intergeneracional **Fecha:** 16 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida el oso.
	
Obligación: **J** **Nombre de la actividad:** Acompañamiento celebración día de la independencia de Colombia **Fecha:** 18 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.	Obligación: **J** **Nombre de la actividad:** Preparativos para el cuarto encuentro intergeneracional **Fecha:** 16 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.
	
Obligación: **J** **Nombre de la actividad:** Reunión organización reinado fiestas de la cosecha **Fecha:** 22 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.	Obligación: **J** **Nombre de la actividad:** Decoración y preparativos encuentro intergeneracional **Fecha:** 23 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: Del 2 de julio al 1 de

	
Obligación: J **Nombre de la actividad:** Apoyo e intervención encuentro redes de apoyo **Fecha:** 26 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.	Obligación: J **Nombre de la actividad:** Lectura buzón de sugerencias jornada mañana **Fecha:** 28 de julio de 2025 **Lugar:** Centro vida oso.

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

Gloria Inés Arias Molina
Trabajadora Social

PERIODO:
02 DE JULIO AL 1 DE AGOSTO DE 2025

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	Gloria Inés Arias Molina					
Número del Contrato	010-2025					
Tipo de contrato	Prestación de servicios	x	Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	Trabajadora social					
Proyecto	PROGRAMA CENTRO VIDA					

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
a. Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se llevó a cabo diferentes acciones previas al encuentro, tales como: convocación, decoración, preparación de las herramientas audiovisuales, del material y de las actividades a implementar. **26 de julio del 2025**- se hizo un taller para los cuidadores con el fin de Generar un espacio de sensibilización y fortalecer las redes de apoyo, promoviendo el compromiso, la corresponsabilidad y la reflexión sobre el rol que desempeña cada uno en el bienestar físico, emocional y social de las personas mayores.	-Registro fotográfico. -Diapositivas. -Planeación. -Acta.	Durante el taller las áreas de trabajo social, psicología y gerontología abordaron temas como: responsabilidades, deberes de los hijos con los padres, marco normativo, estrategias para el cuidado y herramientas para una comunicación asertiva, gestión de emociones, el perdón, por último, un espacio de reflexión logrando así un compromiso orientado al fortalecimiento de las redes de apoyo y a la construcción de entornos más protectores y participativos.
b. Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	**2 de julio del 2025**- se hizo una caracterización, registrando la información de la usuaria en los formatos preestablecidos, que incluye los siguientes aspectos: Datos sociodemográficos, Situación familiar y red de apoyo, Condiciones de vivienda e ingresos, Acceso a servicios básicos, Estado de salud general y Hábitos e intereses personales, entre otros.	-Registro fotográfico -Carpeta del usuario que reposa en el archivo de Centro Vida El Oso.	Se consolidó la carpeta de una usuaria nueva perteneciente al programa, jornada mañana, logrando la caracterización de esta.

c. Realizar valoración psicosocial a las personas adultas mayor a través de visitas domiciliarias cuando el caso sea requerido, realizando el respectivo informe y acción de respuesta correspondiente.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se ha mantenido una comunicación asertiva y una articulación interinstitucional, garantizando así el acompañamiento psicosocial. Es importante aclarar que en caso de identificar situaciones que requieran intervención se buscará una atención oportuna que garantice el bienestar de la población adulta mayor.	No aplica.	Se hizo un acompañamiento constante a las personas adultas mayores a través de la ficha de seguimiento psicosocial, lo que ha permitido reconocer la dinámica familiar, identificar factores protectores o de riesgo de manera oportuna.
d. Articular y coordinar acciones para la participación de las personas mayores y su red familiar en la conmemoración del mes del adulto mayor.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se tuvo presente la fecha según calendario del día conmemorativo del adulto mayor en Colombia. Dicho evento se proyecta para el mes de agosto, por lo que se tendrá presente realizar actividades culturales y recreativas.	-Planeación de actividades.	Se estima llevar a cabo la planeación respectiva para la conmemoración del mes del adulto mayor, con el objetivo de garantizar una jornada significativa que promueva la participación activa de las personas mayores.
e. Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se hicieron preparativos previos al encuentro intergeneracional, como: programación, decoración, preparación y apoyo de todas las áreas para el desarrollo adecuado de las actividades. **25 de julio del 2025-** Encuentro Intergeneracional: se llevó a cabo en Centro Vida en la jornada de la tarde con los jóvenes del Campamento Juveniles de Pereira. Las actividades propuestas favorecieron la socialización, la creación y el aprendizaje	-Registro fotográfico. -Planificación del encuentro Intergeneracional. -Acta. -Producto final: las obras que realizaron en conjunto se encuentran exhibidas en Centro Vida.	El encuentro intergeneracional se desarrolló de manera satisfactoria, ya que se promovió la reflexión colectiva en torno a las experiencias, fomentando el intercambio cultural, el reconocimiento del otro y la transmisión de saberes y vivencias entre generaciones a partir de la creación colectiva. Ahora bien, tanto las personas mayores como los jóvenes, se mostraron activos, dispuestos y

mayores en el Centro Vida el Oso.	mutuo entre los asistentes, generando un ambiente participativo y enriquecedor.		participativos en las actividades propuestas.
f. Participar en la planificación y ejecución de las actividades a desarrollar en la Conmemoración del mes de adulto mayor en el Centro Vida el Oso.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se tuvo en cuenta la fecha establecida en el calendario nacional para la conmemoración del Día del Adulto Mayor en Colombia para llevar a cabo actividades que promuevan su bienestar y calidad de vida.	-Planeación de actividades.	Se proyecta seguir la planeación y llevar a cabo diversas actividades durante el mes de agosto para conmemorar el mes del adulto mayor, garantizando un encuentro enriquecedor y centrado en el bienestar.
g. Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se realizaron seguimientos psicosociales con el fin de identificar factores de riesgo, factores protectores, las dinámicas familiares y promover el bienestar general, proporcionando herramientas para mejorar las relaciones sociales, familiares y del entorno. También, se hicieron atenciones individuales y grupales con el fin de hacer contención, apoyo y trabajar en temas a fortalecer. También, se hizo seguimiento vía telefónica para dar cuenta del motivo de la inasistencia de los beneficiarios y poder brindarles así el respectivo apoyo. Por otro lado, se hicieron diferentes capacitaciones con su respectiva actividad con el fin de empoderar a la población adulta mayor contribuyendo a su autonomía, autoestima y calidad de vida. Los temas fueron:	-Registro fotográfico. -Ficha de seguimiento psicosocial. -Formato de remisión. -Diapositivas, las cuales se encuentran en el drive de Centro Vida el Oso. -Ficha taller. -Acta de seguimiento a usuarios vía telefónica.	La aplicación del seguimiento psicosocial permitió reconocer la dinámica familiar del usuario, sus factores protectores y su estado anímico. En total se realizaron 31 seguimientos y 20 atenciones. Ahora bien, el seguimiento vía telefónica permitió conocer el estado de salud o situaciones de los beneficiarios, garantizando que se les haga un debido acompañamiento. En cuanto a, las capacitaciones permitieron que las personas mayores un espacio de formación al igual que ampliaran sus conocimientos frente a los temas abordados. Promoviendo al mismo tiempo,

	7 de julio del 2025- Envejecimiento activo **14 de julio del 2025-** ¿Cuál es la importancia del manual de convivencia y/o reglamento interno? **21 de julio del 2025-** Expresión de necesidades y toma de decisiones. **28 de julio del 2025-** Taller Cohesión social y grupal: construyendo vínculos a través del juego.		la atención, memoria y concentración. Se evidenció una buena participación y escucha activa.
h. Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se hizo seguimiento a los canales de comunicación institucional para identificar posibles requerimientos que demandaran intervención desde el área de trabajo social. **28 de julio del 2025-** Se realizó la lectura de los PQR (Peticiones, Quejas y Reclamos) en la jornada de la mañana, contando con la presencia de los adultos mayores, el equipo interdisciplinar y la coordinación de centro vida, esto con el objetivo de socializar las opiniones de los beneficiarios con respecto al programa.	-Registro fotográfico. -Acta.	La socialización del buzón de sugerencias promovió la participación activa de los usuarios en los procesos de mejora continua.
i. Apoyar cuando le sea requerido en las jornadas de descentralización de la oferta de servicio.	Actualmente no se puede llevar a cabo la ejecución de dicho alcance, porque no se cuenta con la oferta de descentralización en el Centro Vida el Oso.	No aplica.	No se obtiene el logro, porque no hay planeación y ejecución para el cumplimiento.

J. Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se socializó el Manual de convivencia y/o reglamento interno a los beneficiarios del programa Centro Vida. **14 Julio del 2025**- Socialización del manual de convivencia y/o reglamento interno. Algunos de los puntos que se trataron fueron: -Principios Institucionales. -Derechos y Deberes. -Servicios de la canasta básica. -Obligaciones. -Normas -Tipos de faltas, sanciones y ámbito de aplicación.	-Registro fotográfico. -Ficha taller.	Se logró socializar de manera eficaz el Manual de Convivencia de Centro Vida El Oso a los beneficiarios del programa, promoviendo una sana convivencia basada en el respeto, la empatía y la solidaridad.
k. Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se registraron las actividades ejecutadas en el respectivo Formulario Forms y Base de datos SPP para un mejor manejo de la información. Asistencia presencial al Diplomado: Liderazgo y Participación Ciudadana Para la Garantía de los Derechos de la Población Mayor. El cual se imparte los días martes y jueves en la mañana. Se archivo las debidas fichas en cada una de las carpetas de los usuarios a los que se les aplicó. De igual forma, se hizo revisión de un porcentaje de las carpetas para dar cuenta del proceso de los beneficiarios jornada mañana.	- Registro fotográfico - Base de datos - Formulario Forms - Actas	Se realizaron actividades inherentes, como es el registro oportuno de las actividades, archivo, revisión de carpetas, asistencia al Diplomado y apoyo en la zona del comedor. Colaboración activa en las diferentes actividades de las áreas, fortaleciendo el trabajo en equipo y en pro de la atención integral de los usuarios. Asistencia presencial a las reuniones contribuyendo al fortalecimiento de los procesos

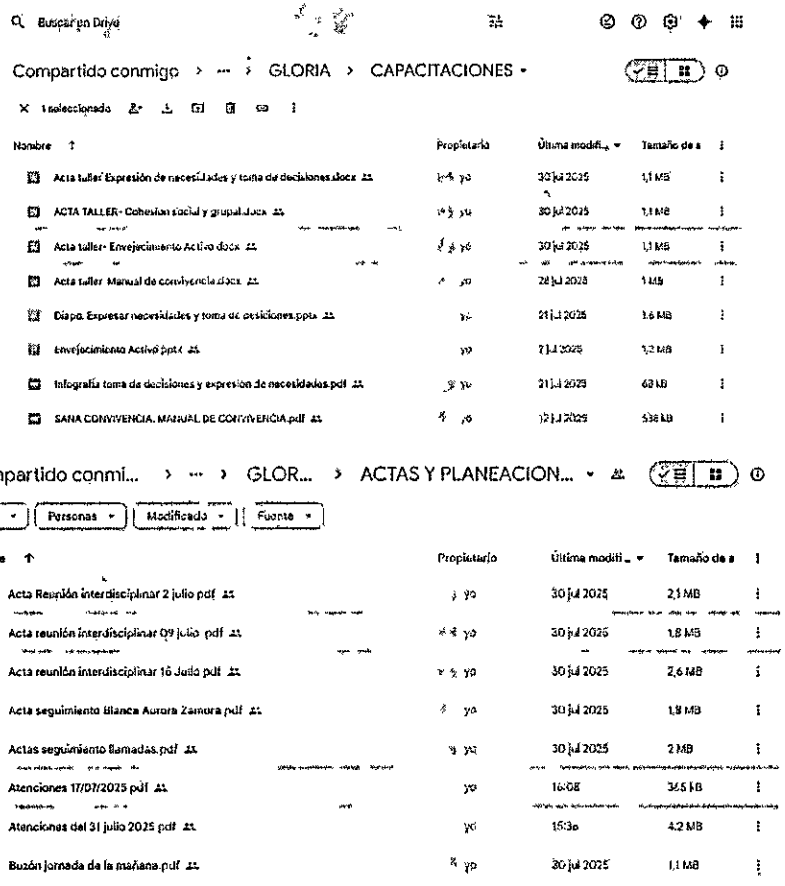
	Se brindó apoyo en la zona del comedor, haciendo entrega de alimentos con las respectivas medidas de seguridad. También, se brindó soporte en las actividades de las siguientes áreas: **3 de julio del 2025** – Capacitación "Habilidades sociales" área psicología. **4 de julio del 2025**– Apoyo en las actividades culturales, deportivas y recreativas, área deportes. **10 de julio del 2025** – Capacitación "Importancia de cuidar la salud mental" área psicología. **17 de julio del 2025**- Capacitación "Uso de Tecnología" área psicología. **18 de julio del 2025**– Apoyo en la actividad de deportes, celebración 20 de julio. **19 de julio del 2025**– Apoyo en la actividad de deportes, celebración 20 de julio. **24 de julio del 2025**- Capacitación" Toma de Decisiones" área psicología. **24 de julio del 2025**- Actividad deportiva Caminata, área deportes. Por último, se asistió a las reuniones de manera presencial en Centro Vida:		internos y para una mejor prestación del servicio.

	2 de julio del 2025- Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **4 de julio del 2025-** Reunión con equipo psicosocial de la Alcaldía de Pereira. **9 de julio del 2025-** Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **16 de julio del 2025-** Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **22 de julio del 2025-** Reunión con equipo interdisciplinar y coordinación. **30 de julio del 2025-** Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología.		

Firma
Gloria Inés Arias Molina
CC. 1225092595

Trabajadora Social
Gloria Inés Arias Molina

ANEXOS



Buscar en Drive

Compartido conmigo › ··· › GLORIA › CAPACITACIONES

1 seleccionado

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
Acta taller Expresión de necesidades y toma de decisiones.docx	yo	30 jul 2025	1,1 MB
ACTA TALLER- Cohesion social y grupal.docx	yo	30 jul 2025	1,1 MB
Acta taller- Envejecimiento Activo.docx	yo	30 jul 2025	1,1 MB
Acta taller Manual de convivencia.docx	yo	28 jul 2025	1 MB
Diapo. Expresar necesidades y toma de decisiones.pptx	yo	21 jul 2025	1,6 MB
Envejecimiento Activo.pptx	yo	21 jul 2025	1,2 MB
Infografía toma de decisiones y expresion de necesidades.pdf	yo	21 jul 2025	68 kB
SANA CONVIVENCIA. MANUAL DE CONVIVENCIA.pdf	yo	21 jul 2025	536 kB

Compartido conmi... › ··· › GLOR... › ACTAS Y PLANEACION...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...	Tamaño de a
Acta Reunión interdisciplinar 2 julio.pdf	yo	30 jul 2025	2,1 MB
Acta reunión interdisciplinar 09 julio .pdf	yo	30 jul 2025	1,8 MB
Acta reunión interdisciplinar 16 Julio.pdf	yo	30 jul 2025	2,6 MB
Acta seguimiento Blanca Aurora Zamora.pdf	yo	30 jul 2025	1,8 MB
Actas seguimiento llamadas.pdf	yo	30 jul 2025	2 MB
Atenciones 17/07/2025.pdf	yo	16:08	365 kB
Atenciones del 31 julio 2025.pdf	yo	15:3o	4,2 MB
Buzón jornada de la mañana.pdf	yo	30 jul 2025	1,1 MB

Compartido c... › INFORME 4 (2 D... › AREA PSICO... › GL...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...
ACTAS Y PLANEACIONES	yo	15:57
CAPACITACIONES	yo	15:59
CRONOGRAMAS	yo	15:59
SEGUIMIENTOS	yo	15:59

Compartido conmigo › ··· › GLORIA › CRONOGRAMAS

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...
CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 02 JULIO AL 05 DE JULI...	yo	30 jul 2025
CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 07 JULIO AL 12 DE JULI...	yo	30 jul 2025
CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 14 JULIO AL 19 DE JULI...	yo	30 jul 2025
CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 21 JULIO AL 26 DE JULI...	yo	30 jul 2025
CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 28 JULIO AL 31 DE JULI...	yo	30 jul 2025

Compartido conmigo › ··· › GLORIA › SEGUIMIENTOS

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre	Propietario	Última modifi...
Seguimiento Alba Mery Castillo.pdf	yo	30 jul 2025
Seguimiento Amparo Quintero Castañeda.pdf	yo	30 jul 2025
seguimiento Benjamin Reina Capera.pdf	yo	30 jul 2025
seguimiento carmen acosta.pdf	yo	30 jul 2025
seguimiento Consuelo Bolivar Restrepo .pdf	yo	30 jul 2025
seguimiento Dario Antonio Castañeda .pdf	yo	15:34
Seguimiento Efraín Antonio Bermudez.pdf	yo	30 jul 2025
seguimiento Elvia Marina Rios.pdf	yo	30 jul 2025

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 14 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: Mañana**
NOMBRE DEL TALLER	Apostamos a una sana convivencia- Manual de convivencia	

OBJETIVO: Socializar a los usuarios pertenecientes al programa el Manual De Convivencia de Centro Vida El Oso.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Qué es la sana convivencia, principios y herramientas.
2. Reglamento interno: Derechos y Deberes, Normas, Tipos de faltas y Sanciones.
3. Convivencia, Conservación de los bienes, uso de la infraestructura, hábitos de higiene y relaciones interpersonales.

METODOLOGIA:

1. Se socializará el tema con ayuda audiovisual
2. Mi ubicación será de frente al grupo, haciendo buen uso del tono de voz y lenguaje corporal.
3. Durante la socialización se harán pausas activas.
4. Se implementará la dinámica Quién quiere ser millonario, consta de diversas preguntas con relación al tema abordado.

CONCLUSIONES:

1. El manejo de este tema permitió que los usuarios tuvieran claridad e interiorizaran el Reglamento Interno.
2. Buena participación.
3. La dinámica permitió que los usuarios estuvieran atentos al tema y pudieran resolver dudas mientras hacían el ejercicio de responder.
4. Se clarifico la importancia de la sana convivencia y de acciones que lleven a tener una buena interacción con el otro.
5. El tema también permitió hablar sobre resolución de conflictos.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 86 personas.

GLORIA INES ARIAS MOLINA
1225092595
TRABAJADORA SOCIAL

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025



ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	D: 7 MES: 07 AÑO: 2025	JORNADA: Mañana
NOMBRE DEL TALLER	Envejecimiento activo	

OBJETIVO: Brindar a las personas mayores herramientas y conocimientos prácticos sobre el envejecimiento activo, promoviendo hábitos y actividades que favorezcan su bienestar físico, mental y social.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Concepto y pilares del envejecimiento activo.
2. Importancia de la autonomía, la participación y el autocuidado.
3. Estrategias para un envejecimiento activo: ejercicio, alimentación, vínculos sociales, estimulación mental, entre otras.
4. Promoción del bienestar emocional y sentido de propósito.

METODOLOGIA:

1. Exposición del tema, con ayuda audiovisual e incluyendo ejemplos cotidianos. En el transcurso de la charla se harán pausas activas.
2. Durante y al finalizar la teoría se abrirá un espacio para preguntas, comentarios y reflexiones frente al tema.
3. Para mayor interacción y participación del grupo, se hará dinámicas grupales que tengan como fin la estimulación cognitiva (memoria, atención, lenguaje).
4. Mi ubicación será de frente al grupo, haciendo buen uso del tono de voz y lenguaje corporal.
5. Cierre de la actividad y agradecimientos por la disposición del grupo.

CONCLUSIONES:

1. Los participantes reconocieron la importancia de mantenerse activos física, mental y socialmente para mayor bienestar y calidad de vida.
2. Se fomentó la reflexión sobre los hábitos de vida actuales y cómo fortalecer el bienestar integral.
3. La combinación de información teórica y práctica favoreció la comprensión del tema y generó un ambiente motivador y participativo.
4. Los usuarios se mostraron atentos y participativos.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 84 personas.

GLORIA INES ARIAS MOLINA
1225092595
TRABAJADORA SOCIAL

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025



ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



a. Obligación: Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.

Nombre actividad: Encuentro redes de apoyo-Taller del cuidador
Fecha: 26/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.

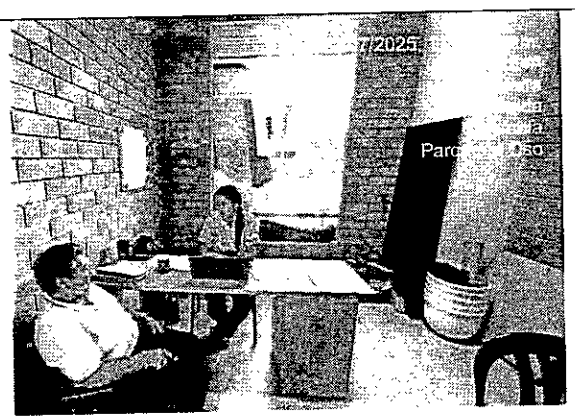


a. Obligación: Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.

Nombre actividad: Encuentro redes de apoyo-Taller del cuidador
Fecha: 26/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.



a. Obligación: Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.
Nombre actividad: Encuentro redes de apoyo-Taller del cuidador
Fecha: 26/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.

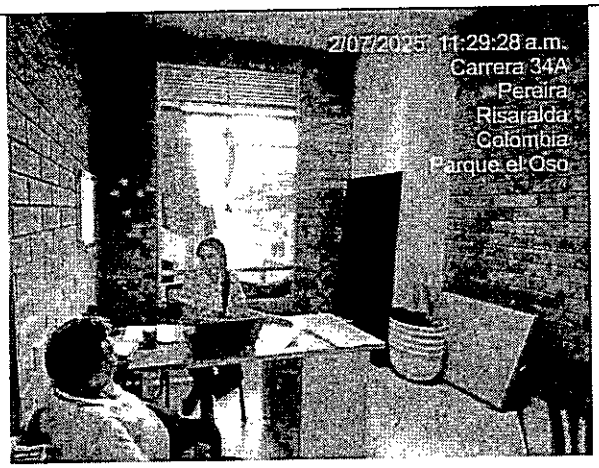


b. Obligación: Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.

Nombre actividad: Caracterización
Fecha: 2/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.** **PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



b. Obligación: Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.

Nombre actividad: Caracterización
Fecha: 2/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.



e. Obligación: Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.
Nombre actividad: Encuentro Intergeneracional.
Fecha: 25/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.



e. Obligación: Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.
Nombre actividad: Encuentro Intergeneracional.
Fecha: 25/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.



e. Obligación: Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.
Nombre actividad: Encuentro Intergeneracional.
Fecha: 25/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.

Versión: 1

Vigencia: 2025



g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.

Nombre actividad: Seguimiento psicosocial
Fecha: 4/07/2025
Lugar: oficina psicosocial; Centro Vida El Oso.



g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.

Nombre actividad: Seguimiento psicosocial
Fecha: 8/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.



g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.
Nombre actividad: Atenciones psicosociales
Fecha: 17/07/2025
Lugar: oficina psicosocial, Centro Vida El Oso.



g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.
Nombre actividad: Taller cohesión social y grupal
Fecha: 28/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso.

COPIA CONTROLADA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
h. Obligación: Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación. **Nombre actividad:** Lectura Buzón PQR **Fecha:** 28/07/2025 **Lugar:** Zona comedor, Centro Vida Oso.	**h. Obligación:** Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación. **Nombre actividad:** Lectura Buzón PQR **Fecha:** 28/07/2025 **Lugar:** Zona comedor, Centro Vida Oso.
	
j. Obligación: Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación. **Nombre actividad:** Socialización Manual de Convivencia y/o reglamento interno. **Fecha:** 14/07/2025 **Lugar:** Salón multifuncional, Centro Vida El Oso.	**j. Obligación:** Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación. **Nombre actividad:** Socialización Manual de Convivencia y/o reglamento interno. **Fecha:** 14/07/2025 **Lugar:** Salón multifuncional, Centro Vida El Oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025





j. Obligación: Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación.
Nombre actividad: Socialización Manual de Convivencia y/o reglamento interno.
Fecha: 14/07/2025
Lugar: Salón multifuncional, Centro Vida El Oso

k. Obligación: Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual.

Nombre actividad: Apoyo a comedor.
Fecha: 19/07/2025
Lugar: Zona comedor, Centro Vida El Oso





k. Obligación: Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual.

Nombre actividad: Apoyo en capacitación del área de psicología.
Fecha: 24/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso

k. Obligación: Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual.

Nombre actividad: Preparativos encuentro intergeneracional y redes de apoyo.
Fecha: 16/07/2025
Lugar: Oficina psicosocial, Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.** **PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025
	
k. Obligación: Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual. **Nombre actividad:** Reunión equipo de trabajo **Fecha:** 2/07/2025 **Lugar:** Oficina psicosocial, Centro vida el Oso	**k. Obligación:** Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual. **Nombre actividad:** Caminata, a cargo del área de deportes. **Fecha:** 24/07/2025 **Lugar:** Parque El Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

TUCable
TU LINEA AL MUNDO

Factura Electrónica De Venta No

TC No. 403163

Documento Oficial de Autorización de Numeración Facturación Electrónica No. 18764094986989 que habilita desde TC 400001 hasta TC 600000. Vence 2027-06-28

IVA Régimen Común No somos Agentes de Retención de IVA

No somos Grandes Contribuyentes

Actividad Económica ICA DEMAS 10.00 X 1000

AUTORRETENEDORES DE INDUSTRIA Y COMERCIO EN LA CIUDAD DE PEREIRA Y CARTAGO

TUCABLE SAS

Nit 900891335

CLIENTE	ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT	900415283 4
DIRECCIÓN	DEF EN EL PARQUE EL OSO -., PARQUE EL OSO
ESTRATO	

POR CONCEPTO DE

SERVICIO DE TELECOMUNICACIONES POR EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 01 AL 31 JULIO/2025

DESCRIPCIÓN DEL PLAN CONTRATADO

CORP GPON 300 MG $216.000

CIUDAD	TELÉFONO
Pereira	3113442838

FECHA FACTURA	FECHA VENCIMIENTO
23/07/2025	31/07/2025

VENDEDOR	FORMA DE PAGO
MARLY JOHANNA CELY AGUDELO	Credito

Item	Código	Descripción	Cantidad	U Medida	Valor Unitario	IVA	Valor IVA	Total
1	41457001	SERVICIO DE TELECOMUNICACIONES GRAVADO 19%	1	Und.	181.513	19%	34.487	181.513

Total líneas o ítems: 1

SUBTOTAL	**181.513**
DESCUENTO	**0**
IVA	**34.487**
TOTAL DE LA OPERACIÓN	**216.000**
RETEFUENTE	**0**
RETEIVA	**0**
RETEICA	**0**
TOTAL MENOS RETENCIONES	**216.000**

Valor en Letras

DOSCIENTOS DIECISEIS MIL PESOS M/CTE

pse

Realiza tu pago Aquí

http://app.grupo-bit.com/intranet/#/payment/dHVfY2FibGUali

Representación Gráfica de la Factura de Venta Electrónica

Fecha y Hora de Generación: 23/07/2025 14:16:43

MZ 21 CASA 30 COMUNIDAD DEPARTAMENTO BARRIO 2500 LOTES -CUBA Teléfono 3126342004 Pereira

Correo Electrónico RESPALDOTUCABLE@GMAIL.COM

CUFE: 7c090b9551495c74885aa030129c1ece0e0e71d37c6b1f5cafccbc4f320ffc4edf524aa21346e4fa31e49c43ce9f8e68 --Expedición: 23/07/2025 09:30 PM

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900.415.283-4
Calle 19 7 75 Eb Braulio Londoño
Tel: 3155091607
Pereira - Colombia

Pago

No 1148

Pagado a:	TUCABLE S.A.S.				
NIT:	900.891.335-9	**Teléfono:**	(606) 0000000 - Ext. 000	**Fecha pago:**	**Forma de pago:**
Dirección:	No aplica	**Ciudad:**	Pereira - Colombia	2025-08-05	Transferencia

El valor de: **Doscientos dieciseis mil pesos m/cte** 216,000.00

		Concepto:		**Valor:**
Anticipo	RP-1-1148	Cuota 1	05/08/2025	216,000.00

Total COP 216,000.00

Observaciones:

Elaborado por Siigo S.A.S Nit: 830.048.145-8

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

Jhon Alexander Uribe Henao
Trabajador Social

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

Trabajador Social
Jhon Alexander Uribe Henao
Tp. 4520147

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	Jhon Alexander Uribe Henao						
Número del Contrato	011-2025						
Tipo de contrato	Prestación de servicios	x	Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo		
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía		
Cargo:	Trabajadora social						
Proyecto	PROGRAMA CENTRO VIDA						

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANC	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA	LOGROS

Trabajador Social
Jhon Alexander Uribe Henao
Tp. 4520147

ES DEL CONTRATO (*)		EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	
a. Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.	Durante el periodo de julio 2 al 1 de agosto del 2025, se llevó a cabo diferentes acciones con el fin de fortalecer las redes de apoyo tales acciones como seguimientos, talleres, planeaciones, preparativos. **26 de julio del 2025**- Se realizó el taller para los cuidadores con el fin de fortalecer el vínculo de redes de apoyo familiar y vecinal brindando herramientas para un ambiente saludable y un entorno armonioso esto también hace parte de una red de apoyo sana.	-Registro fotográfico. -Acta. -planeación del evento - tarjeta de invitación	Con las actividades y talleres realizados se logra fortalecer el vínculo con la red de apoyo familiar y vecinal, se logra sensibilizar a las familias y cuidadores invitados.
b. Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, no se realizaron caracterizaciones, puesto que a la fecha ya se habían realizado en su totalidad abarcando todos los usuarios que ingresaron por primera vez. Pero si se realizaron los seguimientos respectivos.	-para este periodo no se realizaron caracterizaciones, por otra parte, se realizaron los seguimientos correspondientes, documentos que reposan en el archivo físico de centro vida el oso.	para este periodo no se realizaron caracterizaciones, por otra parte se realizaron los seguimientos correspondientes.

Trabajador Social
Jhon Alexander Uribe Henao
Tp. 4520147

c. Realizar valoración psicosocial a las personas adultas mayor a través de visitas domiciliarias cuando el caso sea requerido, realizando el respectivo informe y acción de respuesta correspondiente.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se ha mantenido una comunicación asertiva y una articulación interinstitucional, garantizando así el acompañamiento psicosocial. También es de vital importancia aclarar que en caso de identificar situaciones que requieran intervención se buscará una atención oportuna que garantice el bienestar del adulto mayor.	No aplica.	Se hizo un acompañamiento constante a las personas adultas mayores a través de la ficha seguimiento psicosocial, lo que ha permitido reconocer la dinámica familiar, identificar factores protectores o de riesgo de manera oportuna. Asimismo, se ha llevado a cabo un trabajo interdisciplinar en pro del bienestar y calidad de vida de los adultos mayores.
d. Articular y coordinar acciones para la participación de las personas mayores y su red familiar en la conmemoración del mes del adulto mayor.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se tuvo presente la fecha según calendario del día conmemorativo del adulto mayor en Colombia. Dicho evento se proyecta para el mes de agosto, por lo que se tendrá presente realizar actividades culturales y recreativas.	Planeación de actividades	Se estima cumplir con la planeación respectiva para la conmemoración del mes del adulto mayor, con el objetivo de garantizar una jornada significativa que promueva la participación activa de las personas mayores, familiares, cuidadores y redes de apoyo.
e. Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se hicieron los respectivos preparativos para el cuarto encuentro intergeneracional, tales como: programación, decoración y el apoyo de todas las áreas para el desarrollo adecuado de las actividades.	-Registro fotográfico. -Planificación del encuentro Intergeneracional. -Acta.	El encuentro intergeneracional se desarrolló de excelente manera generando gran satisfacción para los usuarios e invitados

Trabajador Social
Jhon Alexander Uribe Henao
Tp. 4520147

intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso.	**25 de julio del 2025-** Encuentro Intergeneracional: Este se llevó a cabo en Centro Vida, en la jornada de la tarde, se contó con la presencia de los jóvenes pertenecientes al campamento juveniles de Pereira, los beneficiarios, el equipo interdisciplinar y el equipo de la Alcaldía de Pereira. Las actividades realizadas fortalecen las relaciones sociales y el aprendizaje mutuo entre los usuarios y los asistentes, generando un ambiente participativo y enriquecedor.		De igual forma se promovió la reflexión colectiva en torno a las experiencias compartidas, fomentando el intercambio cultural, el reconocimiento del otro y la transmisión de saberes y vivencias entre generaciones.
f. Participar en la planificación y ejecución de las actividades a desarrollar en la Conmemoración del mes de adulto mayor en el Centro Vida el Oso.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se tuvo en cuenta la fecha establecida en el calendario nacional para la conmemoración del Día del Adulto Mayor en Colombia.	Planeación de actividades	Se proyecta hacer la planeación y llevar a cabo diversas actividades en el mes de agosto para conmemorar el mes del adulto mayor, garantizando un encuentro enriquecedor y centrado en el bienestar.
g. Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se hicieron seguimientos psicosociales con el fin de reconocer las dinámicas familiares, factores de riesgo, factores protectores, como también promover el bienestar general, proporcionando herramientas para mejorar las interacciones sociales, familiares y del entorno.	-Registro fotográfico. -Diapositivas, las cuales se encuentran en el drive de Centro Vida el Oso.	- En total se realizaron 20 intervenciones puntuales. Por otro lado, las capacitaciones permitieron que los adultos mayores tuvieran una participación activa, apropiación y conocimiento sobre las relaciones interpersonales, el

seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.	De igual manera se realizaron diferentes capacitaciones con el fin de generar conocimientos y habilidades para la población adulta mayor. Los temas abordados fueron: **7 de julio del 2025-** Envejecimiento activo **14 de julio del 2025-** ¿Cuál es la importancia del manual de convivencia y/o reglamento interno? **21 de julio del 2025-** Expresión de necesidades y toma de decisiones.		respeto por los demás entre otras.
h. Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se hizo seguimiento a los canales de comunicación institucional para identificar posibles requerimientos que demandaran intervención desde el área de trabajo social. **30 de julio del 2025-** Se realizó la lectura de los PQR (Peticiones, Quejas y Reclamos), contando con la presencia de los adultos mayores, el equipo interdisciplinar de centro vida, esto con el objetivo de socializar las opiniones de los beneficiarios con respecto al programa.	-Registro fotográfico. -Acta.	La socialización del buzón de sugerencias incentiva la participación de los usuarios en los constantes procesos de mejora y también se refuerza la confianza en los canales de comunicación establecidos.

i. Apoyar cuando le sea requerido en las jornadas de descentralización de la oferta de servicio.	Actualmente no se puede llevar a cabo la ejecución de dicho alcance, porque no se cuenta con la oferta de descentralización en el Centro Vida el Oso.	No aplica.	No se obtiene el logro, porque no hay planeación y ejecución para el cumplimiento.
J. Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación.	Durante el periodo 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se socializó el Manual de convivencia y/o reglamento interno a los beneficiarios del programa Centro Vida. **14 de julio del 2025**- Socialización del manual de convivencia y/o reglamento interno. Algunos de los puntos que se trataron fueron: -Principios Institucionales. -Derechos y Deberes. -Servicios de la canasta básica. -Obligaciones. -Normas -Tipos de faltas, sanciones y ámbito de aplicación. Para el desarrollo del taller se utilizó ayuda audiovisual con una presentación en diapositivas y la interacción de cada uno a través de una dramatización de un hecho cotidiano.	-Registro fotográfico -presentación diapositivas reposan en el drive centro vida el oso. -Manual de Convivencia y/o Reglamento Interno.	Se logró socializar de manera eficaz el Manual de Convivencia de Centro Vida El Oso a los beneficiarios del programa, promoviendo una sana convivencia basada en el respeto, la empatía y la solidaridad. De igual forma, la implementación de herramientas audiovisuales y de expresión oral han sido acogidas con éxito dentro de los usuarios de centro vida el oso.

k. Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual.	Durante el corte 2 de julio al 1 de agosto del 2025, se registraron . las actividades ejecutadas en el respectivo Formulario Forms y Base de datos SPP. - Se apoyó en la zona del comedor, haciendo entrega de alimentos como desayuno y almuerzo con las respectivas medidas de seguridad. - También la asistencia a las reuniones y capacitaciones de manera presencial las cuales fueron programadas desde la Coordinación de Centro Vida. Por último, se asistió a las reuniones de manera presencial: **2 de julio del 2025**- Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **9 de julio del 2025**- Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **16 de julio del 2025**- Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología. **30 de julio del 2025-** Reunión semanal de equipo psicosocial y gerontología.		Se realizaron actividades inherentes, como es el registro oportuno de las actividades, apoyo eficiente en la entrega de alimentos. Ccolaboración activa en las diferentes áreas del Centro Vida, fortaleciendo el trabajo en equipo y la atención integral a los usuarios. Asistencia presencial a reuniones y capacitaciones, contribuyendo al fortalecimiento de los procesos internos y a la actualización permanente de conocimientos para una mejor prestación del servicio.

Firma
Jhon Alexander Uribe Heao
CC. 4520147

ANEXOS

1/8/25, 21:37 CRONOGRAMAS - Google Drive

Drive

Buscar en Drive

Nuevo

Página principal
Mi unidad
Ordenadores
Compartido conmigo
Reciente
Destacados
Spam
Papelera
Almacenamiento (usado:...

11,29 GB de 15 GB usado

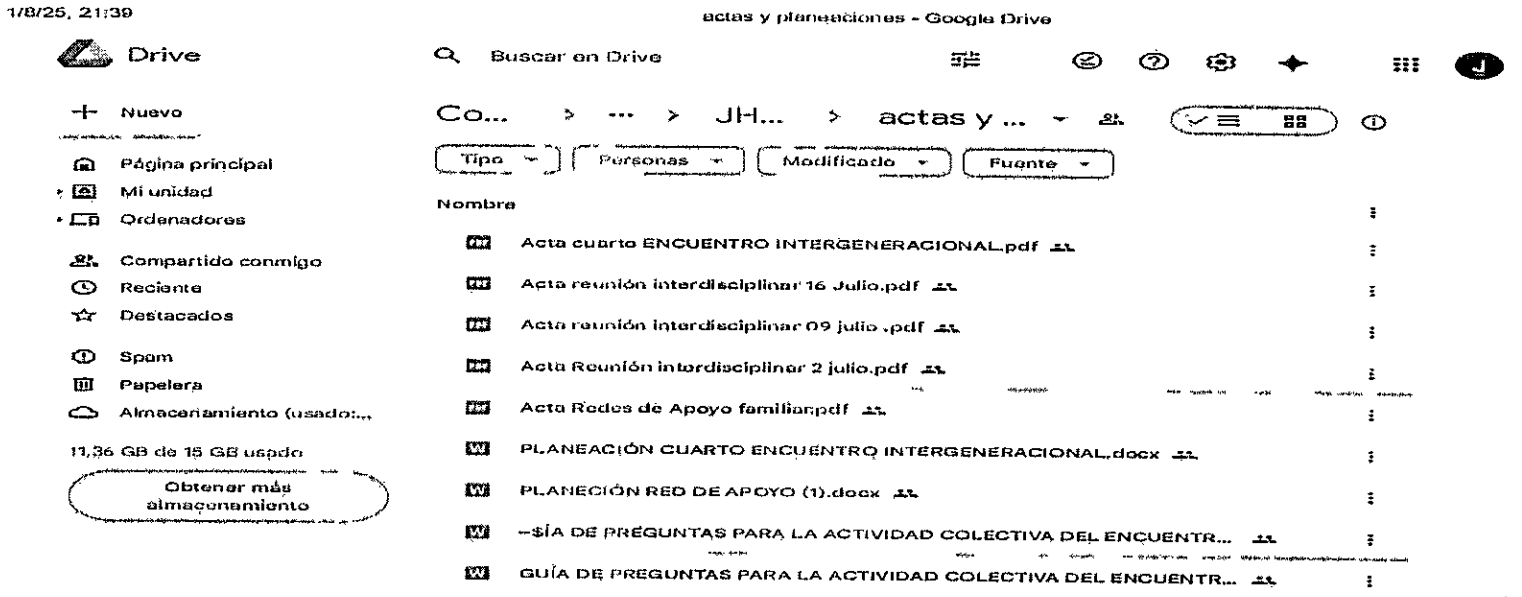
Obtener más almacenamiento

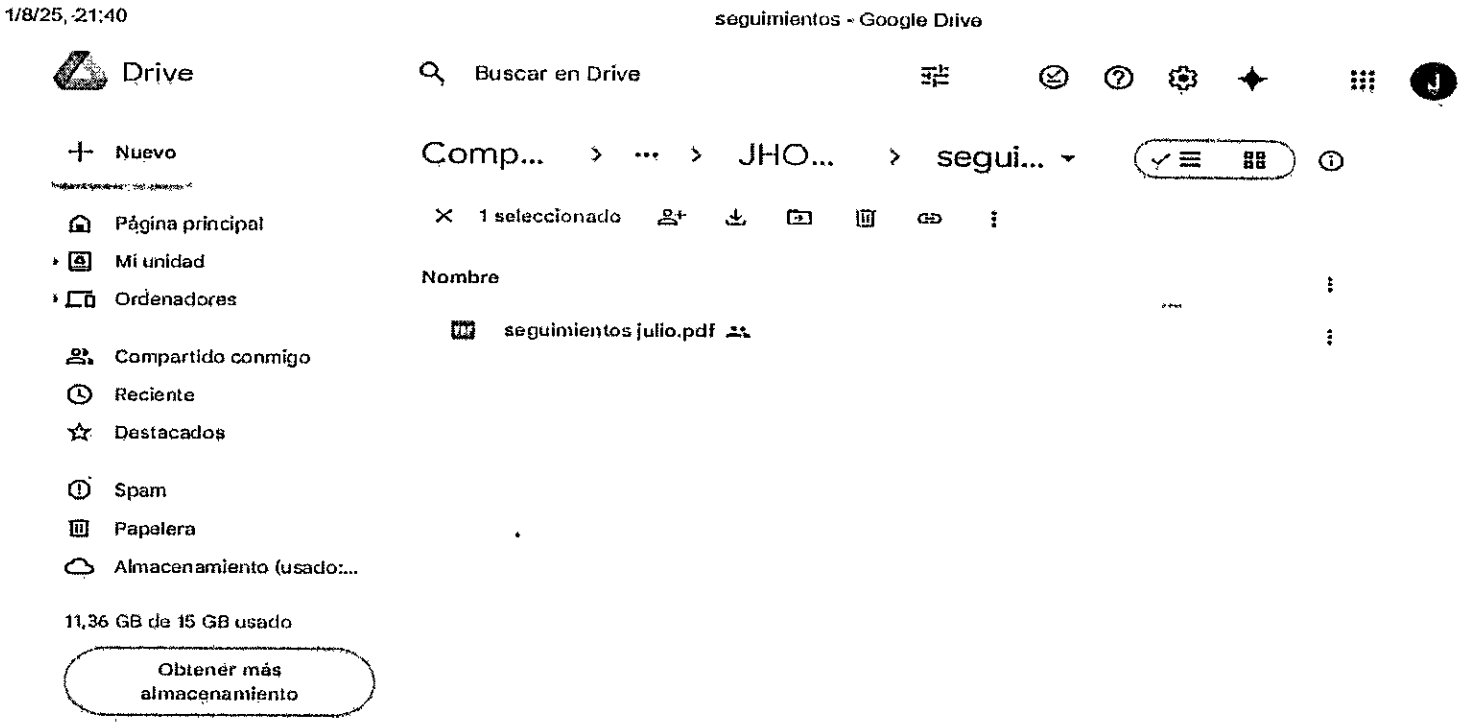
Co... > ... > JH... > CRON...

Tipo | Personas | Modificado | Fuente

Nombre

- CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 28 JULIO AL 31 DE JULIO ...
- CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 21 JULIO AL 26 DE JULIO ...
- CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 02 JULIO AL 05 DE JULI...
- CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 14 JULIO AL 19 DE JULIO ...
- CRONOGRAMA ÁREA TRABAJO SOCIAL DEL 07 JULIO AL 12 DE JULIO ...


1/8/25, 21:39
actas y planeaciones - Google Drive
Drive
Buscar en Drive
Nuevo
Página principal
Mi unidad
Ordenadores
Compartido conmigo
Reciente
Destacados
Spam
Papelera
Almacenamiento (usado:...
11,36 GB de 15 GB usado
Obtener más almacenamiento
Co... > ... > JH... > actas y ...
Tipo
Personas
Modificado
Fuente
Nombre
Acta cuarto ENCUENTRO INTERGENERACIONAL.pdf
Acta reunión interdisciplinar 16 Julio.pdf
Acta reunión interdisciplinar 09 julio .pdf
Acta Reunión interdisciplinar 2 julio.pdf
Acta Redes de Apoyo familiar.pdf
PLANEACIÓN CUARTO ENCUENTRO INTERGENERACIONAL.docx
PLANECIÓN RED DE APOYO (1).docx
~$ÍA DE PREGUNTAS PARA LA ACTIVIDAD COLECTIVA DEL ENCUENTR...
GUÍA DE PREGUNTAS PARA LA ACTIVIDAD COLECTIVA DEL ENCUENTR...



Trabajador Social
Jhon Alexander Uribe Henao
Tp. 4520147

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



a. Obligación: Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.

Nombre actividad: taller con familias, cuidadores y/o acudientes con el fin de fortalecer redes de apoyo.
Fecha: 26/07/2025
Lugar: salón multifuncional, Centro Vida El Oso.



a. Obligación: Organizar, coordinar e implementar un encuentro de redes de apoyo mensual para la identificación de factores de riesgo psicosociales y sus respectivos seguimientos con cobertura del 100% de los grupos.

Nombre actividad: taller con familias, cuidadores y/o acudientes con el fin de fortalecer redes de apoyo.
Fecha: 26/07/2025
Lugar: Salón multifuncional, Centro Vida El Oso.



b. Obligación: Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.

Nombre actividad: seguimiento psicosocial

Fecha: 12/07/2025
Lugar: oficina psicosocial, Centro Vida El Oso.



b. Obligación: Realizar valoración integral de la persona adulta mayor que establezca su condición social, económica, ambiental y familiar y derivar de allí las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.

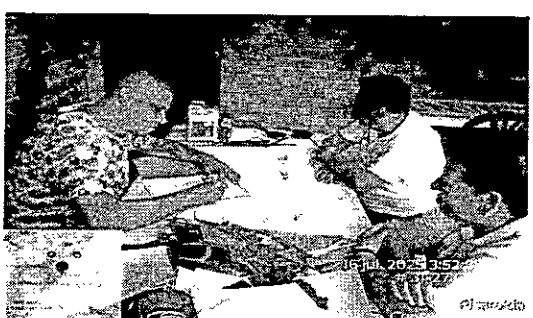
Nombre actividad: orientación psicosocial
Fecha: 31/07/2025
Lugar: oficina psicosocial, Centro Vida El Oso.

COPIA CONTROLADA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

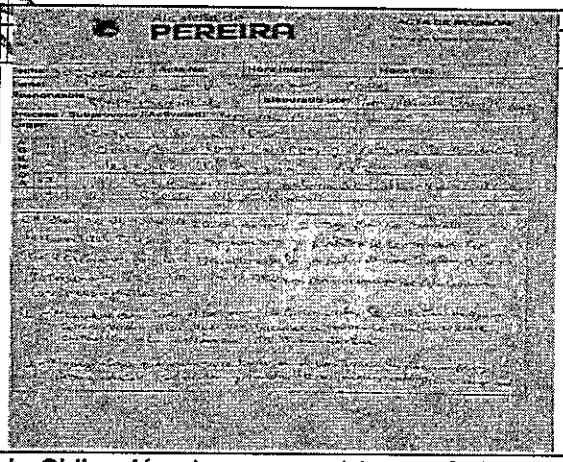
FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.

COPIA CONTROLADA

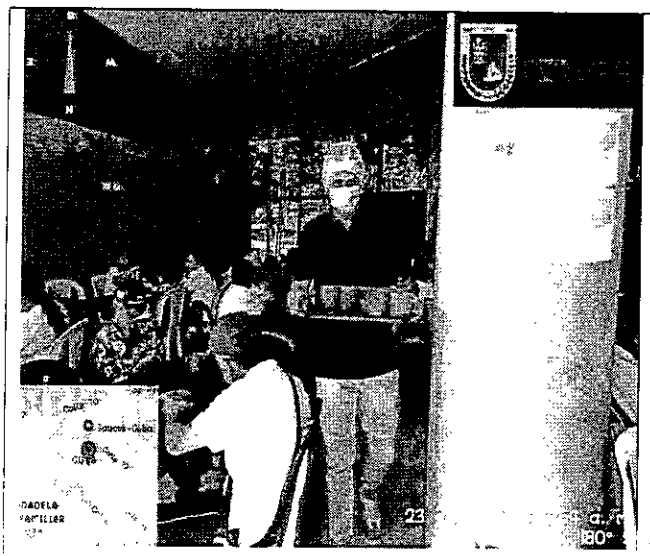
	
e. Obligación: Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso. **Nombre actividad:** Encuentro Intergeneracional. **Fecha:** 25/07/2025 **Lugar:** Centro Vida El Oso.	**e. Obligación:** Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones educativas oficiales del municipio de Pereira, para la realización de encuentros intergeneracionales, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida el Oso. **Nombre actividad:** Encuentro Intergeneracional. **Fecha:** 25/07/2025 **Lugar:** Centro Vida El Oso.
	
g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso. **Nombre actividad: intervención individual** **Fecha: 22/07/2025** **Lugar: Consultorio psicosocial, Centro vida.**	**g. Obligación: Apoyar como trabajador social cuando le sea requerido, en las actividades de atención del servicio integral de atención psicosocial- así como en el seguimiento a casos priorizados de riesgo psicosocial de intervención individual, familiar, comunitaria en el Centro Vida el Oso.** **Nombre actividad: intervención psicosocial** **Fecha: 16/07/2025** **Lugar: Consultorio psicosocial, Centro vida.**

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.

	
h. Obligación: Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación. **Nombre actividad:** Lectura Buzón PQR **Fecha:** 30/07/2025 **Lugar:** Zona comedor, Centro Vida Oso.	**h. Obligación:** Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos de parte de la coordinación. **Nombre actividad:** Lectura Buzón PQR **Fecha:** 30/07/2025 **Lugar:** Zona comedor, Centro Vida Oso.
	
j. Obligación: Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación. **Nombre actividad:** Socialización Manual de Convivencia y/o reglamento interno. **Fecha:** 14/07/2025 **Lugar:** Salón comedor, Centro Vida El Oso.	**j. Obligación:** Coordinar la elaboración de un pacto de convivencia concertado con los usuarios del Centro Vida el Oso, socializando y realizando la debida comunicación. **Nombre actividad:** Socialización Manual de Convivencia y/o reglamento interno. **Fecha:** 14/07/2025 **Lugar:** Salón comedor, Centro Vida El Oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
k. Obligación: Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual. **Nombre actividad:** apoyo al comedor. **Fecha:** 23/07/2025 **Lugar:** Centro Vida El Oso	**k. Obligación:** Las demás inherentes al cumplimiento de su objeto contractual. **Nombre actividad:** Apoyo taller de psicología **Fecha:** 16/07/2025 **Lugar:** Consultorio psicosocial, Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 7 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: Tarde**
NOMBRE DEL TALLER	Envejecimiento activo	

OBJETIVO: Brindar a las personas mayores herramientas y conocimientos prácticos sobre el envejecimiento activo, promoviendo hábitos y actividades que favorezcan su bienestar físico, mental y social.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Concepto y pilares del envejecimiento activo.
2. Importancia de la autonomía, la participación y el autocuidado.
3. Estrategias para un envejecimiento activo: ejercicio, alimentación, vínculos sociales, estimulación mental, entre otras.
4. Promoción del bienestar emocional y sentido de propósito.

METODOLOGIA:

1. Exposición del tema, con ayuda audiovisual e incluyendo ejemplos cotidianos. En el transcurso de la charla se harán pausas activas.
2. Durante y al finalizar la teoría se abrirá un espacio para preguntas, comentarios y reflexiones frente al tema.
3. Para mayor Interacción y participación del grupo, se hará dinámicas grupales que tengan como fin la estimulación cognitiva (memoria, atención, lenguaje).
4. Cierre de la actividad y agradecimientos por la disposición del grupo.

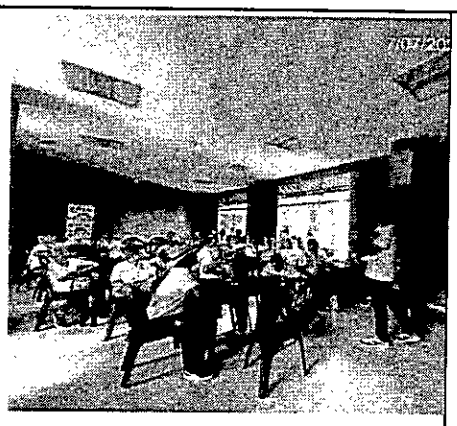
CONCLUSIONES:

1. Los usuarios reconocieron la importancia de mantenerse activos física, mental y socialmente para mejorar su calidad de vida.
2. Se fomentó la reflexión sobre los hábitos de vida actuales y cómo fortalecer el bienestar integral.
3. Se promovió un espacio participativo fomentando la interacción a través de la teoría y la práctica
4. Los usuarios se mostraros atentos y participativos.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 84 personas.

JHON ALEXANDER URIBE HENAO
45210147
TRABAJADOR SOCIAL

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025





ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 14 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: Tarde**
NOMBRE DEL TALLER	Apostemos a una sana convivencia manual de convivencia	

OBJETIVO: Retroalimentación del manual de convivencia deberes, derechos y penalizaciones con los usuarios de centro vida el oso

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Qué es la sana convivencia, principios y herramientas.
2. Reglamento interno: Derechos y Deberes, Normas, Tipos de faltas y Sanciones.
3. Convivencia, Conservación de los bienes, uso de la infraestructura, hábitos de higiene y relaciones interpersonales.

METODOLOGIA:

1. Exposición del tema, con ayuda audiovisual e incluyendo ejemplos cotidianos. En el transcurso de la charla se harán pausas activas.
2. Preguntas al azar de forma sorpresiva.
3. Dinámica "me mordió la vaca" basada en preguntas por mesas con relación al manual de convivencia.
4. Cierre de la actividad y agradecimientos por la disposición del grupo.

CONCLUSIONES:

1. Los usuarios reconocieron la importancia de cumplir y respetar el reglamento interno.
2. Se fomentó el respeto por los compañeros y los funcionarios, el cuidado de las instalaciones, el respeto por las pertenencias ajenas y el sentido de pertenencia por las propias.
3. Se promovió un espacio participativo fomentando la interacción a través de la teoría y la práctica
4. Los usuarios se mostraros atentos y participativos.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 87 personas.

JHON ALEXANDER URIBE HENAO
45210147
TRABAJADOR SOCIAL





ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**PROGRAMA ADULTO MAYOR** **ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO**	Alcaldía de **PEREIRA**
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 21 MES: 07 AÑO: 2025**	**JORNADA: Mañana**
NOMBRE DEL TALLER	Expresión de necesidades y toma de decisiones	

OBJETIVO: Brindar a las personas mayores herramientas y conocimientos prácticos sobre la toma de decisiones y la expresión de necesidades el envejecimiento activo, promoviendo su capacidad de resolver conflictos en la cotidianidad.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. La importancia de poder expresar necesidades.
2. Herramientas para mejorar la comunicación
3. Toma de decisiones acertada y tips para lograrlo.
4. Promoción de las formas objetivas en la toma de decisiones.

METODOLOGIA:

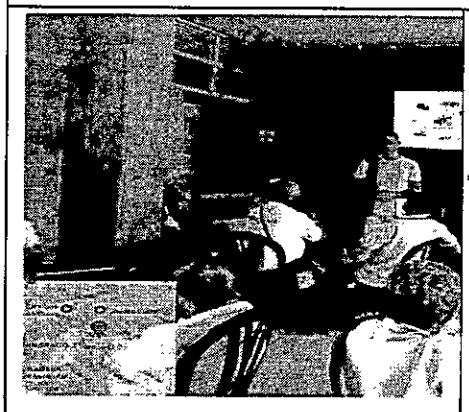
1. Exposición del tema, con ayuda audiovisual e incluyendo ejemplos cotidianos. En el transcurso de la charla se harán pausas activas.
2. Proyección de cortos animados con el tema de toma de decisiones.
3. Dramatización de ejemplos cotidianos relacionados a expresión de necesidades y toma de decisiones.
4. Cierre de la actividad y agradecimientos por la disposición del grupo.

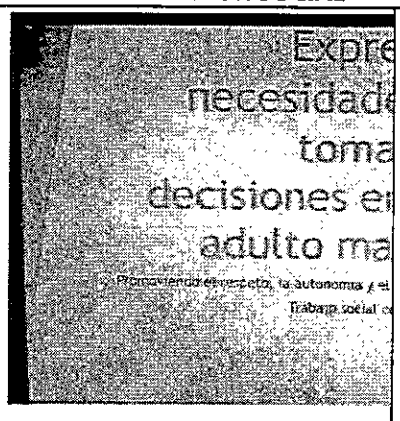
CONCLUSIONES:

1. Los usuarios reconocieron la importancia de expresar sus necesidades como parte fundamental de cotidianidad y de bienestar integral, así como también aprender a tomar decisiones importantes que tengan repercusiones positivas.
2. Se fomentó la reflexión sobre aprender a no ser impulsivos a la hora de tomar una decisión.
3. Se promovió un espacio participativo fomentando la interacción a través de la teoría y la práctica
4. Los usuarios se mostraros atentos y participativos.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 84 personas.

JHON ALEXANDER URIBE HENAO
45210147
TRABAJADOR SOCIAL





ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4.	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025





PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

LUZ ADRIANA OSORIO

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

1. GERONTÓLOGA.
LUZ ADRIANA OSORIO.

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	**CONTRATISTA**					
Número del Contrato	***29331554***					
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	x
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	*GERONTÓLOGA*					
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***					

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
A. Realizar la valoración integral (WHOODAS) de la capacidad funcional de cada persona mayor del Centro Vida el Oso, que establezca su condición y las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	Valoración integral (WHODAS) de la capacidad funcional de cada adulto mayor del centro vida el oso, que establezca su condición y las acciones de remisión y/o seguimiento según corresponda.	Registro fotográfico, instrumento WHODAS.	Aplicación del instrumento a 32 usuarios jornada mañana tarde, atenciones y seguimientos.
B. Organizar, coordinar e implementar 4 talleres mensuales para abordar temas relacionados al envejecimiento y afines con los beneficiarios del Centro Vida el Oso.	Capacitación taller sobre: Autoestima y autovaloración. Jornada tarde en el centro vida el oso, 08/07/2025 Capacitación taller sobre: Autoestima y autovaloración. Jornada mañana en el centro vida el oso. 10/07/2025	Registro fotográfico, presentación de diapositivas sobre el tema en relación (Bienestar emocional) Acta o ficha técnica	Fortalecer la percepción positiva de si mismos, aumento de la confianza para enfrentar los desafíos propios del envejecimiento, se brindaron herramientas para tomar decisiones consientes sobre su bienestar, se promovió la resiliencia.

		Registro fotográfico, presentación de diapositivas sobre el tema en relación (Autoestima y autovaloración.) Acta o ficha técnica	Identificar fortalezas, logros pasados y habilidades presentes valorando su experiencia de vida. Reconocimiento del propio valor, transformación de pensamientos negativos asociados al envejecimiento, aceptación de los cambios físicos propios de la edad, resiliencia y confianza.
c. Implementar capacitaciones IEC (Estrategias de información, educación y comunicación) para la generación de herramientas que permitan la identificación y manejo de la etapa del adulto mayor de manera grupal e individual según necesidad.	Capacitación taller sobre: Cambios emocionales en el adulto mayor. Jornada mañana en el centro vida el oso. 15/07/2025	Registro fotográfico, presentación de diapositivas sobre el tema en relación (Cambios emocionales en el adulto mayor.) Acta o ficha técnica	Auto control emocional, reducción de la tristeza, identificación de emociones, regulación de las mismas, visión con optimismo al futuro, aprecio de lo cotidiano, herramientas para enfrentar duelos, promover la aceptación y resiliencia.
		Registro fotográfico, presentación de diapositivas	Fortalecimiento de la identidad personal,

	Capacitación taller sobre: Historia de vida, herramientas para el cuidado y bienestar del adulto mayor. Jornada mañana en el centro vida el oso. 22/07/2025	sobre el tema en relación (Historia de vida, herramientas para el cuidado y bienestar del adulto mayor.) Acta o ficha técnica	reconstrucción de su historia, elaborar duelos, perdonar situaciones del pasado y resignificar eventos dolorosos. Estimular las capacidades cognitivas mediante la evocación de recuerdos significativos, escucha activa, ambiente de respeto entre los participantes.
D. Realizar e implementar una (1) estrategia mensual que incentive el envejecimiento activo y saludable de las personas mayores inscritas al Centro Vida el Oso.	Capacitación sobre: Barreras arquitectónicas. (Gerontoarquitectura). Jornada mañana - tarde en el centro vida el oso. 29/07/2025	Registro fotográfico, presentación de diapositivas sobre el tema en relación (Barreras arquitectónicas. Gerontoarquitectura) Acta o ficha técnica.	Aprendieron a reconocer obstáculos físicos presentes en sus hogares, barrios o espacios públicos (escaleras, sillas rotas, falta de pasamanos, rampas inadecuadas, etc) mediadas de auto cuidado y prevención (bastones, caminadores, sillas para baño.) Adaptación de su espacio personal para evitar caídas, urgencia de adecuar espacios públicos a la necesidad del envejecimiento

E. Apoyar la coordinación intersectorial con las instituciones y entidades del municipio de Pereira, para la realización de los encuentros y actividades, con el fin de lograr el intercambio de saberes y de experiencias significativas para la población de personas mayores en el Centro Vida elOso.	Encuentro intergeneracional creando recuerdos (25/07/2025) Jornada mañana. Población: Grupo de campistas de Pereira. Centro vida el oso.	Registro fotográfico. Recursos y materiales: Mesas, sillas, refrigerios, recurso humano (apoyo en las actividades.) Acta.	Fomentar el intercambio de saberes, experiencias y valores entre generaciones. Fortalecer los vínculos afectivos y sociales entre adultos mayores y participantes de otras generaciones, promoviendo le empatía, el respeto y la solidaridad. Estimular la comunicación intergeneracional a través de actividades que integren la expresión oral, artística y lúdica. Reducir estereotipos y prejuicios relacionados con la edad promoviendo el envejecimiento positivo
F. Participar en la planificación y ejecución de las actividades a desarrollar en el mes de adulto mayor en el Centro Vida el Oso.	El día 22/07/2025 se realizó una reunión de planificación con el fin de organizar por áreas profesionales las actividades relacionadas con el mes del adulto mayor	Registro fotográfico y acta.	Se logro acordar calendario de eventos culturales, recreativos, educativos y de salud con la participación de los adultos mayores y el equipo organizador, asignación de responsabilidades colaborativas. Propuesta de actividades, organización de espacios, materiales y personal del apoyo.

G. **g.** Apoyar y participar profesionalmente de acuerdo a su competencia en el estudio, recopilación y análisis de informes, respuestas a solicitudes, peticiones y requerimientos.	Apoyar como profesional de la Gerontología en las actividades de atención del servicio integral y seguimiento a casos priorizados e intervención individual de los adultos mayores Caso Libardo Cervera 23/07/2025 Caso Fanny Moreno 14/07/2025 Caso María Doris Martínez 03/07/2025	Registro fotográfico, actas. Remisiones.	Atención integral y seguimiento de usuarios.

H. Apoyar cuando le sea requerido en las jornadas de descentralización del Centro Vida el Oso.	Al momento no se encuentra el servicio descentralizado en el centro vida el oso	No hay registro fotográfico	No hay logro
I. Presentar los informes de acuerdo a los requerimientos del supervisor, diligenciando basede datos de SPP (sistema de políticas públicas).	Se realiza entrega del informe de actividades debidamente diligenciado con sus respectivas evidencias a la coordinación en la fecha acordada.	Evidencia fotográfica y escrita, las cuales se encuentran localizadas en el informe y en las carpetas individuales de los usuarios del Centro Vida El Oso.	Valoraciones WHODAS, informe, capacitación, remisión, seguimiento.
J. Atención individual y grupal a los beneficiarios del centro vida en relación a aspectos afinesa la Gerontología.	Atención desde el área de la gerontología de la usuaria Rubiela Sánchez el día 08/07/2025 Atención y orientación familia (Hija) Melquisedec Franco 07/07/2025 Atención usuaria María Sonia López Pérez. Apoyo duelo, perdida hermano 04/07/2025	Registro fotográfico. Registro fotográfico. Registro fotográfico.	Se brindo atención personalizada permitiendo identificar necesidades especificas y dar respuestas adecuadas en áreas de salud y apoyo psicosocial.

K.	Las demás actividades inherentes al objeto contractual.	Apoyo preparativos reinado interno adulto mayor centro vida 30/07/2025	registro fotográfico.	Participación de los usuarios, tanto en la postulación de candidatas como en la organización de actividades precias generando un ambiente de alegría y convivencia.
		Segundo encuentro de redes de apoyo familiar 26/07/2025		El sábado 26 de julio se llevó a cabo en el centro vida el oso el segundo encuentro de red de apoyo, donde se realizan actividades de sensibilización al grupo de familiares de casos puntuales de adultos mayores beneficiarios del Cevi.
		Reunión equipo psicosocial alcaldía 04/07/2025		Socialización de temas referentes a carpetas de los usuarios y apoyo actividades del centro vida.

	Buzón de sugerencias jornada mañana 28/07/2025 Buzón de sugerencias jornada tarde 30/07/2025		



Firma
Nombre: ADRIANA OSORIO.
CC. 29331554.

ANEXOS (CAPTURAS DE PANTALLA)



LUZ ADRIANA OSORIO OLARTE - GERONTOLOGO

PEREIRA Tel 3144089754 - PEREIRA - NIT: 29331554

QUINTERO

TEST WHODAS

DOMINIO 1 COGNICION COMPRENSIÓN Y COMUNICACIÓN

CONCENTRARSE EN HACER ALGO DURANTE DIEZ MINUTOS: EXTREMO

RECORDAR LAS COSAS IMPORTANTES QUE TIENE QUE HACER: SEVERO

ANALIZAR Y ENCONTRAR SOLUCIONES A LOS PROBLEMAS DE LA VIDA DIARIA: EXTREMO

APRENDER UNA NUEVA TAREA, COMO POR EJEMPLO LLEGAR A UN LUGAR NUEVO: EXTREMO

ENTENDER EN GENERAL LO QUE DICE LA GENTE: NINGUNO

COMENZAR Y MANTENER UNA CONVERSACION: NINGUNO

RESULTADO

DOMINIO 1 COGNICION COMPRENSIÓN Y COMUNICACIÓN SEVERO

DOMINIO 2 MOVILIDAD CAPACIDAD PARA MOVERSE A SU ALREDEDOR (EN EL HOGAR Y FUERA DE ESTE)

ESTAR DE PIE POR LARGOS PERIODOS DE TIEMPO COMO POR EJEMPLO 30 MINUTOS: NINGUNO

PARARSE LUEGO DE ESTAR SENTADO: NINGUNO

MOVERSE DENTRO DE SU CASA: NINGUNO

SALIR DE SU CASA: NINGUNO

ANDAR LARGAS DISTANCIAS, COMO UN KILOMETRO (O ALGO EQUIVALENTE): NINGUNO

RESULTADO

11. GERONTÓLOGA.
LUZ ADRIANA OSORIO.



LUZ ADRIANA OSORIO OLARTE - GERONTOLOGO

PEREIRA Tel 3144089754 - PEREIRA - NIT: 29331554

AMANDA GONZALEZ

TEST WHODAS

DOMINIO 1 COGNICION COMPRENSIÓN Y COMUNICACIÓN

CONCENTRARSE EN HACER ALGO DURANTE DIEZ MINUTOS	RECORDAR LAS COSAS IMPORTANTES QUE TIENE QUE HACER	ANALIZAR Y ENCONTRAR SOLUCIONES A LOS PROBLEMAS DE LA VIDA DIARIA
NINGUNO	NINGUNO	NINGUNO
APRENDER UNA NUEVA TAREA, COMO POR EJEMPLO LLEGAR A UN LUGAR NUEVO	ENTENDER EN GENERAL LO QUE DICE LA GENTE	COMENZAR Y MANTENER UNA CONVERSACION
NINGUNO	NINGUNO	NINGUNO

RESULTADO

DOMINIO 1 COGNICION COMPRENSIÓN Y COMUNICACIÓN SIN DIFICULTAD

DOMINIO 2 MOVILIDAD (CAPACIDAD PARA MOVERSE A SU ALREDEDOR (ENTORNO) ESTANDO SENTADO(A)

ESTAR DE PIE POR LARGOS PERIODOS DE TIEMPO COMO POR EJEMPLO 30 MINUTOS	PARARSE LUEGO DE ESTAR SENTADO	MOVERSE DENTRO DE SU CASA
NINGUNO	NINGUNO	NINGUNO

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025

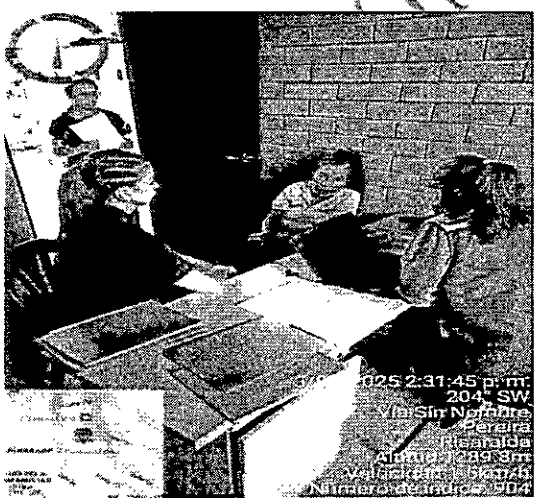
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO



Obligación: A
Nombre actividad: Valoración whodas Jorge Eliecer Echeverry
Fecha: 07/07/2025
Lugar: Centro vida el oso



Obligación: A
Nombre actividad: Valoración whodas Luis Hernán Vanegas
Fecha: 03/07/2025
Lugar: Centro vida el oso

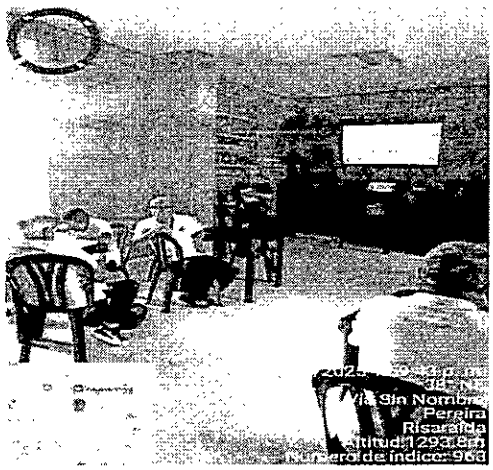


Obligación: A
Nombre de la actividad: Atención usuaria María Doris
Fecha: 03/07/2025
Lugar: Centro vida el oso



Obligación: A
Nombre de la actividad: Valoración whodas Blanca Flor Murillo.
Fecha: 07/07/2025
Lugar: Centro vida el oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: B Nombre actividad: Capacitación taller: Autoestima y autovaloración. Jornada tarde. Fecha: 08/07/2025 Lugar: Centro vida el oso	Obligación: B Nombre actividad: Autoestima y autovaloración. Jornada mañana en el centro vida el oso. Fecha: 10/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.
	
Obligación: C Nombre actividad: Cambios emocionales en el adulto mayor. Jornada mañana. Fecha: 15/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: C Nombre actividad: Cambios emocionales en el adulto mayor. Jornada tarde. Fecha: 15/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.

COPIA CONTROLADA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025

Versión: 1

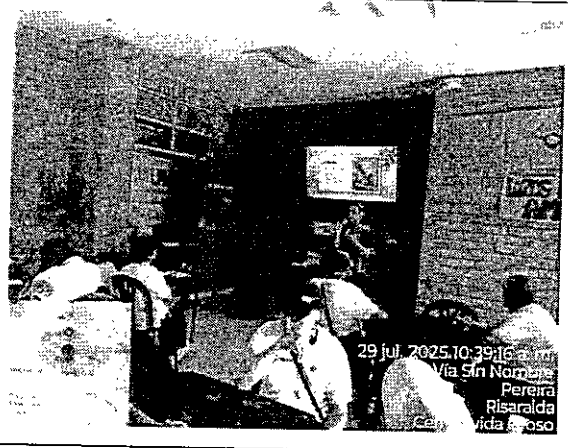
Vigencia: 2025



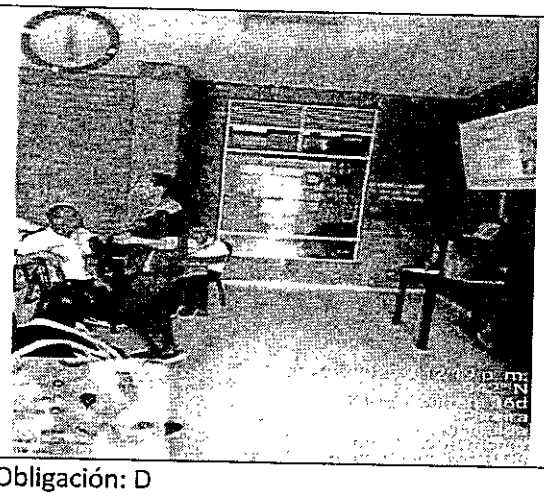
Obligación: C
Nombre de la actividad: Historia de vida, herramientas para el cuidado y bienestar del adulto mayor. Jornada mañana
Fecha: 22/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: C
Nombre de la actividad: Historia de vida, herramientas para el cuidado y bienestar del adulto mayor. Jornada tarde.
Fecha: 22/07/2025
Lugar: Centro vida el oso

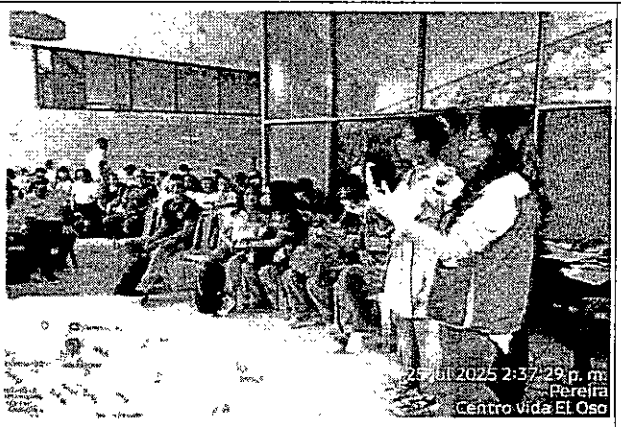


Obligación: D
Nombre de la actividad: Barreras arquitectónicas. (Gerontoarquitectura). Jornada mañana
Fecha: 29/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: D
Nombre de la actividad: Barreras arquitectónicas. (Gerontoarquitectura). Jornada tarde
Fecha: 29/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025





Obligación: E
Nombre de la actividad: Encuentro intergeneracional creando recuerdos Jornada tarde.
Fecha: 25/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.

Obligación: F
Nombre de la actividad: Mes del adulto mayor
Fecha: 22/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.



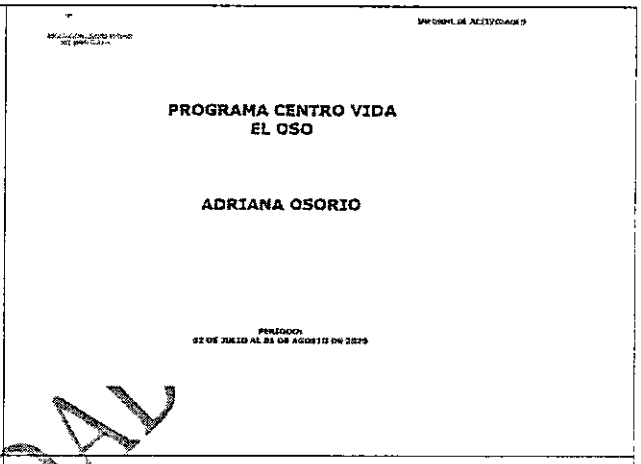
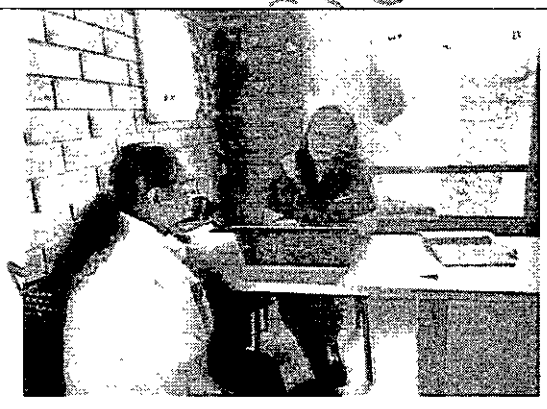


Obligación: G
Nombre de la actividad: Caso Libardo Cervera
Fecha: 23/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.

Obligación: G
Nombre de la actividad: Caso Fanny Moreno
Fecha: 14/07/2025
Lugar: Centro vida el oso.

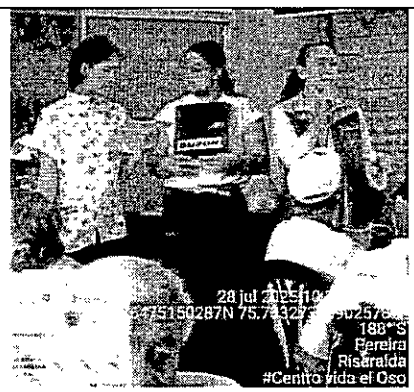
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: G Nombre de la actividad: Caso María Doris Martínez Fecha: 03/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: I Nombre de la actividad: informe de actividades Fecha: 01/08/2025 Lugar: Centro vida el oso.
	
Obligación: J Nombre de la actividad: Atención desde el área de la gerontología de la usuaria Rubiela Sánchez Fecha: 08/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: J Nombre de la actividad: Atención y orientación familia (Hija) Melquisedec Franco Fecha: 07/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.

COPIA CONTROLADA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: J Nombre de la actividad: Atención usuaria María Sonia López Pérez. Apoyo duelo, perdida hermano Fecha: 04/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: K Nombre de la actividad: Apoyo preparativos reinado interno adulto mayor centro vida Fecha: 30/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.
	
Obligación: K Nombre de la actividad: Reunión equipo psicosocial alcaldía Fecha: 04/07/2025	Obligación: K Nombre de la actividad: Buzón de sugerencias jornada mañana Fecha: 28/07/2025

ASOCIACIÓN CIUDAD

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DEL 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2025
Lugar: Centro vida el oso.	Lugar: Centro vida el oso.

	
Obligación: K Nombre de la actividad: Buzón de sugerencias jornada tarde Fecha: 28/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: K Nombre de la actividad: Buzón de sugerencias jornada mañana Fecha: 28/07/2025 Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

Claudia Milena Amariles Duque
Profesional en Ciencias del Deporte y Recreación

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	**CLAUDIA MILENA AMARILES DUQUE**					
Número del Contrato	***42134339***					
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	X
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	*Profesional Ciencias del Deporte*					
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***					

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
a. Realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por la asociación a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual	A.1 hasta el momento se han realizado evaluaciones iniciales a los siguientes usuarios: -Luis Hernán Vanegas -Ramiro Franco -Iván de Jesús Diez -Luis Alfredo Carrillo	Las evidencias reposan en las carpetas de evaluación de el Centro vida el Oso	A través de estas evaluaciones se logra evidenciar la condición física de los usuarios del Centro Vida el Oso
b. Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física	B.1 El miércoles 23 de julio de 2025 se llevó a cabo evaluaciones de seguimiento a los siguientes usuarios: - María Aura Diaz - María Consuelo Diez - Rosa María Vinasco - Luis Carlos Grisales - Germania Ramos	B.1.1-Registro Fotográfico B.1.2 Imagen escaneada de la evaluación seguimiento de usuario del Centro Vida el Oso.	A través de estas evaluaciones de seguimiento se logra evidenciar como se encuentran los usuarios con respecto al año anterior y se logra determinar cuánto ha mejorado su condición física

c. Planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud en diferentes niveles	C.1-Durante este periodo se planeó y ejecutó diversas actividades de educación física, recreación y deporte encaminadas a mejorar la salud de los usuarios del Centro Vida el Oso, a continuación, refiero dichas actividades: -2 de julio de 2025 gimnasio en la jornada de la tarde con un total de 9 usuarios -7de julio jornada de la mañana recreativa con un total de 12 usuarios. -7 de julio jornada de la tarde recreación total 7 usuarios -8 de julio gimnasio jornada de la mañana total 10 usuarios -9 de julio gimnasio jornada mañana total 12 usuarios -9 de julio primera jornada tarde gimnasio con un total de 10 usuarios -9 de julio segunda jornada de la tarde gimnasio total 11 usuarios -10 de julio jornada mañana natación total 13 usuarios -10 de julio actividad física jornada tarde con un total de 22 usuarios -12 de julio Capacitación y taller en Motricidad fina jornada sabatina con un total de 111 usuarios	C.1.1 Registro fotográfico C.1.2Formatos de plan clase escaneados	Se ha logrado mayor participación y buena disposición para la realización de las actividades físicas y los usuarios manifiestan sentirse mucho mejor desde que realizan las prácticas físicas.

	- 14 de julio Actividad Física jornada de la mañana con un total de 24 usuarios -14 de julio jornada tarde actividad física de la con un total de 11 usuarios -15 de julio actividad recreativa jornada de la mañana con un total de 6 usuarios -15 julio piscina jornada tarde con un total de 11 usuarios -16 de julio gimnasio primera jornada de la mañana con un total de 14 usuarios -16 de julio gimnasio segunda jornada mañana con un total de 12 usuarios -16 de julio gimnasio jornada de la tarde con un total de 13 usuarios -17 de julio actividad física jornada de la mañana con un total de 10 usuarios -17 de julio actividad recreativa jornada tarde con un total de 7 usuarios -18 de julio viernes cultural conmemoración día de la independencia total usuarios 111 -21 julio Actividad Física jornada mañana total 15 usuarios -21 julio jornada de la tarde actividad física total 20 usuarios		

	-22 de julio jornada de la tarde piscina total 9 usuarios -23 de julio durante todo el día evaluaciones de seguimiento -24 de julio jornada de la mañana piscina total 10 usuarios -24 julio atención individual (1) jornada de la mañana -24 de julio jornada tarde caminata total 12 usuarios -28 de julio gimnasio jornada de la mañana total 15 usuarios -28 de julio gimnasio jornada de la tarde total 18 usuarios. -29 de julio jornada de la mañana piscina 15 usuarios		

d. Planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre	D.1 Se planearon y ejecutaron actividades recreativas los días 7, 15 y 17 de julio, en los cuales se propuso actividades de motricidad fina y trabajo cognitivo con materiales como rompecabezas, sopas de letras ,y juegos de mesa como el domino; dichas actividades pretendían vincular a los usuarios que no podían realizar actividad física por alguna dolencia vincularlos a alguna actividad que les generará diversión	D.1.1 Registro fotográfico	Se ha logrado incluir a algunos adultos mayores que tienen movilidad reducida en espacios recreativos donde se logra una gran participación, además evitar un rápido deterioro a nivel físico y cognitivo.
e. Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios	E.1- El día 16 de julio 2025 se apoyó la clase de Danzas con énfasis en un apoyo recreativo musicalizado.	E.1.1Registro fotográfico	se logró reforzar la socialización a través de juegos musicalizados que permiten la integración entre los usuarios
f. Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales	F.1 El día 25 de julio de 2025 se llevó a cabo el cuarto encuentro intergeneracional el cual tuvo el acompañamiento de los chicos de campamentos juveniles de la secretaría municipal de Deportes y Recreación los cuales compartieron con los usuarios habilidades para realizar diferentes nudos y cómo aplicarlos en la vida cotidiana.	F.1.1-Registro fotográfico F.1.2-Acta escaneada	Mostrar habilidades y destrezas en la realización de nudos y cómo aplicarlos en la vida cotidiana.

g. Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud	G.1 El día 12 de julio de 2025 se llevó a cabo el taller de capacitación para los usuarios del Centro vida el oso en el tema motricidad fina donde se describe que es la motricidad fina ,que pretende mejorar ,tipos de actividades de motricidad fina, como se evalúa la motricidad fina y por qué se pierde la motricidad fina .	G.1.1Registro fotográfico	Este taller pretende mostrar la importancia del trabajo óculo-manual en la vida cotidiana
h. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan clase	H.1 Se elaboro y ejecuto plan clase para cada día que se realizaron actividades del Centro Vida el Oso.	H.1.1Envió archivo escaneado con cada plan clase H2. Drive	se logra planear debida y ordenadamente cada clase según formato de plan clase.
i. Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y entregar base de datos de acuerdo con los tiempos solicitados	I.1Se llevó a cabo los registros de los usuarios asistentes a cada actividad y se realizó entrega oportuna de la información de acuerdo con el tiempo solicitado durante este periodo.	I.1.1Envió base de datos en Excel al área de sistemas del Centro Vida el Oso. I.1.2Envió pantallazo de correo enviado al drive en el tiempo requerido.	Se logra realizar la base de datos de acuerdo con el tiempo solicitado.

j. realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del Centro Vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor	J.1 Se realizó apoyo constante en todos los espacios de los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor donde se apoya en el servido, en el momento de la oración, durante los bingos, en los momentos de capacitación y cuando sea requerido.	J.1.1Registro fotográfico	Se logra atender y acompañar a los adultos mayores sobre todo en la zona del comedor ya que ellos son una población muy vulnerable y requiere acompañamiento constante.
k. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico entre otras)	K 1Se entregó de manera oportuna los informes debidamente diligenciados, con sus respectivas evidencias y en los tiempos solicitados.	K.1.1 se anexa pantallazo del informe enviado al correo del centro vida el oso en los tiempos solicitados. K.1.2 Drive	Se logra realizar informe debidamente diligenciado y en los tiempos establecidos para su entrega.
l. asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y a otras actividades que se concrete	L1 - _El día 2 de julio de 2025 se realizó reunión de área de Deportes y taller en conjunto con coordinación, con el fin de reajustar nuevamente el cronograma, ajustar acompañamiento en rutas y ajustes con el uso en piscina. L2- El día 22 de julio se realizó una reunión para socializar la acción 24 de políticas públicas donde se establecen las acciones trimestrales que debemos cumplir, como	L.1.1-Registro fotográfico L.1.1.1_ Acta L.2.1registro fotográfico L.2.1.1 Acta	Fortalecer nuestra área y las demás áreas del Centro vida para el bienestar de los usuarios.

	hábitos y estilos de vida saludables, juegos tradicionales etc. L.3 El día 25 de julio se llevó a cabo reunión con la Doctora Dora Llanos y su equipo de la Alcaldía Municipal y 1 representante de cada área del Centro Vida el Oso, con el fin de socializar temas referentes al reinado del Adulto Mayor y las Olimpiadas del Adulto Mayor	L.3.1 registro fotográfico	
m. apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido	M.1 diariamente se apoya en servido durante la cena. M.2 El día 23 de julio se realizó apoyo al área psicosocial en la decoración del Centro Vida para el evento redes de apoyo. M.3 El día 30 de julio se realizó apoyo en el diseño y decoración de coronas para los usuarios para la realización del Reinado del Adulto Mayor	M.1.1Registro fotográfico M.2.1 Registro fotográfico M.3.1 Registro fotográfico	La atención constante de los usuarios del Centro Vida el Oso es muy importante ya que ellos son una población muy vulnerable.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

Firma
Nombre: Claudia Milena Amariles Duque
CC.42134339 pereira

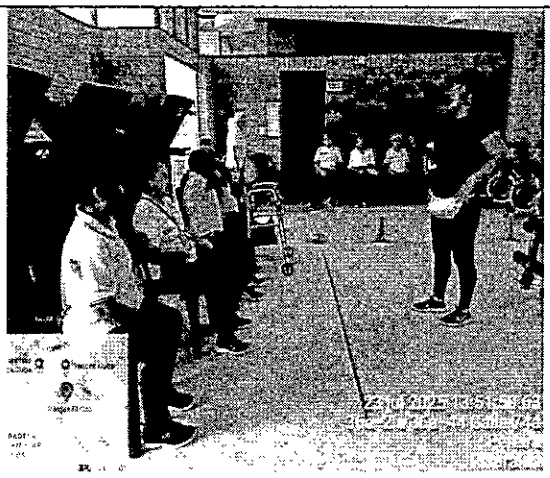
ANEXOS (CAPTURAS DE PANTALLA)

SEMANA 2		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 a. m.	GLORIA
		LAURA
		SARA
REFRIGERIO AM	10:00 a. m.	PROF. CAPACITADOR
		MAYSA
ALMUERZO 1	11:40 a. m.	JHOLVI
		VICTORIA
		ALEJANDRA
ALMUERZO 2	##########	JHOVANA
		LEONARDO
		ALEXANDER
REFRIGERIO PM	2:00 p. m.	BIBIANA
		ÁNGELA
CENA	4:00 p. m.	CLAUDIA
		SANDRA

SEMANA 3		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 a. m.	ALEXANDER
		VICTORIA
		MAYSA
REFRIGERIO AM	10:00 a. m.	PROF. CAPACITADOR
		SARA
ALMUERZO 1	11:40 a. m.	LEONARDO
		LAURA
		ANA MARIA
ALMUERZO 2	##########	JHOVANNA
		JHOLVI
		ALEJANDRA
REFRIGERIO PM	2:00 p. m.	BIBIANA
		SANDRA
CENA	4:00 p. m.	CLAUDIA
		ÁNGELA

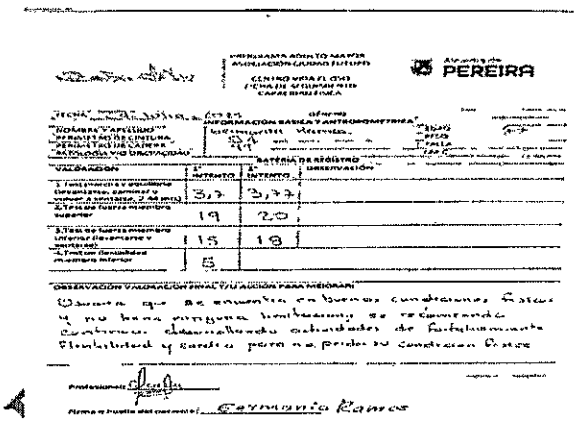
SEMANA 4		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 a. m.	ALEJANDRA
		LEONARDO
		SARA
REFRIGERIO AM	10:00 a. m.	PROF. CAPACITADOR
		MAYSA
ALMUERZO 1	11:40 a. m.	JHOLVI
		LAURA
		GLORIA
ALMUERZO 2	##########	JHOVANA
		VICTORIA
		ANA MARIA
REFRIGERIO PM	2:00 p. m.	BIBIANA
		ÁNGELA
CENA	4:00 p. m.	CLAUDIA
		SANDRA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



Obligación **B:** Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B.1.1..**
Fecha:23 de julio de 2025
Lugar: Parque el Oso



Obligación **B:** Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B.1.1..**
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: parque el oso



Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles.

Nombre actividad: **C1.1.**

Lugar: Centro vida el oso. Número de asistentes 12

Fecha :9 de Julio



Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles.

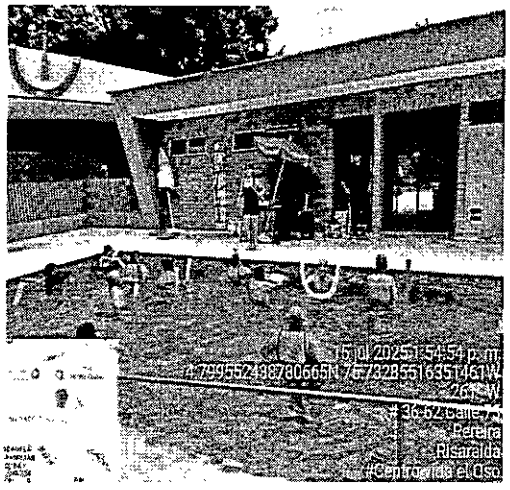
Nombre actividad: **C1.2**

Lugar: Centro vida el oso. Número de asistentes 10

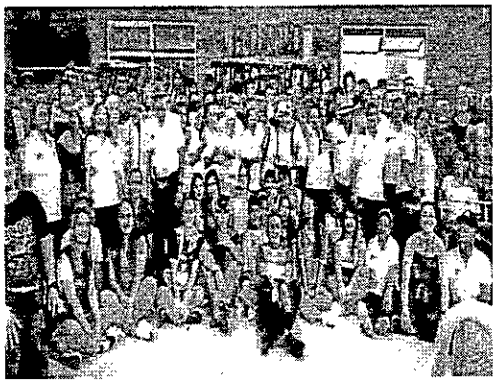
Fecha 17 de Julio

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

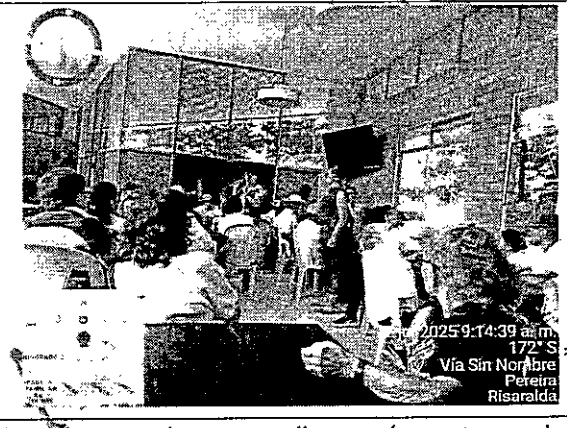
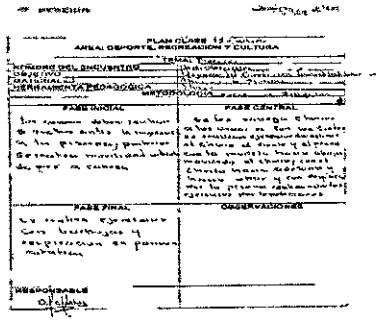
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

	
Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles. Nombre actividad: **C1.3.** Registro fotográfico de la actividad física con los usuarios de la jornada de la mañana. Fecha: 15 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 11 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre. Nombre actividad: **D1.1.** Juego de Motricidad fina Fecha: 7 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 12 Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre Nombre actividad: **D2.1** rompecabezas. Fecha: 7 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 7 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios. Nombre actividad: **E.1.1.** Clase de rumba con los usuarios de la jornada de la tarde Fecha: 16 de julio de 2025 .

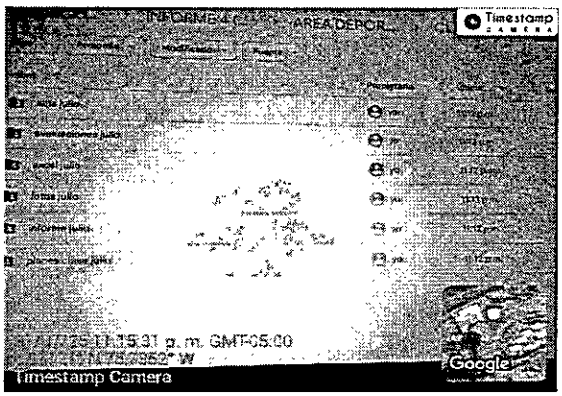
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	Lugar: Centro vida el oso
	
Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios. Nombre actividad: **E.1.1.** Clase de rumba con los usuarios de la jornada de la tarde Fecha: 16 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el oso	Obligación F: Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. Nombre actividad: **F.1.1** Registro fotográfico del encuentro intergeneracional Fecha: 25 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación F: Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. Nombre actividad: **F.1.1** Registro fotográfico del encuentro intergeneracional Fecha: 25 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación F: Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. Nombre actividad: **F.1.1** Registro fotográfico del encuentro intergeneracional Fecha: 25 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

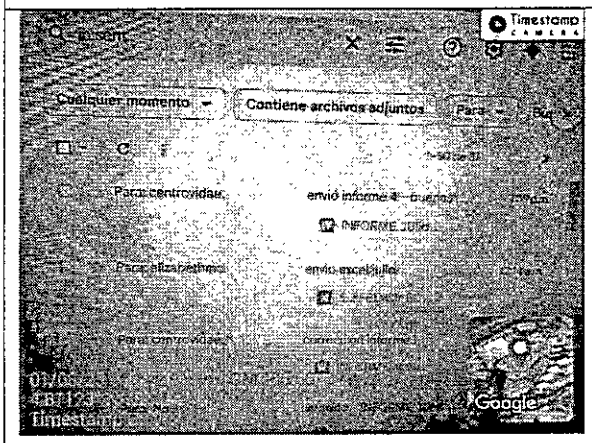
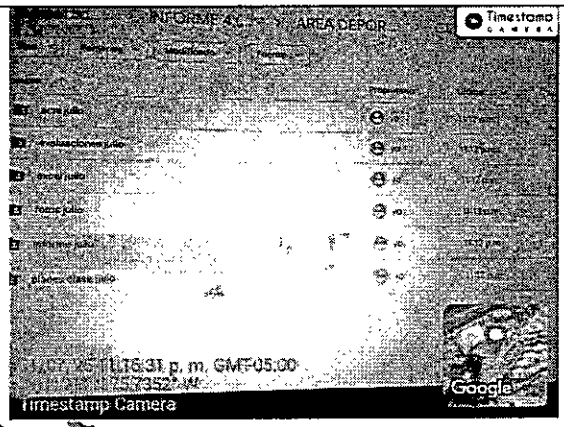
	
Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud. Nombre actividad: **G.1.2** motricidad fina Fecha: 12 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud. Nombre actividad: **G.1.2** motricidad fina Fecha: 12 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud. Nombre actividad: **G.1.2** motricidad fina Fecha: 11 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación H.1.1: Ejecutar planes clase establecidos para el manejo de la información y el control de la misma Nombre actividad: H.1.1. Pantallazo del envío plan clase escaneado Fecha: 15 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación I: Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma Nombre actividad: L.1.1. Pantallazo del envío Drive planes clase Fecha: 31 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre de la actividad: **J1.1.** Apoyo en comedor Fecha: 26 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre de la actividad: **J1.1.** Apoyo en comedor Fecha:24 de julio de 2025	Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre de la actividad: **J1.1.** Apoyo en comedor Fecha: 26 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso

CIUDAD

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

Lugar: Centro vida el Oso	
	
Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras). Nombre de la actividad: **K.1.1.** Pantallazo Informe de actividades Fecha: 1 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras). Nombre de la actividad: **K.1.2.** Pantallazo Informe de actividades subido Fecha: 31 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten. Nombre de la actividad: **L.1.1.** Reunión con coordinación del centro vida Fecha: 2 de julio de 2025 Lugar: Centro Vida el Oso	Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten. Nombre de la actividad: **L.2.1.** Reunión llamado de atención a usuario Fecha: 22 de julio de 2025 Lugar: Centro Vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten. Nombre de la actividad: **L.3.1.** Reunión con la Doctora Dora Llanos Fecha: 25 de julio de 2025 Lugar: Centro Vida el Oso	Obligación: M. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido Nombre de la actividad: **M1.1.** Acompañamiento CARDER. Fecha: 23 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el oso
	
Obligación: M. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido Nombre de la actividad: **M1.1.** Acompañamiento CARDER. Fecha: 30 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el oso	

Alcaldía de PEREIRA

PLAN CLASE 2- Julio AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Gimnasia.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	fortalecimiento.
OBJETIVO	Mejorar la condicion física de los usuarios
MATERIALES	Mancuernas.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA en circuito.	
FASE INICIAL Se realiza Calentamiento. Con una caminata y Posteriamente. ejercicios de movilidad y equilibrio	**FASE CENTRAL** • los usuarios se desplazan - hacia las maquinas por tiempos y luego rotan a otras Posteriormente todos. van al centro y se trabaja con mancuernas miembro superior.
FASE FINAL ejercicios de. respiracion y - estiramientos	**OBSERVACIONES**
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE 3 - julio - 2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Actividad Recreativa.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Rompecabezas
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los Usuarios
MATERIALES	Rompecabezas.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	:
METODOLOGIA	
FASE INICIAL movilidad articular en manos y ejercicios de memoria, abrir y cerrar las manos, alternar una abierta y otra cerrada etc.	**FASE CENTRAL** Se trabaja con los adultos que no pueden realizar actividad fisica. y están reunidos en mesa para trabajar desde allí la motricidad fina y la memoria y la concentracion a traves de rompecabezas. que cada usuario debe realizar.
FASE FINAL Ejercicios de estiramiento de muñeca y miembro Superior	**OBSERVACIONES**
RESPONSABLE .	

PEREIRA

PLAN CLASE 9- Julio- 2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Fortalecamiento	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Full-body
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Mancuernas.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica
METODOLOGIA en circuito	
FASE INICIAL Se realiza movilidad articular. de pies a. Cabeza.	**FASE CENTRAL** los usuarios seleccionan donde inician las actividades por un tiempo determinado. y posteriormente. se desplazan hacia otras maquinas. y se crea una estacion donde se trabaja miembro Superior con mancuernas
FASE FINAL Se. realiza estiramiento Guiado en su mayoria por mi, pero involucro a los usuarios para que ellos. Participen. dirigiendo.	**OBSERVACIONES**
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415281-6

PLAN CLASE 9-Julio-2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Gimnasio	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Full - body.
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Mancuernas.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA en circuito.	
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
Se realiza una caminata dentro del centro vida el oso, posteriamente. Se realiza estiramiento.	Se desplazan los usuarios a las maquinas que preferan y por hacen por determinado tiempo y. cambian de maquina; Posteriamente. Todos se desplazan al centro del gym. para trabajar con mancuernas Ejercicios Guiados y orientados a mejorar fza miembro inferior.
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Se realiza estiramiento y se hace enfasis en miembro inferior	
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE 10- Julio - 2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Natacion	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Hidroterapia.
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA	
FASE INICIAL	FASE CENTRAL
los usuarios deben realizar 3 vueltas por fuera de la pisina. y posteriormente. dentro de la pisina. Se realiza movilidad Articular.	Se realizan. dentro de la pisana. movimientos frontales., laterales, en ponta. de pie. y posterior desplazamiento. al rededor de la pisana, posteriormente Se realizan ejercicios de equilibrio frontal y lateral.
FASE FINAL	OBSERVACIONES
Se realizan ejercicios de estramiento. dentro dela pisana.	
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE 12 - Julio - 2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Capacitacion- taller.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Motricidad fina.
OBJETIVO	Mejorar la Motricidad fina de los Usuarios
MATERIALES	hojas de Papel.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	taller.
METODOLOGIA Participaron Usuarios.	
FASE INICIAL Se realiza un Calentamiento Con movilidad articular en miembro superiores. especialmente en muñecas	**FASE CENTRAL** Se realizo una Capacitación tipo taller donde se les hablo a los usuarios. que era la motricidad fina, Cual era la importancia, que busca la motricidad fina, que tipo de actividades son motricidad fina, Como se evalua. y como se pierde la motricidad fino. en esta capacitación participan los usuarios.
FASE FINAL Como dicha capacitacion es tipo taller, en la fase final se les entrega a los Usuarios hojas de papel. y se les enseña a hacer un avion en Origami y que envien un mensaje a un compañero	**OBSERVACIONES**
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION COLOMBIANA DE ADULTO MAYOR
NIT 900415201-4

PLAN CLASE 14-JULIO-2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Actividad fisica	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Equilibrio y coordinacion
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Aros y conos
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Aros y conos.
METODOLOGIA	
FASE INICIAL Se realiza movilidad Articular y caminata dentro del centro vida.	FASE CENTRAL Se adecuan aros y conos con el fin de realizar ejercicios coordinativos y de equilibrio - los cuales deben realizar 3 veces cada ejercicio y posteriormente se asignan otros ejercicios los cuales los usuarios deben realizar.
FASE FINAL Se realiza estiramientos de pies a cabeza y ejercicios respiratorios	OBSERVACIONES
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE 15-Julio AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Piscina	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Hidroterapia
OBJETIVO	Mejorar la Condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Churros de piscina
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA	Ejercicios dirigidos
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
los usuarios deben realizar 5 vueltas antes de ingresar a la piscina, posterior. Se realiza movilidad articular de pies a cabeza.	Se les entrega Churros a los usuarios con los cuales se realizan ejercicios de estirar el Churro al frente y al pecho con la muñeca hacia abajo moviendo el Churro; con el Churro hacia adelante y hacia atras. y con desplazamiento por la piscina. realizando los ejercicios por repeticiones.
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Se realiza ejercicios Con burbujas. y respiracion. en posicion estatica	
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

PLAN CLASE 16-JULIO-2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Gimnasio	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Gimnasio - fortalecamiento
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Maquinas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA en circuito.	
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
Se realiza movilidad. musicalizada. acompañada de musica. que los active.	los usuarios se. dividen entre las maquinas de su preferencia. y se crea. un stand donde algunos usuarios. deben Pasar por allí y trabajar. equilibio con su propio Peso.
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Ejercicios de estiramiento y respiratorios	
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE [illegible]

AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA

TEMA:	Actividad Física
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Fortalecimiento abdomen y glúteo
OBJETIVO	Mejorar la condición física
MATERIALES	Colchonetas
HERRAMIENTA PEDAGOGICA	[illegible]
METODOLOGIA	Ejercicios de repeticiones

FASE INICIAL	FASE CENTRAL
Se realiza un calentamiento general de 5 a 10 min donde se realizan ejercicios de trote, desplazamiento y movilidad.	Se desarrollan varios ejercicios a repeticiones de acuerdo a condición para la actividad, al 1. Se rea con ejercicios para el abdomen como: elevar y bajar las piernas, piernas extendidas y cruzadas, bicicleta y también ejercicios para el Gluteo como elevación pierna atras, lateral y sentada.

FASE FINAL	OBSERVACIONES
Se realiza estiramiento suave desde la colchoneta y luego de pie.	
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

PLAN CLASE 21- Julio- 2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Actividad fisica.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Movilidad y equilibrio
OBJETIVO	Mejora la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica
METODOLOGIA Secuencial. Por repeticion	
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
Se realiza movilidad articular en el lugar. acompañado de musica.	Se realizan ejercicios de movilidad repetidos como elevacion de pierna hacia adelante, luego hacia atras, luego sostenido; poste se hace movilidad lateral de pierna; luego en flexion de pierna; se altrna con 1 vuelta al rededor del centro vida, a llegar se continua con los ejercicios pero acompañados de los manos
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Ejercicios de estiramiento apoyados sobre la pared.	
RESPONSABLE	

PEREIRA

PLAN CLASE 27 de [illegible]

AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA

TEMA: Piscina	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Hidrokenpo y Fg [illegible]
OBJETIVO	Mejorar la [illegible]
MATERIALES	Chuvell, tester
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica
METODOLOGIA	Por [illegible]

FASE INICIAL	FASE CENTRAL
Se inicia calentamiento Musicalizado donde se realiza movilidad de cabeza a pies dentro de la piscina	- Se realiza movilidad frontal con pierna extendida y chuvo dentro del pie en extension, posterior hacia se realiza desplaza/ lateral con chuvo en el pie, hay movilidad frontal con pierna flexionada y chuvo atras de el cuadriceps, Se realizan varios desplazamientos

FASE FINAL	OBSERVACIONES
Se realizan burbujas y ejercicios de estiramiento dentro del agua	

RESPONSABLE

Alcaldía de PEREIRA

PLAN CLASE 24-Julio-2025. AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Piscina.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Movilidad con Chorro flotador.
OBJETIVO	Mejorar la condicion fisica de los usuarios
MATERIALES	Chorro flotador.
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA Por tiempos de desplazo/.	
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
los usuarios deben. realizar 5 vueltas caminando alrededor de la piscina.	Se desplazan en punta, talon, en ambos, saltando dentro del agua. realizan 3 vueltas; posteriormente se realizan ejercicios de movilidad de brazos con el Chorro, tocando el cuadriceps con el chorro, se devuelven. tocando pta pie con el chorro, Se desplazan lateral con chorro. luego con cada brazo q chorro hacia abajo y arriba.
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Estiramento. dentro de la Piscina.	
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE 24-Julio AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: Caminata.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Caminata parque el oso
OBJETIVO	Mejorar la Condicion fisica de los Usuarios.
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA Numero de Vueltas a la Cancha	
FASE INICIAL Se realiza buena movilidad articular de Cabeza a pies	**FASE CENTRAL** Nos desplazamos con un grupo de usuarios de la jornada de la tarde con el fin de realizar una caminata en el parque el oso donde los usuarios debian realizar entre 3 y 4 vueltas caminando al rededor de la cancha de el parque el oso
FASE FINAL Se realizó un estiramiento con enfasis en miembro inferior	**OBSERVACIONES**
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

PLAN CLASE 28-Julio-2023 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: GYM.	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Fortalecimiento
OBJETIVO	Mejorar la Condicion Física de los usuarios
MATERIALES	Colchonetas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Musica.
METODOLOGIA en rotacion	
FASE INICIAL	**FASE CENTRAL**
Se realico un calentamiento musicalicado con muy buena movilidad.	los usuarios se desplazan hacia las maquinas por un determinado tiempo. y van rotando por las maquinas; se realico un Stand donde los usuarios realizan. abdominales. ya sea en colchoneta o sillas.
FASE FINAL	**OBSERVACIONES**
Se realizó estiramiento. y ejercicios respiratorios. Para volver a la calma	
RESPONSABLE	

Alcaldía de PEREIRA

PLAN CLASE 29-Julio-2025 AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA:	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Hidroterapia
OBJETIVO	
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
FASE INICIAL	FASE CENTRAL
FASE FINAL	OBSERVACIONES
RESPONSABLE	

Fecha: 25/07/2025	Acta No:	Hora inicio: 2:00 pm	Hora Fin: 4: 00 pm
Tema: Cuarto Encuentro Intergeneracional "Creando recuerdos"			
Responsable: Equipo psicosocial centro vida el oso		**Elaborado por:** Jhon Alexander Uribe Henao	
Proceso / Subproceso / Actividad: Cuarto Encuentro Intergeneracional			
Lugar: Centro Vida El Oso			

AGENDA	1.	Bienvenida a los usuarios e invitados
	2.	Explicación del objetivo del encuentro.
	3.	Presentación de los invitados del campamento juveniles de Pereira
	4.	Refrigerio para los usuarios del centro vida y los invitados.
	5.	Realización de trabajo colectivo expresión artística entre usuarios e invitados
	6.	Cierre del evento.
	7.	Conclusión.

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO

El día jueves 25 de julio del 2025 se llevó a cabo en Centro Vida El Oso jornada de la tarde el cuarto encuentro intergeneracional, titulado "Creando Recuerdos", donde se promueve un espacio de aprendizaje e intercambio de saberes entre los adultos mayores y los invitados del campamento juveniles de Pereira.

1. Bienvenida

La jornada inició dando la bienvenida a todos los asistentes, haciendo la debida presentación de los invitados y de los adultos mayores, seguido a esto se explicó el objetivo del encuentro y su metodología.

2. Inicio de actividades

La actividad se desarrolló en el espacio del comedor donde se realizaron muestras artísticas por parte de los adultos mayores de centro vida dichas muestras incluían baile tradicional y contemporáneo; seguido a esto los invitados compartieron algunas experiencias personales dentro del grupo de juveniles Pereira, compartiendo aprendizajes adquiridos dentro del mismo.

Fecha: 25/07 /2025	Acta No:	Hora inicio: 2:00 pm	Hora Fin: 4: 00 pm
Tema: Cuarto Encuentro Intergeneracional "Creando recuerdos"			

3. Refrigerio

Se ofreció un refrigerio para todos los asistentes, donde los invitados y los usuarios compartieron en las mesas intercambiando conocimientos, historias y experiencias de manera más personal.

4. Continuidad con las actividades

Seguido del refrigerio en las mismas mesas se conforman los grupos para desarrollar la actividad planeada que consta de una construcción colectiva entre invitados y usuarios donde realizan un cuadro pintado por todos los integrantes de cada mesa construyendo así una historia que representa el tiempo presente de la interacción y dejar un recuerdo plasmado de la unión de generaciones.

5. Cierre del encuentro.

Finalizando la jornada, se hizo retroalimentación de la actividad con el fin de reconocer cómo los usuarios se sintieron a lo largo del encuentro al igual que los invitados del campamento de juveniles Pereira. Así pues, se hizo una reflexión y se agradeció a ambas partes por la disposición y por hacer posible el evento.

8. Conclusión

Por último, se encuentra importante resaltar la labor del equipo interdisciplinar de Cevi, ya que cada área se encargó de hacer un acompañamiento en los espacios asignados para cada actividad, logrando un desarrollo efectivo. Asimismo, se evidenció satisfacción tanto de los adultos mayores como de los invitados durante y finalizando el encuentro intergeneracional.

REGISTRO FOTOGRAFICO




Timemark
Foto 100% Real
Ventilad


M16
6-07
Vie
ra Sin Nombre, Pereira, Risaralda
Nombre: centro vida el oso
Coordenadas: 4.799590°N, 75.733050°
Código de foto: NAWLBWATRWGWHG


Timemark
Foto 100% Real
25 de jul 2025
Vie
Calle 73 36-92-660005 Pereira
Nombre: cent
Coordenadas
Código de Fot





Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: mayo 10

Asistencia

Tema: **Fecha:** **Acta No.**

	Nombre	Entidad	Cargo	Teléfono /Celular	Correo electrónico	Firma
1	Gloria Inés Amar	ACF	Trabajo social	3053176938	—	
2	Ana María R	ACF	Psicóloga	3164189441	—	Ana María R
3	Ilen Alejandra Vallejo	ACF	Trabajo social	3152657435	—	
4	Alejandra Amado p	ACF	Psicóloga	3167266081	—	Alejandra Amado p
5	Bisselo Avila	SDSyP	Contratista	3185234104	gisela.avila_70 @hotmail.com	
6	Luz Estella Calvo	SDSyP	Contratista	3225 3688	proyectos calvo 682@gmail.com	
7	Angela María Vela	SDSyP	contratista	3144821093	angvelez@hotmail.com	Angela M.V.
8	LAURA CAROLINA LOPEZ	ACF	Profesional Derechos	3128458668	lauralopez55 @	
9	Alexa Ochoa	ACF	Humanin	3207815780	—	
10	Elizabeth Manso	ASCF	Inspección	3146032904	lizzy2108@gmail.com	
11	adriana O	ACF	Comando	3144089782	—	adriana O
12	LAURA CASTAÑO	ACF	Aux Enfermería	3145846668	—	
13	Juan Rodriguez	ACF	Aux Admon	3213807462	—	
14	Sra Valentina Castaño	ACF	Aux Enfermería	3005135209	—	
15	Yhelos Vanessa	ACF	Apoyo Logístico	322911	—	
16	Yisabella López	ACF	Fisio	3172395407	—	
17	Victoria Santamaría	ASCF	Auxiliar	3137348113	—	
18	Sandra P. Agudelo	ACF	Aux enf	3012619261	—	Sandra P. A.
19	Cristian Dr	ACF	Cocinero	3113101340	cristianbellow@	
20	Claudia Amanda	ACF	Deportes	3116167614	—	
21						
22						
23						

Powered by CamScanner

Alcaldía de
PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Versión:

Fecha de Vigencia: mayo 10

Fecha: 22-07-25.	Acta No:	Hora Inicio: 7:00	Hora Fin: 1:30
Tema: Polehca publica adulto mayor.			
Responsable: Deportes		Elaborado por: Victoria Santamaria	
Proceso / Subproceso / Actividad:			
Lugar: Centro vida el oso			
AGENDA 1.	Socialización trimestral de políticas Públicas.		
AGENDA 2.	Acción 24 de la política pública de adulto M.		
AGENDA 3.	Conclusiones		
4.			

1 Socialización de la política pública del adulto mayor. Se hizo énfasis en las diferentes acciones que se realizaron para el informe trimestral en lo que se busca ajustar el segundo punto.

2. Acción 24. en referencia a estilos de vida saludable, juegos de mesa, olimpiadas y demás acciones para adultos mayores, usuarios del centro vida el oso. Por lo que se concluyó:

Scanned with CamScanner

Versión:

Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: mayo 10

Fecha 22-07-25	Acta No:	Hora Inicio: 1:00	Hora Fin: 1:30

Tema:

Conclusiones:

Se realizarán actas por actividades como Bingo y en caso de los viernes culturales, se ajustaran a actividades que reflejen la acción 24.

Scanned with CamScanner

Alcaldía de
PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Versión:

Fecha de Vigencia: mayo 10

Asistencia

Tema: | **Fecha:** 22-07-25 | **Acta No.**

	Nombre	Entidad	Cargo	Teléfono /Celular	Correo electrónico	Firma
1	Victoria Santamaría	ASCF	Fallonista	3139348705	— o —	
2	Paula Carolina Lopez.	ASCF	Deportes	3128455666		
3	Bibiana Collazos	ASCF	Fallonista	3207727478	—	
4	Cristian D.	ACF	Coclud	3113107345	cristianduque	
5	Leonardo Arevalo E	ACT	Deportes	3155012320	— o —	
6	Nicolas Piedrahita D	ACT	Deportes	3163993202	— c	
7	Juan Jose Jaramillo	ACT	Deportes	3104637217	— o —	
8	Claudia Ismaile	ASCF	Deportes	3116167674	— o —	
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						

Scanned with CamScanner

Alcaldía de PEREIRA

Versión: 01

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

Fecha: 02/07/2025	**Acta No: 05**	**Hora Inicio: 2:30 p.m**	**Hora Fin: 3:00 pm**
Tema: Reunión equipo de deportes			
Responsable: Equipo Deportes centro vida el oso		**Elaborado por: Laura Carolina López**	
Proceso / Subproceso / Actividad: Reunión			
Lugar: Centro Vida El Oso			

AGENDA	1.	Socialización actividades desde el área de Deportes
	2.	Apoyo en el área de piscina los días martes y jueves
	3.	Organización horarios almuerzo en cuanto al área de Deportes
	4.	Actividades de integración para usuarios que lo requieran
	5.	
	6.	
	7.	
	8.	
	9.	
	10.	

DESCRIPCION DEL EVENTO

1 El día miércoles 02 de julio se llevó a cabo en el Centro Vida El Oso la reunión del área de deportes y manualidades para perfeccionar temas de clases, de apoyos, de planes clase y organización en cuanto à clases de piscina, entrega de almuerzo y horario de entrada.

2. Se establecen los compromisos para dar continuidad a los cambios presentados en el área de deportes, se aclaran los objetivos y se tienen en cuenta los deberes como profesionales para el proceso exitoso día a día en el centro vida.

ALCALDÍA DE PEREIRA

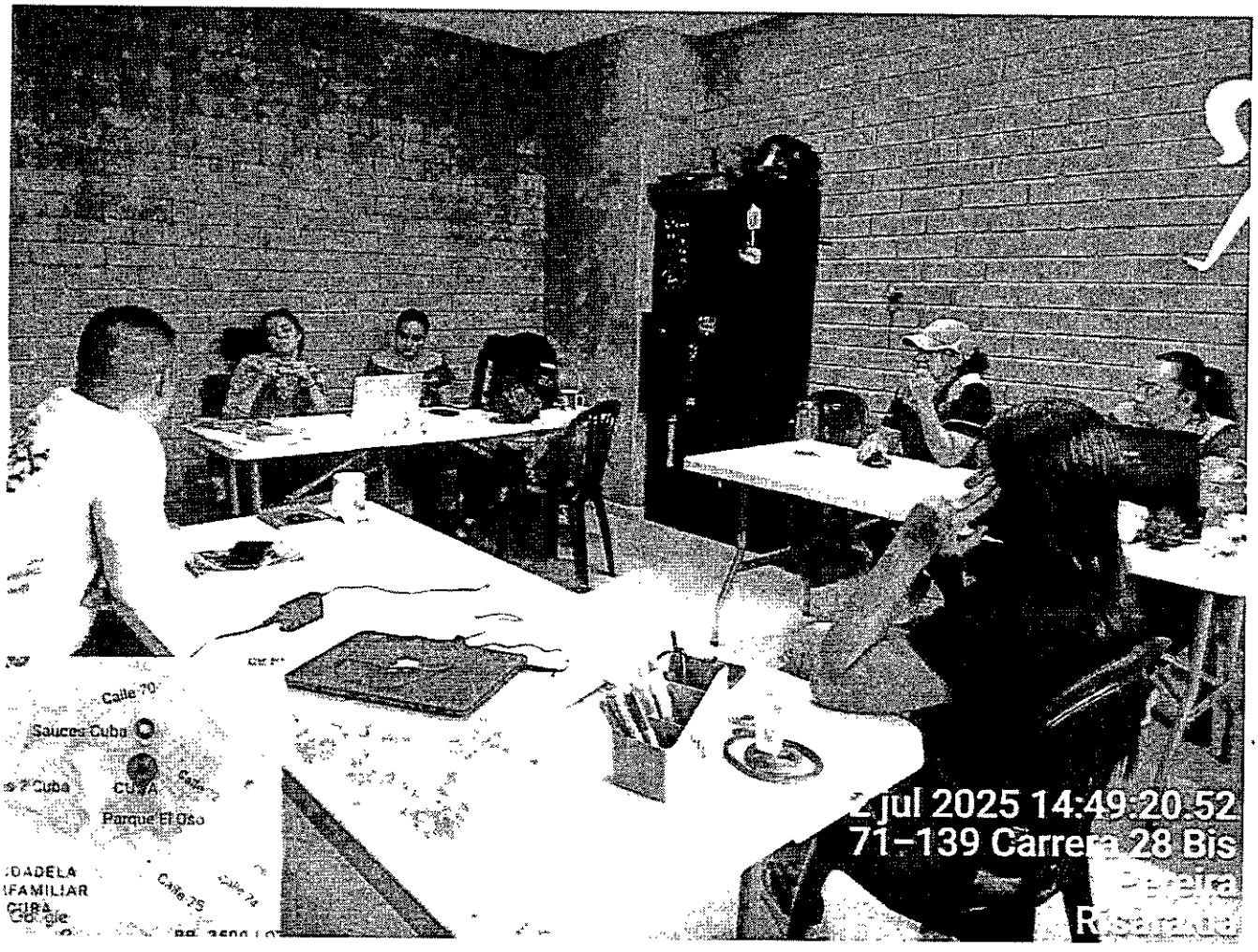
Alcaldía de PEREIRA

Versión: 01

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

REGISTRO FOTOGRAFICO



Alcaldía de PEREIRA

Versión: 01

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

	Tema: Capacitación Reportes		Fecha: 02/04/25		Acta No:	
	NOMBRE	PROCESO O. ENTIDAD	CARGO	TELÉFONO OFICINA/ CELULAR	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
1	Victoria Santa	ASCF	Tallerista	3137548715	— o —	
2	Yolanda Vanessa P.	ASCF	Prof. Apoyo	322917 8233	— o —	
3	Leonardo Acevedo Z.	ACF	Profesional Operativo	3158012320	— o —	
4	LAURA CAROLINA LOPEZ	ACF	Profesional Reportes	3128458068	— o —	
5	Johanna Fiscal	ACF	Profesional	316463 5212	— o —	
	Bibiana Gallego	AACF	Tallerista	3207727498		
6	Claudia Amaya	ASCF	Deportiva	3116167614		
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Versión: 01

Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

ALCALDÍA DE PEREIRA

Escaneado con CamScanner

DIA	LUNES FESTIVO		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	30		1		2		3		4			5	
7:00 - 7:30 AM	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		7:00 - 7:30 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
7:30 - 8:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		7:30 - 8:00 AM	DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 2 GIMNASIO laura, jolvi ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, jhovana manualidades victoria	GRUPO 1 TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GRUPO 2 GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO Leo, laura RECREATIVA Jholvi, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Victoria	GRUPO 1 TALLER DEPORTES	GRUPO 2 CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 RUMBATERAPIA	GRUPO 2 MASIVA DEPORTES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 MASIVA DEPORTES	GRUPO 2 RUMBATERAPIA
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1 GIMNASIO Jolvi, Laura ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia, jhovana MANUALIDADES VICTORIA	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	GRUPO 2 TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GRUPO 1 GIMNASIO Jolvi ACTIVIDAD FISICA leo, laura PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Bibiana	GRUPO 2 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	GRUPO 2 TALLER DEPORTES	10:20 - 11:30 AM	MASIVA MANUALIDADES	
11:30 - 12:00 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		11:30 - 12:00 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:00 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		12:00 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 2 GIMNASIO Jhovana, laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, jhovana MANUALIDADES bibiana	GRUPO 1 TALLER SISTEMAS DEPORTES	GRUPO 2 GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO Leo, laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Victoria	GRUPO 1 TALLER DEPORTES	GRUPO 2 CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS			
2:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE				
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1 GIMNASIO Jhovana, Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Yahir MANUALIDADES Bibiana	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	GRUPO 2 TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GRUPO 1 GIMNASIO Jolvi RECREATIVA leo Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Bibiana	GRUPO 2 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	GRUPO 2 TALLER DEPORTES			
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA				

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	7		8		9		10		11			12	
7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo HUERTA Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Victoria RECREATIVA - Leo DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA- Jholvi RECREATIVA- Laura ACTIVIDAD FÍSICA Claudia, Leo	CAPACITACION MASIVA DEPORTES			RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2		MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Leo PISCINA - Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA - Leo MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	TALLER ENFERMERIA	VIERNES CULTURAL		10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA	
11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		10:20 - 11:30 AM	MASIVA MANUALIDADES	
1:30 PM - 2:50 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura , Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia HUERTA - Victoria y Bibiana	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Leo, Jholvi RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	VIERNES CULTURAL MASIVA				
2:50 PM - 4:00 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE				
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA- Jhovana, Claudia MANUALIDADES - Bibiana, Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Victoria RECREATIVA- Laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAPACITACION MASIVA DEPORTES				
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA				

DIA	LUNES 14		MARTES 15		MIÉRCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
	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	
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
9:00 - 10:00 AM	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Vanesa - Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Claudia Leo RECREATIVA - Laura MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS DE PORTES	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1 GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	GRUPO 2 TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GRUPO 1 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia Vanesa HUERTA - Victoria	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Leo PISCINA - Claudia Laura TEATRO - Victoria	GRUPO 2 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 VIERNES CULTURAL	GRUPO 2
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1 TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GRUPO 2 GIMNASIO - Leo, Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Laura Claudia RECREATIVA - Vanesa	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Vanesa PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA - Victoria y Bibiana	GRUPO 1 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Claudia, Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Vanesa Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 1 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Vanesa, Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia Laura TEATRO - Bibiana	GRUPO 1 VIERNES CULTURAL MASIVA	GRUPO 2
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Laura Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Bibiana	GRUPO 2 TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GRUPO 1 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Vanesa RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Claudia, Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Vanesa Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Vanesa, Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo RECREATIVA Claudia MANUALIDAD - Bibiana	GRUPO 2 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 TALLER SISTEMAS DE PORTES	GRUPO 2

DIA	SABADO 19
	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
	GRUPO 1 / GRUPO 2
9:00 - 9:40 AM	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2 MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA MANUALIDADES

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	21		22		23		24		25	
7:00 - 8:00 AM	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 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Laura, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES Victoria con movilidad reducida	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, laura HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS PISCINA (CLAUDIA, LEO) TEATRO - Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, vanesa HUERTA - Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES BIBIANA con movilidad reducida PISCINA (CLAUDIA, LEO)	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
2:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS MANUALIDAD - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	26
7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MANUALIDADES / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / MANUALIDADES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA BINGO
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

JHOLVI VANESA PIEDRAHITA MONTOYA
PROFESIONAL

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	**JHOLVI VANESA PIEDRAHITA**					
Número del Contrato	***1010081017***					
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	X
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	***PROFESIONAL***					
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***					

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
A. REALIZAR EVALUACIÓN FÍSICA INICIAL POR MEDIO DEL FORMATO SUMINISTRADO POR LA ASOCIACIÓN A CADA UNO DE LOS BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA Y CON BASE EN ESTA, REALIZAR PLAN DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL.	**A.1** Durante este periodo no se realizaron evaluaciones físicas iniciales Las evaluaciones realizadas son las siguientes: • Flexibilidad desde sentado con una pierna extendida. • Fuerza miembro superior con curl de bíceps con mancuerna unilateral. • Fuerza de miembro inferior, sentarse y pararse desde una silla. • Marcha, pararse de la silla, caminar 2,44 metros y regresar a sentarse. • Talla • Peso • Perímetro de cintura • Perímetro de cadera	NO APLICA	Conocer el nivel de condición física del usuario evaluado, con el fin de organizar el trabajo en pro del mantenimiento y/o mejoramiento de las capacidades físicas.
B. REALIZAR SEGUIMIENTO CADA 3 MESES A LOS USUARIOS CON EL FIN DE TENER CONTROL SOBRE SU ESTADO Y CAPACIDAD FISICA.	Para el presente periodo se realizó evaluación de seguimiento para los usuarios: 1. Maria Justina Tamayo 2. Ana Maria Rojas 3. Aldemar Marulanda	**B1.1** Registro Fotográfico de la evaluación de seguimiento realizada el 24 de julio de 2025 en la jornada de la mañana	Comparación de los resultados obtenidos de los usuarios del centro vida el oso en las diferentes pruebas durante su permanencia en el programa.

	4. Bertulfo Lopez 5. Carlos Cardona Las evaluaciones se realizaron teniendo en cuenta las siguientes pruebas: • Marcha 1 m • Test de flexibilidad miembro inferior • Fuerza sentadilla 30 seg • Fuerza brazo 30 Seg	**B1.2.** Pantallazo de los resultados obtenidos en las evaluaciones de seguimiento en la jornada de la mañana realizadas el 24 de julio de 2025. **B.1.3** Registro fotográfico de la ficha utilizada para el diligenciamiento de la evaluación de seguimiento de los usuarios.	
C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES.	**C.1.** Se realizan actividades durante todo el periodo de presentación de este informe que desarrollan el componente de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud.	**C.1.1.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el de 16 julio de 2025 con el tema actividad física y desarrollo de flexibilidad, con los usuarios de la jornada de la mañana. **C.1.2.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 10 de julio de 2025 con el tema coordinación óculo-manual con los usuarios de la jornada de la tarde. **C.1.3.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 9 de julio de 2025 con el tema flexibilidad, con los usuarios de la jornada de la mañana.	Desarrollo de las capacidades físicas en los usuarios del Centro Vida

		C.1.4. Planes Clase	
D. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.	**D.1.** Actividad recreativa "lanzamiento de pimpones" con los usuarios de la jornada de la tarde 9 de julio de 2025. **D.2.** Actividad recreativa "Colombia tierra querida, viernes cultural" con los usuarios de la jornada de la mañana el 18 de julio de 2025. **D.3.** Actividad recreativa de "bingo" con los usuarios de la jornada de la tarde el 19 de julio de 2025.	**D.1.1** Registro fotográfico de la actividad del 9 de julio de 2025. **D.2.1** Registro fotográfico de la actividad del 18 de julio de 2025. **D.3.1** Registro fotográfico de la actividad del 19 de julio de 2025.	Actividades recreativas que les ayudan a los usuarios del centro vida a la estimulación de memoria, motricidad fina y el aprovechamiento del tiempo libre.
E. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE CULTURA Y DANZAS, TENIENDO EN CUENTA LOS INTERESES DE LOS BENEFICIARIOS.	**E.1.** Actividad de rumba con todos los usuarios de la jornada de la mañana el 11 de julio de 2025. **E.2.** Actividad de rumba con los usuarios de la jornada de la mañana el 4 de julio de 2025.	**E.1.1** Registro fotográfico de la actividad del 11 de julio de 2025. **E.2.1** Registro fotográfico de la actividad del 4 de julio de 2025.	Desarrollo del componente de baile en los usuarios del Centro Vida

F. APOYAR LA PLANEACIÓN, ORGANIZACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENCUENTROS INTERGENERACIONALES.	**F.1** Se realiza el encuentro intergeneracional el 25 de julio de 2025 con los usuarios de la jornada de la tarde, donde se recibe la visita de jóvenes del proyecto de juventud activa.	**F.1.1** Registro fotográfico de la actividad del encuentro intergeneracional con los usuarios de la jornada de la tarde.	Realización exitosa del encuentro intergeneracional.
G. IMPLEMENTAR TALLERES GUÍA CON TEMAS DE SUMA IMPORTANCIA EN EL ÁREA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.	Se implementó taller de capacitación denominado "juegos mentales y salud" el día 21 de julio de 2025 para ambas jornadas	**G.1.1** Registro fotográfico jornada mañana **G.1.2** Registro fotográfico jornada mañana	Mejorar las conductas deportivas de los adultos mayores y mejorar la higiene deportiva.
H. ELABORAR Y ENTREGAR OPORTUNAMENTE DIARIO DE CAMPO O PLAN CLASE	**H.1.** Se realizan los planes clase para cada una de las actividades programadas.	**H.1.1.** Pantallazo de los planes clase. **H.1.2.** Pantallazo de los planes clase en carpeta compartida. **H.1.3.** Planes Clase.	Entrega de los diferentes planes clase para la realización de los mismos con los usuarios del centro vida el oso.

I. LLEVAR LOS REGISTROS ESTABLECIDOS PARA EL MANEJO DE LA INFORMACIÓN Y ENTREGAR BASE DE DATOS DE ACUERDO A LOS TIEMPOS SOLICITADOS.	**I.1.** Se alimenta y envía por correo la base de datos en la que reposa el registro de cada una de las actividades realizadas en el presente periodo y la asistencia de los usuarios en las actividades desarrolladas por el profesional	**I.1.1.** Pantallazo del envío de la base de datos enviada por correo **I.1.2.** Pantallazo de la base de datos	Diligenciamiento completo de la asistencia de los usuarios participantes en las diferentes actividades.
J. REALIZAR ACOMPAÑAMIENTO CONSTANTE EN LOS DIFERENTES ESPACIOS DEL CENTOR VIDA DONDE SE ENCUENTREN LOS BENEFICIARIOS, ESPECIALMENTE EN LA ZONA DEL COMEDOR.	**J.1.** Acompañamiento en la zona del comedor, de acuerdo al cronograma enviado por la nutricionista ya sea en semana 1, 2, 3 o semana 4.	**J.1.1.** Registro fotográfico de acompañamiento en el comedor el 8 de julio de 2025. **J.1.2.** Registro fotográfico de acompañamiento en el comedor el 9 de julio de 2025. **J.1.3** Registro fotográfico de acompañamiento en el comedor el 9 de julio de 2025.	Apoyo en la zona de comedor para brindar la atención requerida a los usuarios del centro vida el Oso

K. ENTREGAR OPORTUNAMENTE INFORME DE ACTIVIDADES DEBIDAMENTE DILIGENCIADO Y CON SUS RESPECTIVAS EVIDENCIAS (FORMATOS, LISTADOS, REGISTRO FOTOGRAFICO, ENTRE OTRAS).	**K.1.** Se realiza el informe de actividades y se comparte a la carpeta Drive creada para tal fin	**K.1.1.** Pantallazo del informe de actividades. **K.1.2.** Pantallazo de documento en carpeta Drive.	Diligenciamiento correcto de las actividades y los usuarios del centro Vida que participan de las mismas.
L. ASISTIR A REUNIONES Y ACTIVIDADES DE APOYO A LAS QUE SEA CONVOCADO Y OTRAS ACTIVIDADES QUE SE CONCRETEN	**L.1.** Se participa el 22 de julio de 2025 de la reunión con coordinación del centro vida. **L.2.** Se participa el 31 de julio de 2025 de la reunión con gerontóloga de la Alcaldía de Pereira. **L.3.** Se participa el 28 de julio de 2025 de la reunión apertura del buzón de sugerencias	**L.1.1** Registro fotográfico de la reunión del 22 de julio de 2025. **L.2.1** Registro fotográfico de la reunión del 31 de julio de 2025. **L.3.1** Registro fotográfico de la apertura del buzón de sugerencias del 28 de julio de 2025.	Participación en las reuniones y capacitaciones en las que he sido convocado.

M. APOYAR ACTIVIDADES DE LAS DEMAS ÁREAS CUANDO SEA REQUERIDO.	**M.1** Se acompaña la ruta del medio dia el 15 de julio de 2025.	**M.1.1** Registro fotográfico del acompañamiento en la ruta el 15 de julio de 2025.	Inicio de las actividades en el centro vida el oso y apoyos en las actividades que he requerido.

Firma
Nombre: Jholvi Vanesa Piedrahita
CC. 1010081017.

Anexos

J1.3. Cronograma comedor

SEMANA 1		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	ANA MARIA
		JHOLVI
		ALEXANDER
ALMUERZO 1	11:40 AM	VICTORIA
		LEONARDO
		CLAUDIA
ALMUERZO 2	12:30 PM	GLORIA
		ANGELA
		YAHIR
CENA	4:00 PM	ALEJANDRA
		SANDRA

SEMANA 2		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	SARA
		MAYSA
		LAURA
ALMUERZO 1	11:40 AM	JHOLVI
		GLORIA
		ALEJANDRA
ALMUERZO 2	12:30 PM	YAHIR
		ALEXANDER
		CLAUDIA
CENA	4:00 PM	SANDRA
		BIBIANA

SEMANA 3		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	ALEXANDER
		JHOLVI
		VICTORIA
ALMUERZO 1	11:40 AM	LEONARDO
		LAURA
		SARA
ALMUERZO 2	12:30 PM	ANGELA
		GLORIA
		YAHIR
CENA	4:00 PM	SANDRA
		BIBIANA

SEMANA 4		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	VICTORIA
		SARA
		LAURA
ALMUERZO 1	11:40 AM	LEONARDO
		ANA MARIA
		MAYSA
ALMUERZO 2	12:30 PM	YAHIR
		ALEJANDRA
		ANGELA
CENA	4:00 PM	CLAUDIA
		BIBIANA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

24 DE JULIO					
NOMBRE COMPLETO		EDAD	CINTURA	CADERA	TALLA
MARIA JUSTINA TAMAYO		80	95	101	
ANA MARIA ROJAS		93	80	95	
ALDEMAR MARULANDA		85	98	90	
BERTULFO LOPEZ		89	93	93	
CARLOS CARDONA		81	85	93	
MARCHA		FUERZA MANOS		FUERZA PIERNAS	
1	2	1	2	1	2
9,79	9,6	14	18	12	12
26,33	20,4	13	15	4	7
7,62	6,44	10	16	10	15
8,9	7,43	14	16	12	12
5,37	3,69	24	27	18	20



Obligación B: Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B1.1.** Registro de resultados de evaluación inicial en la jornada de la tarde
Fecha: 24 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación B: Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B1.2.** Registro fotográfico de la evaluación inicial en la jornada de la mañana.
Fecha: 24 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

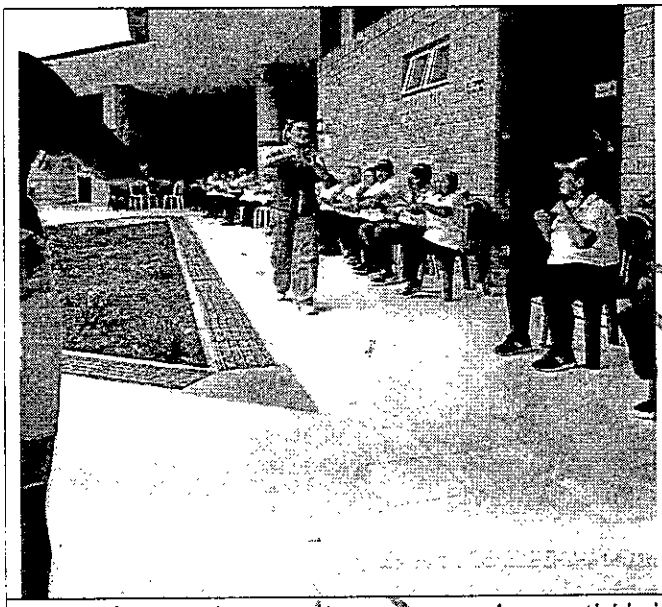




Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física

Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

para la salud en Diferentes niveles. Nombre actividad: **C1.1.** Registro fotográfico de gimnasio con los usuarios de la mañana. Fecha: 16 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 15 Lugar: Centro vida el oso.	física para la salud en Diferentes niveles. Nombre actividad: **C1.2.** Registro fotográfico de actividad de actividad física con los usuarios de la mañana. Fecha: 9 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 20 Lugar: Centro vida el oso.
	
Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles. Nombre actividad: **C1.3.** Registro fotográfico de la actividad física con los usuarios de la jornada de la tarde. Fecha: 10 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 13 Lugar: Centro vida el oso.	Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre. Nombre actividad: **D1.1. Mandalas.** Fecha: 9 de julio de 2025 Usuarios atendidos: 14 Lugar: Centro vida el Oso

ASSAIUTO

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



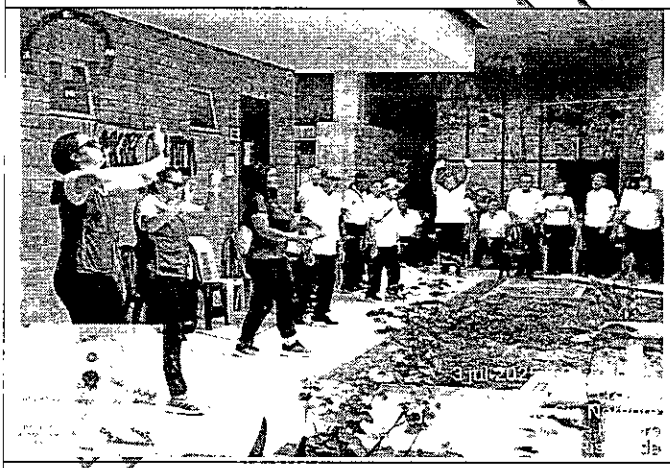
Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: **D2.1 Viernes Cultural**

Fecha: 18 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 85
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: **D3.1. Bingo**

Fecha: 19 de julio de 2025.
Usuarios atendidos: 85
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios.

Nombre actividad: **E.1.1.** Clase de rumba con los usuarios de la jornada de la tarde
Fecha: 3 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 62
Lugar: Centro vida el oso



Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios.

Nombre actividad: **E.2.1.** Clase de danzas con los usuarios de la jornada de la mañana
Fecha: 11 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 86
Lugar: Centro vida el oso

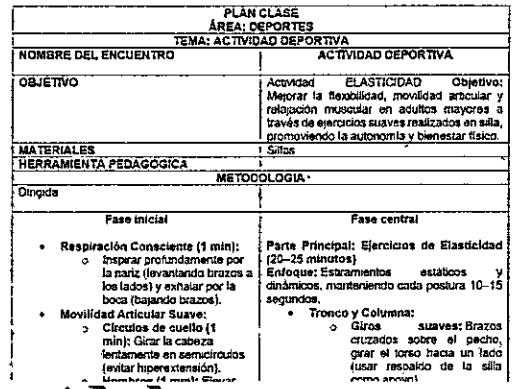
COPIA CIUDAD FUTURO

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



Obligación F: Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales.

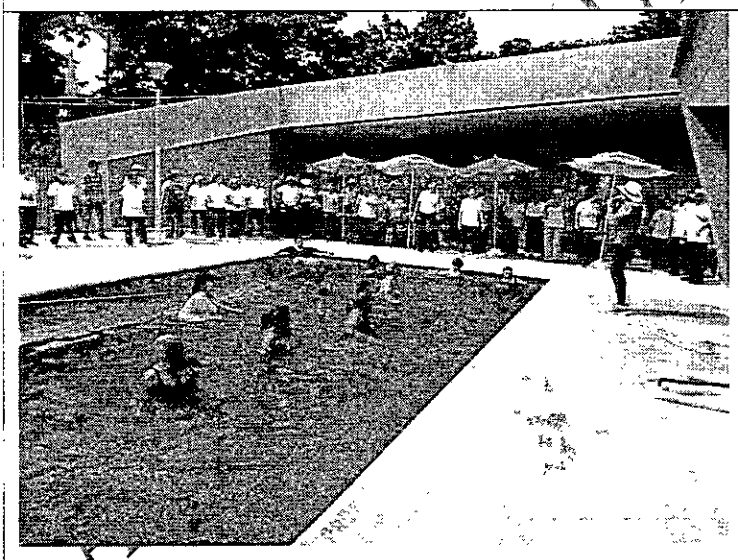
Nombre actividad: **F.1.1** Encuentro intergeneracional
Fecha: 25 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso



PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	ACTIVIDAD DEPORTIVA
OBJETIVO	Actividad ELASTICIDAD Objetivo: Mejorar la flexibilidad, movilidad articular y relajación muscular en adultos mayores a través de ejercicios suaves realizados en silla, promoviendo la autonomía y bienestar físico.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Dirigida	
Fase inicial	**Fase central**
• **Respiración Consciente (1 min):** ○ Inspirar profundamente por la nariz (levantando brazos a los lados) y exhalar por la boca (bajando brazos). • **Movilidad Articular Suave:** ○ **Círculos de cuello (1 min):** Girar la cabeza lentamente en semicírculos (evitar hiperextensión).	**Parte Principal: Ejercicios de Elasticidad (20–25 minutos)** **Enfoque:** Estiramientos estáticos y dinámicos, manteniendo cada postura 10–15 segundos. • **Tronco y Columna:** ○ **Giros suaves:** Brazos cruzados sobre el pecho, girar el torso hacia un lado (usar respaldo de la silla como apoyo)

Obligación: H. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan clase.

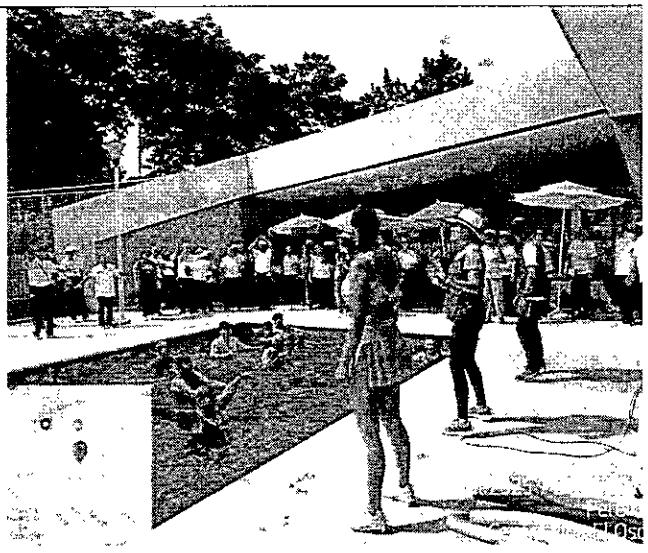
Nombre actividad: **H.1.1** Pantallazo de los planes clase
Fecha: 30 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el

área de prevención y promoción de la salud.

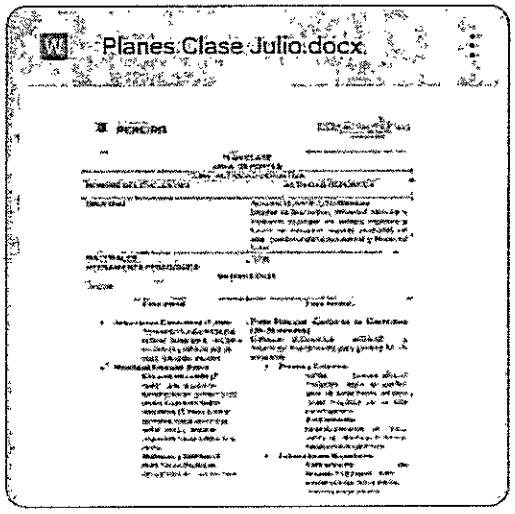
Nombre actividad: **G.1.1 Capacitación sobre habilidades acuáticas y normas deportivas**
Fecha: 19 de julio de 2025
Usuarios: 59 jornada mañana
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud.

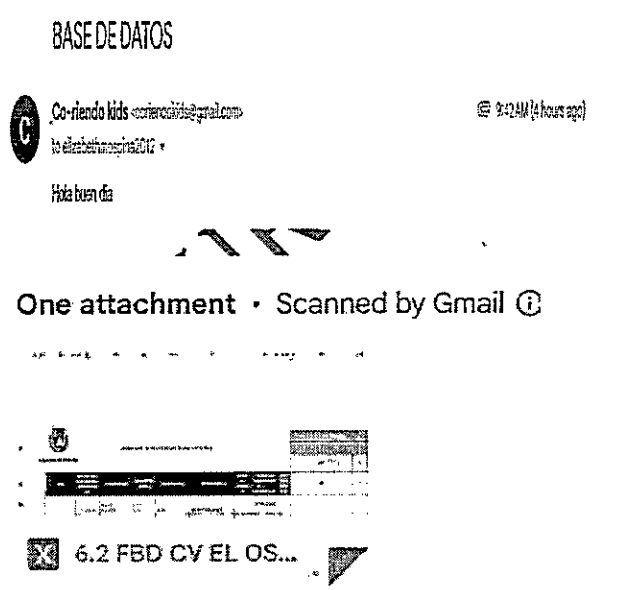
Nombre actividad: **G.1.1 Capacitación sobre habilidades acuáticas y normas deportivas**
Fecha: 19 de julio de 2025
Usuarios: 57 jornada tarde
Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



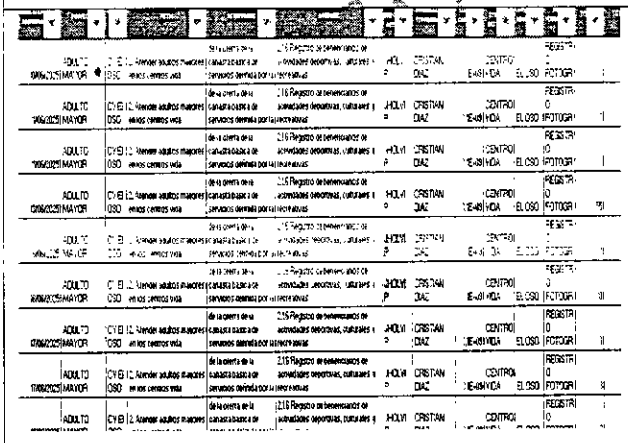
Obligación: H. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan clase.

Nombre actividad: Planes Clase
Fecha: 31 Julio 2025
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación I: Llevar los registros establecidos para e manejo de la información y el control de la misma

Nombre actividad: L.1.1. Pantallazo del envío de la Base d datos
Fecha: 30 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso





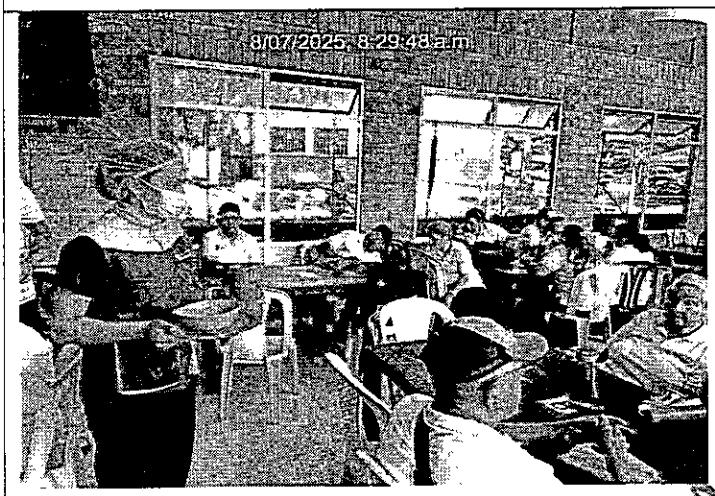
Obligación I: Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma

Nombre actividad: L.2.1. Pantallazo de la Base de datos
Fecha: 30 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

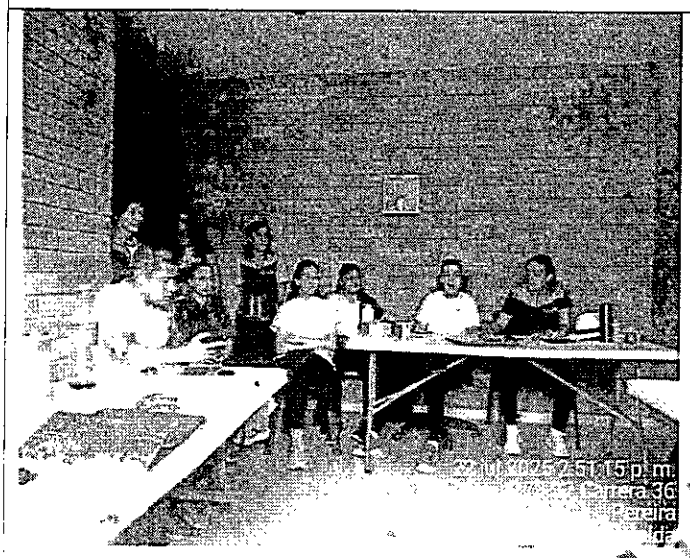
Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.

Nombre de la actividad: **J1.1.** Apoyo en comedor
Fecha: 9 de julio de 2025

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	Lugar: Centro vida el Oso
	
Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre de la actividad: J.**1.2.** Apoyo en comedor Fecha: 8 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre de la actividad: J.**1.3.** Apoyo en comedor Fecha: 1 de agosto de 2025 Lugar: Centro vida el Oso
os usuarios C.1. Se realizan actividades durante todo el periodo de presentación de este informe que desarrollan el componente de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud. C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES. C.1.1. Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 16 julio de 2025 con el tema actividad física y desarrollo de flexibilidad, con los usuarios de la jornada de la mañana. C.1.2. Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 10 de julio de 2025 con el tema coordinación óculo-manual con los usuarios de la jornada de la tarde. C.1.3. Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 9 de julio de 2025 con el tema flexibilidad, con los usuarios de la jornada de la mañana.	REPORTE DE ACTIVIDADES **PROGRAMA CENTRO VIDA EL OSO** **JHOLVI VANESA PIEDRAHITA MONTOYA** **PROFESIONAL** **PERIODO:** **02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025**
Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras). Nombre de la actividad: **K.1.1.** Pantallazo Informe de actividades Fecha: 31 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el Oso	Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras). Nombre de la actividad: **K.1.1.** Pantallazo Informe de actividades Fecha: 1 de agosto de 2025 Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025





Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.
Nombre de la actividad: **L.1.1.** Reunión con coordinación del centro vida
Fecha: 22 de julio de 2025
Lugar: Centro Vida el Oso

Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.
Nombre de la actividad: **L.2.1. Reunión con gerontología**
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro Vida el Oso





Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten
Nombre de la actividad: **L.3.1.** Buzón de sugerencias en la

Obligación: M. Apoyar actividades de las demás área cuando sea requerido
Nombre de la actividad: **M1.1.** Acompañamiento en ruta

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO - 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

jornada de la mañana Fecha: 28 de julio de 2025 Lugar: Centro Vida el Oso	Fecha: 15 de julio de 2025 Lugar: Centro vida el oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO.

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**ACTIVIDAD DEPORTIVA**
OBJETIVO	Actividad ELASTICIDAD **Objetivo:** Mejorar la flexibilidad, movilidad articular y relajación muscular en adultos mayores a través de ejercicios suaves realizados en silla, promoviendo la autonomía y bienestar físico.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Dirigida	
Fase inicial • **Respiración Consciente (1 min):** o Inspirar profundamente por la nariz (levantando brazos a los lados) y exhalar por la boca (bajando brazos). • **Movilidad Articular Suave:** o **Círculos de cuello (1 min):** Girar la cabeza lentamente en semicírculos (evitar hiperextensión). o **Hombros (1 min):** Elevar hombros hacia las orejas y soltar; luego, círculos pequeños hacia adelante y atrás. o **Muñecas y tobillos (2 min):** Rotar muñecas y dibujar círculos con los pies.	**Fase central** **Parte Principal: Ejercicios de Elasticidad (20–25 minutos)** **Enfoque:** Estiramientos estáticos y dinámicos, manteniendo cada postura 10–15 segundos. • **Tronco y Columna:** o **Giros suaves:** Brazos cruzados sobre el pecho, girar el torso hacia un lado (usar respaldo de la silla como apoyo). o **Estiramiento lateral:** Levantar un brazo sobre la cabeza e inclinarse hacia el lado contrario. • **Extremidades Superiores:** o **Estiramiento de brazos:** Entrelazar dedos y estirar brazos hacia adelante (palmas hacia afuera). o **Hombros:** Llevar un brazo frente al pecho y presionar suavemente con el otro brazo (alternar). • **Extremidades Inferiores:** o **Piernas extendidas:** Extender una pierna hacia adelante y flexionar el pie (alternar). o **Estiramiento de pantorrilla:** Apoyar talón en el suelo y levantar punta del pie, luego flexionar. • **Bandas Elásticas (opcional):**

	o Sujetar una banda con ambas manos y estirar hacia los lados o arriba.
Fase final • **Respiración Diafragmática (2 min):** o Manos en el abdomen, inhalar hinchando la barriga y exhalar lentamente. • **Automasaje (2 min):** o Frotar suavemente brazos, piernas y cuello con las palmas. • **Reflexión Final (1 min):** o Agradecer por la participación y recordar la importancia de moverse diariamente.	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	ACTIVIDAD DEPORTIVA
OBJETIVO	• Estimular la memoria, atención y coordinación. • Promover la actividad física adaptada. • Fomentar la socialización y diversión.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Dirigida	
• **Movilidad articular:** Círculos con brazos, hombros, tobillos y cadera. • **Respiración y estiramientos suaves.** • **Juego mental rápido:** "Palabras encadenadas" (ej., casa-sapo-oso...).	**Juego 1: "Memoria en Movimiento"** (15 min) • **Dinámica:** o Colocar tarjetas con números/figuras en el suelo. o Los participantes deben recordar la ubicación y

	tocarlas en orden mientras caminan. o Variante: Sumar/restar números para mayor dificultad. • **Beneficios:** Memoria, coordinación y movimiento suave. **Juego 2: "Bingo con Ejercicios"** (15 min) • **Dinámica:** o Cada número del bingo se asocia a un ejercicio (ej.: "N°5 = 5 sentadillas con apoyo"). o Gana quien complete una línea y realice los ejercicios. • **Beneficios:** Atención, resistencia muscular y motivación. **Juego 3: "Pasa el Aro con Palabras"** (10 min) • **Dinámica:** o En círculo, pasar un aro mientras se dice una palabra de una categoría (ej.: frutas). o Quien repita o no diga nada, hace 5 levantamientos de brazos. • **Beneficios:** Velocidad de procesamiento y flexibilidad.
Fase final • **Respiración Diafragmática (2 min):** o Manos en el abdomen, inhalar hinchando la barriga y exhalar lentamente. • **Automasaje (2 min):** o Frotar suavemente brazos, piernas y cuello con las palmas. • **Reflexión Final (1 min):** o Agradecer por la participación y recordar la importancia de moverse diariamente.	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Recreativa
OBJETIVO	Actividad
MATERIALES	Pimpones y mesas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Juego en ronda	
Fase inicial Explicación de las reglas del juego, y desarrollo del mismo.	**Fase central** • Se forman dos equipos, cada uno tendrá la misma cantidad de pimpones, gana el equipo que logre insertar todos sus pimpones en la caja correspondiente.
Fase final No aplica	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	ACTIVIDAD DEPORTIVA
OBJETIVO	Actividad ELASTICIDAD **Objetivo:** Mejorar la flexibilidad, movilidad articular y relajación muscular en adultos mayores a través de ejercicios suaves realizados en silla, promoviendo la autonomía y bienestar físico.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Dirigida	
Fase inicial • **Respiración Consciente (1 min):** o Inspirar profundamente por la nariz (levantando brazos a los lados) y exhalar por la boca (bajando brazos). • **Movilidad Articular Suave:** o **Círculos de cuello (1 min):** Girar la cabeza lentamente en semicírculos (evitar hiperextensión). o **Hombros (1 min):** Elevar hombros hacia las orejas y soltar; luego, círculos pequeños hacia adelante y atrás. o **Muñecas y tobillos (2 min):** Rotar muñecas y dibujar círculos con los pies.	**Fase central** **Parte Principal: Ejercicios de Elasticidad (20–25 minutos)** **Enfoque:** Estiramientos estáticos y dinámicos, manteniendo cada postura 10–15 segundos. • **Tronco y Columna:** o **Giros suaves:** Brazos cruzados sobre el pecho, girar el torso hacia un lado (usar respaldo de la silla como apoyo). o **Estiramiento lateral:** Levantar un brazo sobre la cabeza e inclinarse hacia el lado contrario. • **Extremidades Superiores:** o **Estiramiento de brazos:** Entrelazar dedos y estirar brazos hacia adelante (palmas hacia afuera). o **Hombros:** Llevar un brazo frente al pecho y presionar suavemente con el otro brazo (alternar). • **Extremidades Inferiores:** o **Piernas extendidas:** Extender una pierna hacia adelante y flexionar el pie (alternar). o **Estiramiento de pantorrilla:** Apoyar talón en el suelo y levantar punta del pie, luego flexionar. • **Bandas Elásticas (opcional):**

	o Sujetar una banda con ambas manos y estirar hacia los lados o arriba.
Fase final • **Respiración Diafragmática (2 min):** o Manos en el abdomen, inhalar hinchando la barriga y exhalar lentamente. • **Automasaje (2 min):** o Frotar suavemente brazos, piernas y cuello con las palmas. • **Reflexión Final (1 min):** o Agradecer por la participación y recordar la importancia de moverse diariamente.	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	ACTIVIDAD DEPORTIVA
OBJETIVO	• Estimular la memoria, atención y coordinación. • Promover la actividad física adaptada. • Fomentar la socialización y diversión.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Dirigida	
• **Movilidad articular:** Círculos con brazos, hombros, tobillos y cadera. • **Respiración y estiramientos suaves.** • **Juego mental rápido:** "Palabras encadenadas" (ej.: casa-sapo-oso...).	**Juego 1: "Memoria en Movimiento"** (15 min) • **Dinámica:** o Colocar tarjetas con números/figuras en el suelo. o Los participantes deben recordar la ubicación y

	tocarlas en orden mientras caminan. o Variante: Sumar/restar números para mayor dificultad. • **Beneficios:** Memoria, coordinación y movimiento suave. **Juego 2: "Bingo con Ejercicios"** (15 min) • **Dinámica:** o Cada número del bingo se asocia a un ejercicio (ej.: "N°5 = 5 sentadillas con apoyo"). o Gana quien complete una línea y realice los ejercicios. • **Beneficios:** Atención, resistencia muscular y motivación. **Juego 3: "Pasa el Aro con Palabras"** (10 min) • **Dinámica:** o En círculo, pasar un aro mientras se dice una palabra de una categoría (ej.: frutas). o Quien repita o no diga nada, hace 5 levantamientos de brazos. • **Beneficios:** Velocidad de procesamiento y flexibilidad.
Fase final • **Respiración Diafragmática (2 min):** o Manos en el abdomen, inhalar hinchando la barriga y exhalar lentamente. • **Automasaje (2 min):** o Frotar suavemente brazos, piernas y cuello con las palmas. • **Reflexión Final (1 min):** o Agradecer por la participación y recordar la importancia de moverse diariamente.	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD DEPORTIVA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Recreativa
OBJETIVO	Actividad
MATERIALES	Pimpones y mesas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Juego en ronda	
Fase inicial Explicación de las reglas del juego, y desarrollo del mismo.	**Fase central** • Se forman dos equipos, cada uno tendrá la misma cantidad de pimpones, gana el equipo que logre insertar todos sus pimpones en la caja correspondiente.
Fase final No aplica	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: Recreativa	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Recreativa
OBJETIVO	Actividad Recreativa
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
"Competencia"	• Mejorar coordinación, equilibrio y trabajo en equipo. • Estimular memoria y atención con desafíos cognitivos. • Promover movimiento seguro y divertido.
Fase inicial • **Movilidad articular:** Círculos con tobillos, rodillas y caderas (enfocado en piernas). • **Marcha suave** levantando rodillas y tocando puntas de los pies. • **Juego mental rápido:** "Series numéricas" (ej.: decir números alternos: 2, 4, 6...).	**Fase central** **Juego 1: "Pelota bajo los pies en equipo"** (15 min) • **Dinámica:** o Formar equipos de 4-5 personas en fila, con piernas abiertas. o El primero pasa la pelota **por debajo de las piernas** al compañero de atrás, quien la recoge y repite. o El último corre al inicio y se repite hasta que todos pasen. o **Variante mental:** Antes de pasar, decir una palabra de una categoría (ej.: una fruta). • **Beneficios:** Coordinación, flexibilidad y memoria semántica. **Juego 2: "Pasa y Responde"** (15 min) • **Dinámica:** o En círculo, pasar la pelota mientras suena música. o Al detenerse, quien tenga la pelota responde una pregunta (ej.: "Capital de Francia") o hace un ejercicio (ej.: 3 sentadillas). o **Regla clave:** Si la pelota pasa **debajo de las piernas**, la pregunta es más fácil (ej.: "¿De qué color es el sol?").

	• **Beneficios:** Velocidad de reacción, conocimiento general y movimiento. **Juego 3: "Memoria con Pases"** (10 min) • **Dinámica:** o Equipos deben pasarse la pelota en orden (ej.: primero bajo piernas, luego por arriba). o Cada 3 pases, gritan un número en voz alta (1, 2, 3...). Si se equivocan, reinician. o **Reto extra:** Recordar la secuencia de pases anterior. • **Beneficios:** Memoria de trabajo, coordinación y atención.
Fase final No aplica	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	JHOLVI PIEDRAHITA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: Recreativa	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**Recreativa**
OBJETIVO	Actividad Recreativa
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
"Competencia"	• Mejorar coordinación, equilibrio y trabajo en equipo. • Estimular memoria y atención con desafíos cognitivos. • Promover movimiento seguro y divertido.
Fase inicial • **Movilidad articular:** Círculos con tobillos, rodillas y caderas (enfocado en piernas). • **Marcha suave** levantando rodillas y tocando puntas de los pies. • **Juego mental rápido:** "Series numéricas" (ej.: decir números alternos: 2, 4, 6...).	**Fase central** **Juego 1: "Pelota bajo los pies en equipo"** (15 min) • **Dinámica:** o Formar equipos de 4-5 personas en fila, con piernas abiertas. o El primero pasa la pelota **por debajo de las piernas** al compañero de atrás, quien la recoge y repite. o El último corre al inicio y se repite hasta que todos pasen. o **Variante mental:** Antes de pasar, decir una palabra de una categoría (ej.: una fruta). • **Beneficios:** Coordinación, flexibilidad y memoria semántica. **Juego 2: "Pasa y Responde"** (15 min) • **Dinámica:** o En círculo, pasar la pelota mientras suena música. o Al detenerse, quien tenga la pelota responde una pregunta (ej.: "Capital de Francia") o hace un ejercicio (ej.: 3 sentadillas). o **Regla clave:** Si la pelota pasa **debajo de las piernas**, la pregunta es más fácil (ej.: "¿De qué color es el sol?").

DIA	LUNES FESTIVO		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	30		1		2		3		4			5	
	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	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO laura, jolvi ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Jhovana manualidades victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura RECREATIVA Jholvi, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS		RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
			GIMNASIO Jolvi, Laura ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia, Jhovana MANUALIDADES VICTORIA	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi ACTIVIDAD FISICA leo, laura PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES		MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
											10:20 - 11:30 AM	MASIVA MANUALIDADES	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Jhovana, laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Bibiana	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Victoria	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS			
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
			GIMNASIO Jhovana, Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Yahir MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi RECREATIVA leo, Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES			

DIA	LUNES 7		MARTES 8		MIERCOLES 9		JUEVES 10		VIERNES 11	
8:00 - 9:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo HUERTA Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Victoria RECREATIVA - Leo DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA- Jholvi RECREATIVA- Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Leo	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
10:00 - 11:00 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Leo PISCINA - Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi RECREATIVA - Leo MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Jholvi RECREATIVA - Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	TALLER ENFERMERIA	VIERNES CULTURAL	
11:40 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura , Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia HUERTA - Victoria Y Bibiana	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Leo, Jholvi RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	VIERNES CULTURAL MASIVA	
3:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA- Jhovana, Claudia MANUALIDADES - Bibiana, Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Victoria RECREATIVA- Laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO 12	
8:00 - 9:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO	
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	MASIVA	
	MANUALIDADES	
11:40 AM - 1:30 PM	ALMUERZO	

DIA	LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	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
	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2
9:00 - 10:00 AM	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	TALLER GERONTOLOGIA	TALLER ENFERMERIA	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS DEPORTES
	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2
10:00 - 11:30 AM	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	TALLER GERONTOLOGIA	TALLER ENFERMERIA	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL
	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2
1:30 - 2:30 PM	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	TALLER GERONTOLOGIA	TALLER ENFERMERIA	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL MASIVA
	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2	GRUPO 1 / GRUPO 2
2:30 PM - 4:00 PM	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	TALLER GERONTOLOGIA	TALLEB ENFERMERIA	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS DEPORTES

DIA	SABADO 19
	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
	GRUPO 1 / GRUPO 2
9:00 - 9:40 AM	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
	GRUPO 1 / GRUPO 2
9:40 - 10:20 AM	MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
	MASIVA / MANUALIDADES

DIA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	21	22	23	24	25
7:00 - 8:00 AM	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 - 9:00 AM	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1: TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION GRUPO 2: GIMNASIO - Leo; ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia; RECREATIVA - Vanesa; MANUALIDADES Victoria	GRUPO 1: TALLER GERONTOLOGIA GRUPO 2: GIMNASIO - Vanesa; ACTIVIDAD FISICA Laura, Leo; RECREATIVA Claudia; HUERTA Victoria	GRUPO 1: TALLER ENFERMERIA GRUPO 2: EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA); DANZAS - Bibiana	GRUPO 1: TALLER PSICOLOGIA GRUPO 2: CAMINATA TODOS; MANUALIDADES Victoria con movilidad reducida	GRUPO 1 / GRUPO 2: TALLER SISTEMAS - DEPORTES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA	MEDIA MAÑANA	MEDIA MAÑANA	MEDIA MAÑANA	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1: GIMNASIO - Leo; ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia; RECREATIVA - Vanesa; ALFABETIZACIÓN - Victoria GRUPO 2: TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GRUPO 1: GIMNASIO - Vanesa; ACTIVIDAD FISICA Leo; PISCINA - Claudia, laura; HUERTA - Victoria GRUPO 2: TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1: EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA); DANZAS - Bibiana GRUPO 2: TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1: CAMINATA TODOS; PISCINA (CLAUDIA, LEO); TEATRO - Victoria GRUPO 2: TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 / GRUPO 2: VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)
11:30 - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	ALMUERZO JORNADA MAÑANA
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE	ALMUERZO JORNADA TARDE	ALMUERZO JORNADA TARDE	ALMUERZO JORNADA TARDE	ALMUERZO JORNADA TARDE
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1: TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION GRUPO 2: GIMNASIO - Leo, Jhovana; ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia; RECREATIVA - Vanesa	GRUPO 1: TALLER GERONTOLOGIA GRUPO 2: GIMNASIO - Jhovana; ACTIVIDAD FISICA Leo; PISCINA - Claudia, vanesa; HUERTA - Victoria	GRUPO 1: TALLER ENFERMERIA GRUPO 2: EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA); DANZAS - Bibiana	GRUPO 1: TALLER PSICOLOGIA GRUPO 2: CAMINATA TODOS; MANUALIDADES Bibiana con movilidad reducida; PISCINA (CLAUDIA, LEO)	GRUPO 1 / GRUPO 2: VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)
2:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE	MEDIA TARDE	MEDIA TARDE	MEDIA TARDE	MEDIA TARDE
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1: GIMNASIO - Jhoana; ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia; RECREATIVA - Vanesa; ALFABETIZACIÓN - Bibiana GRUPO 2: TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GRUPO 1: GIMNASIO - Jhovana; ACTIVIDAD FISICA Laura; RECREATIVA Claudia; HUERTA - Victoria, Bibiana GRUPO 2: TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1: EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA); DANZAS - Bibiana GRUPO 2: TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1: CAMINATA TODOS; MANUALIDAD - Bibiana GRUPO 2: TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 / GRUPO 2: TALLER SISTEMAS - DEPORTES
4:00 PM - 5:00 PM	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA

DIA	SABADO
	26
7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1: MANUALIDADES GRUPO 2: MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1: MASIVA DEPORTES GRUPO 2: MANUALIDADES
10:20 - 11:30 AM	MASIVA BINGO
11:30 - 12:30 PM	ALMUERZO

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

NOMBRE JHOVANA MARÍA TIQUE HIDALGO
CARGO PEDAGOGOS

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	**JHOVANA MARÍA TIQUE HIDALGO**						
Número del Contrato	***42139792***						
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	X	
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía		
Cargo:	*PROFESIONAL*						
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***						

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
A. REALIZAR EVALUACIÓN FÍSICA INICIAL POR MEDIO DEL FORMATO SUMINISTRADO POR LA ASOCIACIÓN A CADA UNO DE LOS BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA Y CON BASE EN ESTA, REALIZAR PLAN DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL.	**A.1.** En este periodo no se realizó evaluación inicial ya que estas se desarrollaron en los dos primeros periodos.	**A.1.** N/A	Ejecutar y ajustar los planes clases según el estado físico y movilidad.
B. REALIZAR SEGUIMIENTO CADA 3 MESES A LOS USUARIOS CON EL FIN DE TENER CONTROL SOBRE SU ESTADO Y CAPACIDAD FÍSICA.	**B.1.** Se realizó el seguimiento del estado y capacidad física el día 23 de julio, implementando el protocolo de ejercicios para adultos mayores con discapacidad. Se evaluaron los siguientes usuarios: NOMBRE COMPLETO / EDAD MARIA OLGA GOMEZ 70 ELVIA MARINA RIOS 81 CONSUELO BOLIVAR 70 MARIA TERESA ARENAS 74 NOELBA BEDOYA 76	**B.1.** Registros fotográficos. Sábana de datos. Ficha de valoración capacidad física.	Se logró valorar en el seguimiento la funcionalidad de los usuarios y describir en el formato las actividades de intervención individual.

3. CARGO: PROFESIONAL
NOMBRE: JHOVANA TIQUE

C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES.	**C.1.** Durante el cuarto periodo se realizaron sesiones de actividad física adaptada, según el cronograma establecido. Se incluyeron ejercicios de fortalecimiento, estiramientos, coordinación, juegos y dinámicas con música. Las actividades se ajustaron al nivel de movilidad y condición física de cada usuario. Se aplicaron principios de progresión y ajustes individualizados según los reportes funcionales.	**C.1.** Registro fotográfico. Cronograma de actividades.	Se desarrollaron sesiones con variedad de ejercicios, aplicando ajustes personalizados según las capacidades funcionales de cada usuario.
D. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.	**D.1.** Durante el cuarto periodo se realizaron actividades recreativas con rondas tradicionales y juegos para estimular la atención y concentración. Las sesiones incluyeron cantos con movimientos, juegos de memoria y dinámicas de seguimiento de instrucciones.	**D.1.** Registro fotográfico	Se fortalecieron la atención y la concentración en adultos mayores mediante actividades recreativas y juegos estructurados.
E. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE CULTURA Y DANZAS, TENIENDO EN CUENTA LOS INTERESES DE LOS BENEFICIARIOS.	**E.1.** Durante el cuarto periodo se apoyó el calentamiento y las sesiones de danza folclórica adaptadas a las capacidades físicas de los usuarios. Se respetaron sus preferencias culturales y se promovió la participación activa.	**E.1.** Registro fotográfico.	Se promovió la participación activa y el reconocimiento cultural mediante la danza folclórica adaptada.
F. APOYAR LA PLANEACIÓN, ORGANIZACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENCUENTROS INTERGENERACIONALES.	**F.1.** Durante el cuarto periodo se apoyó la planeación, organización y ejecución del cuarto encuentro intergeneracional el 25 de julio, fomentando la interacción y el fortalecimiento de vínculos entre adolescentes del grupo juvenil de la secretaría municipal de	**F.1.** Registro fotográfico. Ficha de invitación. Acta del encuentro. Programación.	Se fortalecieron los vínculos intergeneracionales mediante un encuentro que promovió la interacción y el aprendizaje mutuo.

	deporte y recreación y usuarios del Centro Vida.		
G. IMPLEMENTAR TALLERES GUÍA CON TEMAS DE SUMA IMPORTANCIA EN EL ÁREA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.	**G.1.** Se implementó un taller guía sobre "Trastornos de la marcha y ejercicios de fortalecimiento", desarrollado el 18 de julio, orientado a la prevención y promoción de la salud en adultos mayores, mediante información teórica y práctica adaptada a sus necesidades.	**G.1.** Registro fotográfico, presentación, documento modelo de acta taller.	Se promovió la conciencia sobre los trastornos de la marcha y la importancia del fortalecimiento físico para prevenir caídas.
H. ELABORAR Y ENTREGAR OPORTUNAMENTE DIARIO DE CAMPO O PLAN CLASE.	**H.1.** Durante el cuarto periodo se diseñaron planes de clase en actividades recreativas, gimnasio, actividad acuática, actividad física y deporte. Se cumplió con los elementos, formatos y tiempos requeridos por la Asociación.	**H.1.** Plan clase.	Se garantizó una planificación estructurada y oportuna de las actividades según los lineamientos de la Asociación.
I. LLEVAR LOS REGISTROS ESTABLECIDOS PARA EL MANEJO DE LA INFORMACIÓN Y ENTREGAR BASE DE DATOS DE ACUERDO A LOS TIEMPOS SOLICITADOS.	**I.1.** Durante el cuarto periodo se entregaron puntualmente, el 30 de julio, los registros y la base de datos conforme a los tiempos establecidos.	**I.1.** Base de datos consolidada por usuario.	Se cumplió oportunamente con la entrega de registros y base de datos según los tiempos establecidos.
J. REALIZAR ACOMPAÑAMIENTO CONSTANTE EN LOS DIFERENTES ESPACIOS DEL CENTRO VIDA DONDE SE ENCUENTREN LOS	**J.1.** Durante el cuarto periodo se acompañó de manera constante a los usuarios en las diferentes áreas del Centro Vida, con especial atención en el comedor.	**J.1.** Registro fotográfico.	Se brindó acompañamiento continuo que favoreció el bienestar y la atención integral de los usuarios en el Centro Vida.

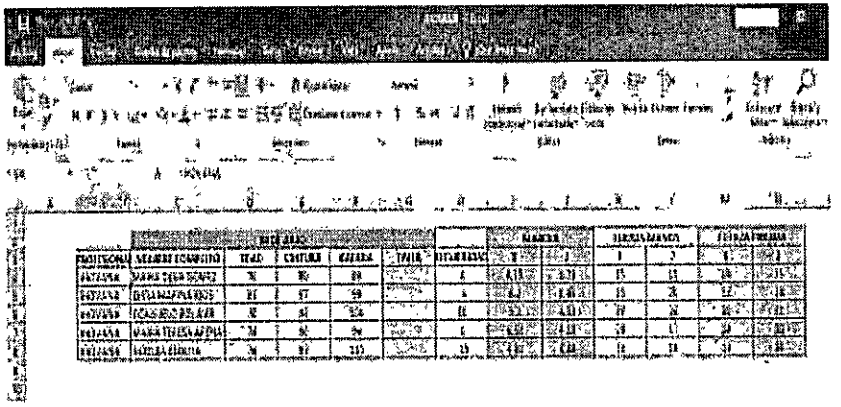
BENEFICIARIOS, ESPECIALMENTE EN LA ZONA DEL COMEDOR.			
K. ENTREGAR OPORTUNAMENTE INFORME DE ACTIVIDADES DEBIDAMENTE DILIGENCIADO Y CON SUS RESPECTIVAS EVIDENCIAS (FORMATOS, LISTADOS, REGISTRO FOTOGRAFICO, ENTRE OTRAS).	**K.1.** El 30 de julio se entregó de manera completa y oportuna el informe mensual de actividades, con descripciones, evidencias y formatos exigidos debidamente diligenciados. **K.2.** El 30 de julio se entregó el formato registro de fotos en sus respectivos alcances.	**k.1.** Informe de actividades diligenciado en el formato oficial. **k.2.** Informe registro de fotos.	Se cumplió con la entrega completa y oportuna del informe mensual, con todos los formatos y evidencias requeridas.
L. ASISTIR A REUNIONES Y ACTIVIDADES DE APOYO A LAS QUE SEA CONVOCADO Y OTRAS ACTIVIDADES QUE SE CONCRETEN	**L.1.** Durante el cuarto periodo se participó activamente en reuniones y planeación del reinado del adulto mayor, las olimpiadas, fiestas de la cosecha, evidencias a la acción 24 del adulto mayor, aporte a la organización temática fiestas de la cosecha, ambientación y fortalecimiento de procesos. Las reuniones se desarrollaron en las siguientes fechas: - 2 de julio: se trataron temas de ajustes de actividades ya que unos profesionales van a estar en el diplomado en el centro vida de Cerritos, acompañamiento en actividades de piscina, ajuste de cronograma en horas de comedor.	**L.1.** Acta de reunión. Registro de foto.	Se fortaleció la articulación institucional mediante la participación activa en reuniones, eventos y espacios de planeación.

	- 7 de julio: se trataron temas de la asistencia al diplomado, el cual es tener en cuenta la llegada y regreso al centro vida de manera voluntaria y ordenada. - 22 de julio: se trataron temas del anexo de evidencias que cumplen con la política pública No. 24. - 25 de julio: hablaron de las diferentes celebraciones que se deben desarrollar como el reinado, olimpiadas - 28 de julio: se trataron temas del reinado adulto mayor fiestas de la cosecha.		
M. APOYAR ACTIVIDADES DE LAS DEMÁS ÁREAS CUANDO SEA REQUERIDO.	**M.1.** Durante el cuarto periodo se brindó apoyo interinstitucional en actividades logísticas, pedagógicas y recreativas, fortaleciendo el trabajo colaborativo. Entre ellas: - Acompañamiento y asistencia al Diplomado Liderazgo y participación ciudadana para la garantía de los derechos de la población mayor los días martes y jueves en las siguientes fechas: 1, 3, 8, 10, 15, 17, 22, 24, 29 y 31 de julio. - Participación en las reuniones pre preparación reina de adulto mayor. - El 18 de julio se hace el acompañamiento a los usuarios en la ruta de Los 2500 Lotes. - 30 de julio manualidad preparativos decoración y elección de la reina fiestas de la cosecha.	**M.1.** Registro fotográfico	Se fortaleció el trabajo en equipo y la colaboración interinstitucional a través del apoyo en diversas actividades.

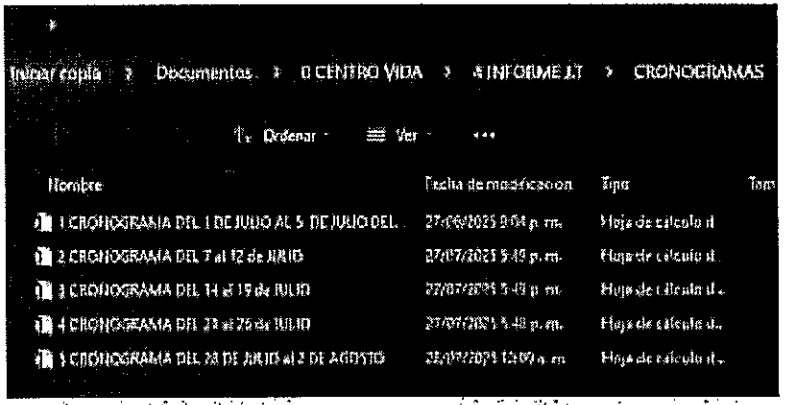
Firma
Nombre: JHOVANA MARÍA TIQUE HIDALGO
CC. 42.139.792

ANEXOS (CAPTURAS DE PANTALLA)

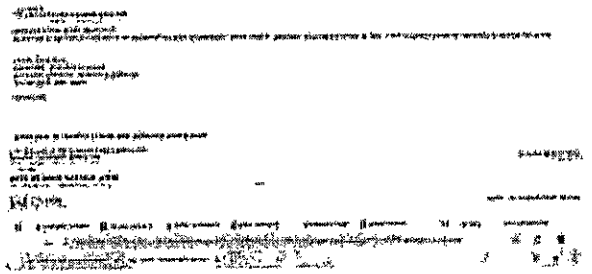
B. REALIZAR SEGUIMIENTO



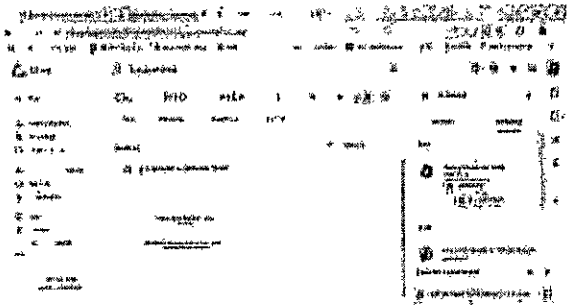
C. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



I. BASE DE DATOS



K. INFORME DE ACTIVIDADES



M. APOYO OTRAS ACTIVIDADES



Infosirecec@esap.edu.co [redacted]





[redacted]

Hola! Primera Noticia!

Usted acaba de inscribirse al curso [redacted]

Esta es la información que debe tener en cuenta

Tipo de curso: Diplomado
Tipo de asistencia: Presencial
Lugar de realización: Calima Vista Centro
Municipio: Pereira
Departamento: Risaralda
Inicio del curso: 01/07/2025 8:00 a. m.
Fin del curso: 02/08/2025
Responsable: Valentina Ospina
Correo electrónico: [redacted]

[redacted]

9. CARGO: PROFESIONAL
NOMBRE: JHOVANA TIQUE

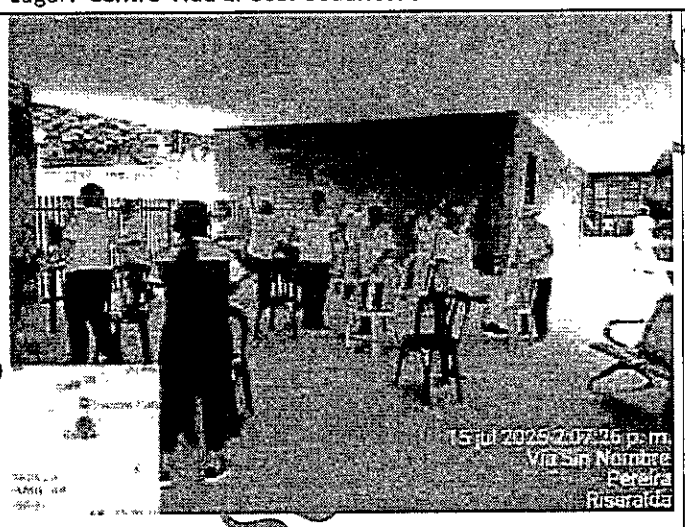
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 2 DE JULIO A 1 DE AGOSTO DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2024



Obligación: **b.** Seguimiento. Nombre de la actividad: Seguimiento Valoración física. Fecha: 24 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 5



Obligación: **c.** Actividad física. Nombre de la actividad: Natación. Fecha: 29 de julio 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 7



Obligación: **c.** Actividad física. Nombre de la actividad: Actividad física. Fecha: 15 de julio 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 28

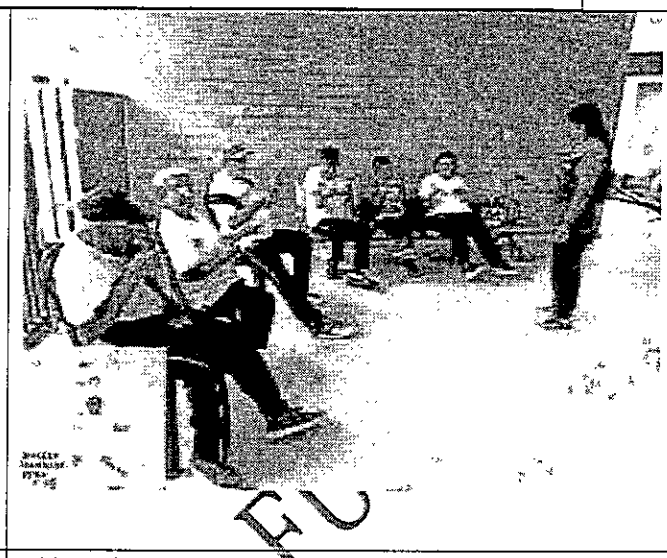


Obligación: **c.** actividad física. Nombre de la actividad: Gimnasio. Fecha: 29 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 14

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 2 DE JULIO A 1 DE AGOSTO DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2024



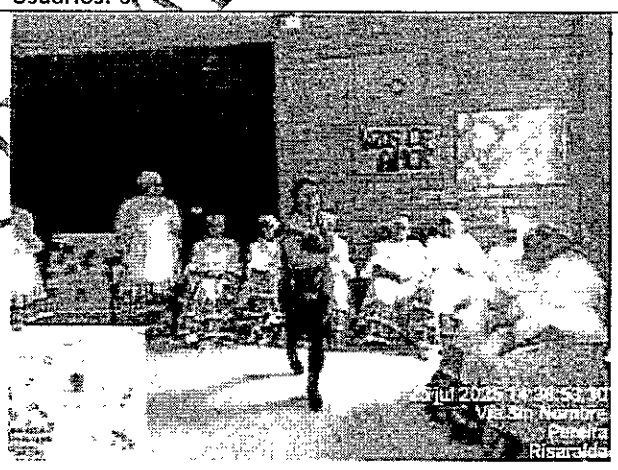
Obligación: **c.** Actividad física. Nombre de la actividad: Actividad física individual. Fecha: 28 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 1



Obligación: **d.** Recreación. Nombre de la actividad: Coordinación óculo manual. Fecha: 9 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 6



Obligación: **d.** Actividad recreativa. Nombre de la actividad: Juegos de lanzamiento. Fecha: 2 de julio 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 4

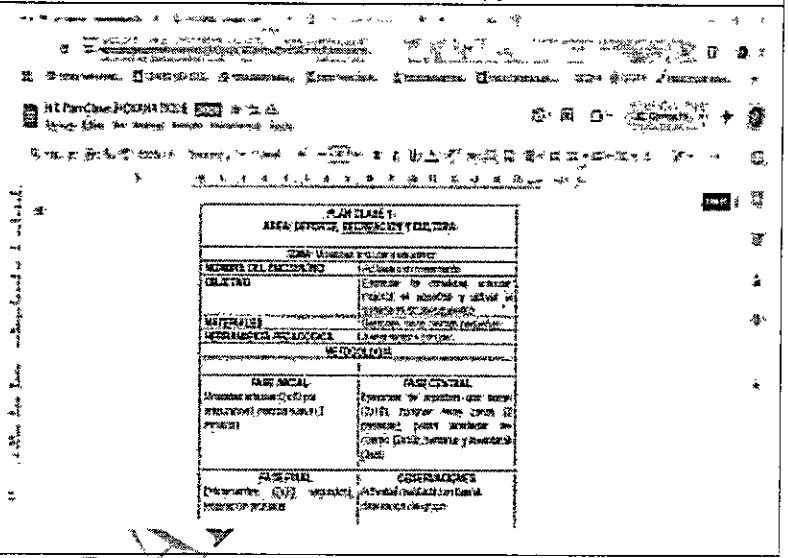
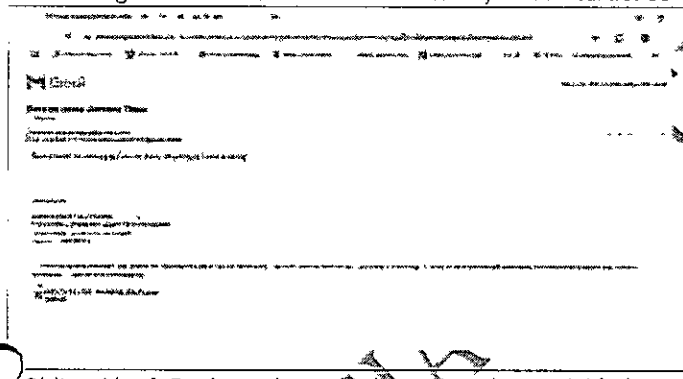
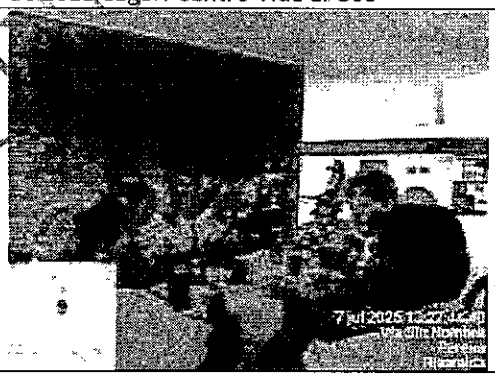


Obligación: **e.** Actividad cultural. Nombre actividad: Danza. Fecha: 25 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso.





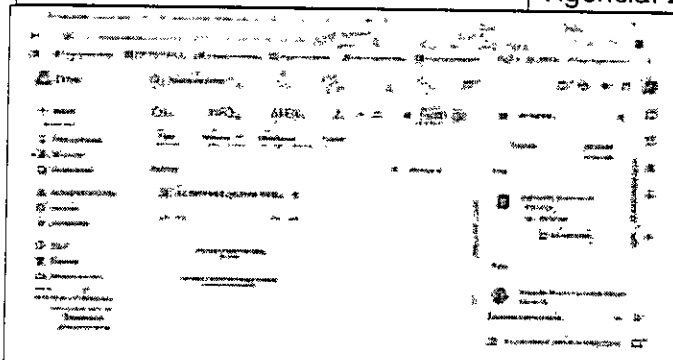
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 2 DE JULIO A 1 DE AGOSTO DE 2025**
Versión: 1	Vigencia: 2024

Obligación: **f.** Encuentros intergeneracionales. Nombre actividad: intergeneracional. Fecha: 25 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: 84	Obligación: **g.** Talleres. Nombre actividad: Trastorno de la marcha. Lugar: Centro Vida El Oso. Fecha: 18 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: jornada mañana: 84 y jornada tarde: 80
	
marcha. Lugar: Centro Vidá El Oso. Fecha: 18 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso. Usuarios: jornada tarde: 85	Obligación: **h.** Plan clase. Nombre actividad: Plan clase. Fecha: julio de 2025 Lugar: Centro Vida El Oso
	
Obligación: **i.** Registros base de datos. Nombre actividad: Diligenciamiento. Fecha: julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso	Obligación: **j.** Acompañamiento comedor. Nombre actividad: Acompañamiento en comidas. Fecha: 7 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso.
	
Obligación: **j.** Acompañamiento comedor. Nombre actividad: Acompañamiento en comidas. Fecha: 15 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso.	Obligación: **j.** Acompañamiento comedor. Nombre actividad: Acompañamiento en comidas. Fecha: 29 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso.

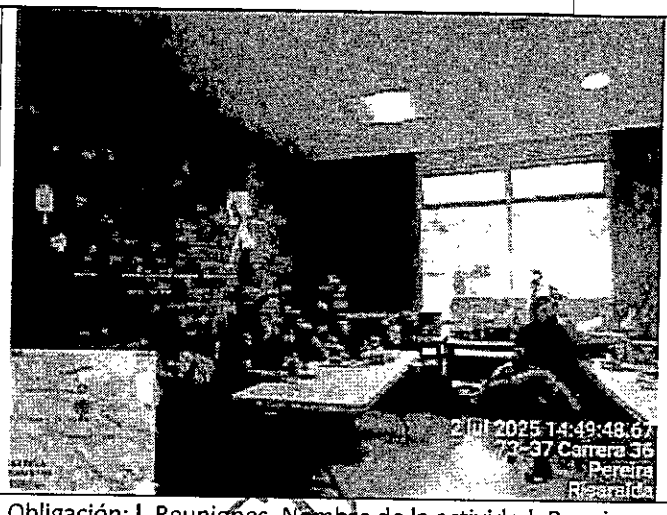
ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 2 DE JULIO A 1 DE AGOSTO DE 2025

Versión: 1	Vigencia: 2024



Obligación: **k.** Informe de actividades
Nombre actividad: INFORME 4. Fecha: Julio de2025. Lugar: Centro Vida El Oso



Obligación: **l.** Reuniones. Nombre de la actividad: Reuniones y planeación. Fecha: 2 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso



Obligación: **l.** Reuniones. Nombre de la actividad: Reuniones y planeación. Fecha: 22 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso



Obligación: **m.** Apoyar otras áreas. Nombre de la actividad: Diplomado adulto Mayor. Fecha: 10 de julio 2025. Lugar: Centro Vida Cerritos.



Obligación: **m.** Apoyar otras áreas. Nombre de la actividad: Apoyo Transporte. Fecha: 18 de julio de 2025. Lugar: Ruta 2500 Lotes retorno a casa.



Obligación: **m.** Apoyar otras áreas. Nombre de la actividad: apoyo manualidad preparativo fiesta de la cosecha. Fecha: 30 de julio de 2025. Lugar: Centro Vida El Oso.

Fecha: 22 de julio 2025	**Acta No: 1**	**Hora Inicio: 2:30**	**Hora Fin: 3:00**
Tema: Planeación reinado interno centro vida el oso			
Responsable: Equipo profesional centro vida el oso		**Elaborado por: Alexa Orozco Castillo**	
Proceso / Subproceso / Actividad:			
Lugar: Centro Vida el oso			
AGENDA	1.	Saludo	
	2.	Organización reinado interno	
	3.	Acuerdos finales	
	4		

El día 22 de julio se llevó a cabo la reunión con el equipo de trabajo del Centro Vida El Oso, conformado por las áreas psicosocial, administrativa, deportes, talleristas y enfermería, con el fin de planear la organización del reinado interno del adulto mayor, cuyo objetivo principal es seleccionar a la representante del Centro Vida para el reinado municipal organizado por la Alcaldía de Pereira el próximo 26 de agosto de 2025.

- Se definió como fecha oficial del reinado interno el día sábado 2 de agosto de 2025, contando con la participación de seis usuarias, tres del grupo de la mañana y tres del grupo de la tarde. La elección de la representante debe ser informada a la organización del evento a más tardar el 15 de agosto del presente año.

- Las áreas del equipo profesional asumirán el acompañamiento directo de las participantes, distribuidas de la siguiente manera:

  - Área psicosocial y de enfermería acompañará a las usuarias María Liliana Serna y María Arnobia Largo.
  - Área de deportes y los talleristas acompañarán a Edilma Ramos y Cecilia Buitrago;
  - Administración, nutrición, fisioterapia, gerontología y tecnología en sistemas acompañará a María Angélica Valencia y María Luz Belia Patiño.

Cada área es responsable de guiar, acompañar y apoyar a su dupla asignada durante todas las etapas del proceso.

Fecha: 22 de julio 2025	Acta No: 1	Hora Inicio: 2:30	Hora Fin: 3:00

Tema: Planeación reinado interno centro vida el oso

- Se asignaron responsabilidades específicas a cada área para el desarrollo del evento:

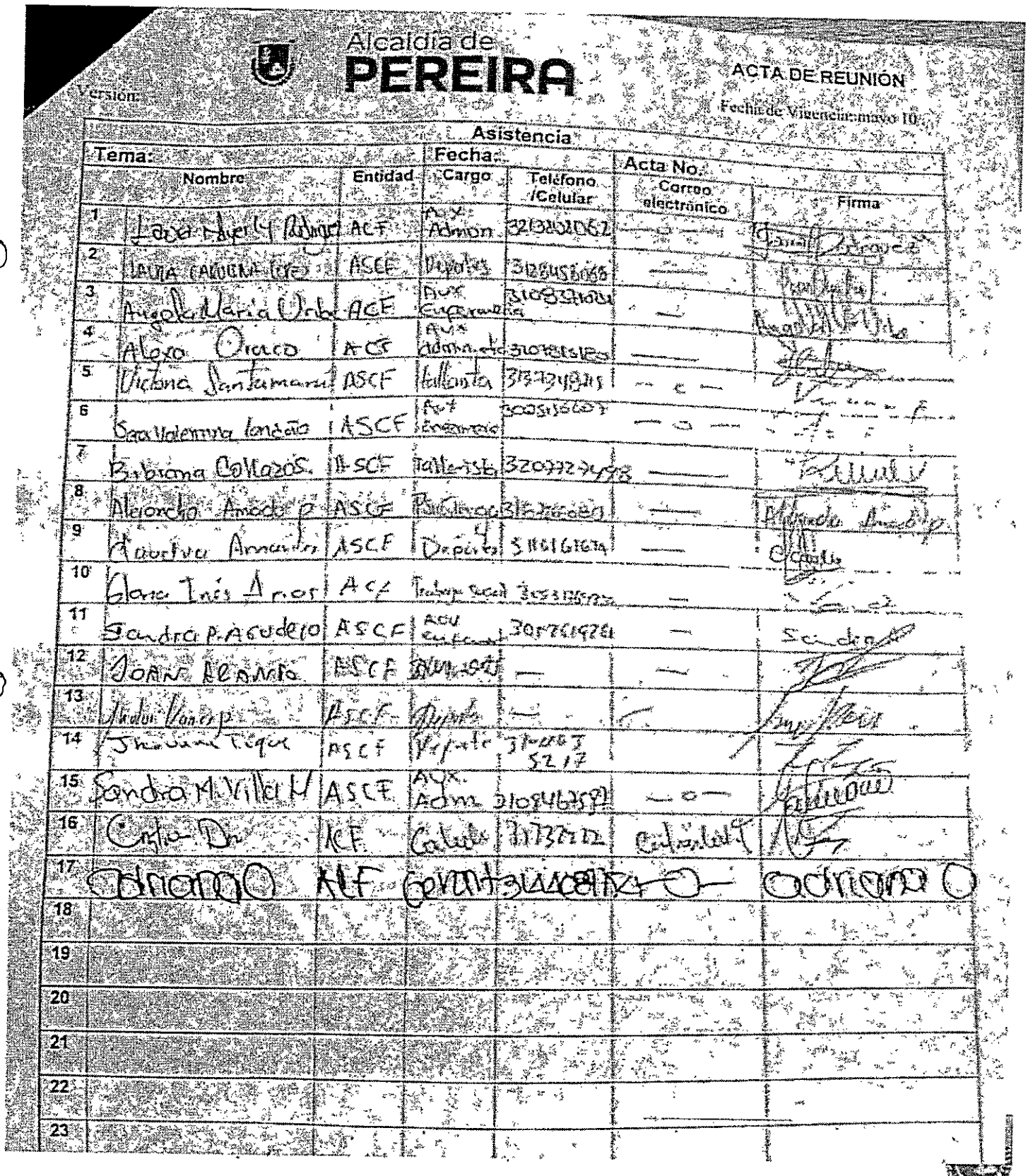
  - Área de deportes y talleristas será la encargada de la logística general del evento;
  - Área psicosocial y de enfermería se encargará de la decoración del espacio del reinado; y
  - Área administrativa junto con nutrición, fisioterapia, gerontología y tecnología en sistemas será responsable del diseño y aplicación de las preguntas, así como del proceso de votación.

- El evento consistirá en tres momentos de evaluación: pasarela con traje tipico (sin considerar el maquillaje o vestuario como criterios determinantes de calificación), presentación de talento (libre elección entre canto, poesía, baile u otra actividad artística) y una ronda de preguntas relacionadas con temas de cultura cafetera, historia de Pereira y Fiestas de la Cosecha. La evaluación final se realizará de forma mixta, con un peso del 70% a cargo de jurados externos y un 30% a cargo de los usuarios asistentes al evento.

- Se recalca que no está permitido solicitar dinero a las usuarias participantes para ninguna actividad asociada al reinado. Asimismo, no se contará con recursos adicionales por parte de la Asociación Ciudad Futuro, por lo cual todo el proceso se desarrollará con creatividad, apoyo interinstitucional y trabajo colaborativo de las áreas involucradas.

- Se deja constancia del compromiso unánime de todos los presentes en brindar acompañamiento, apoyo emocional y logístico a la reina seleccionada, garantizando su preparación y representación digna del Centro Vida El Oso en el evento municipal.

- Todos los acuerdos fueron aceptados por consenso de los asistentes y se da por finalizada la reunión



Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Versión:

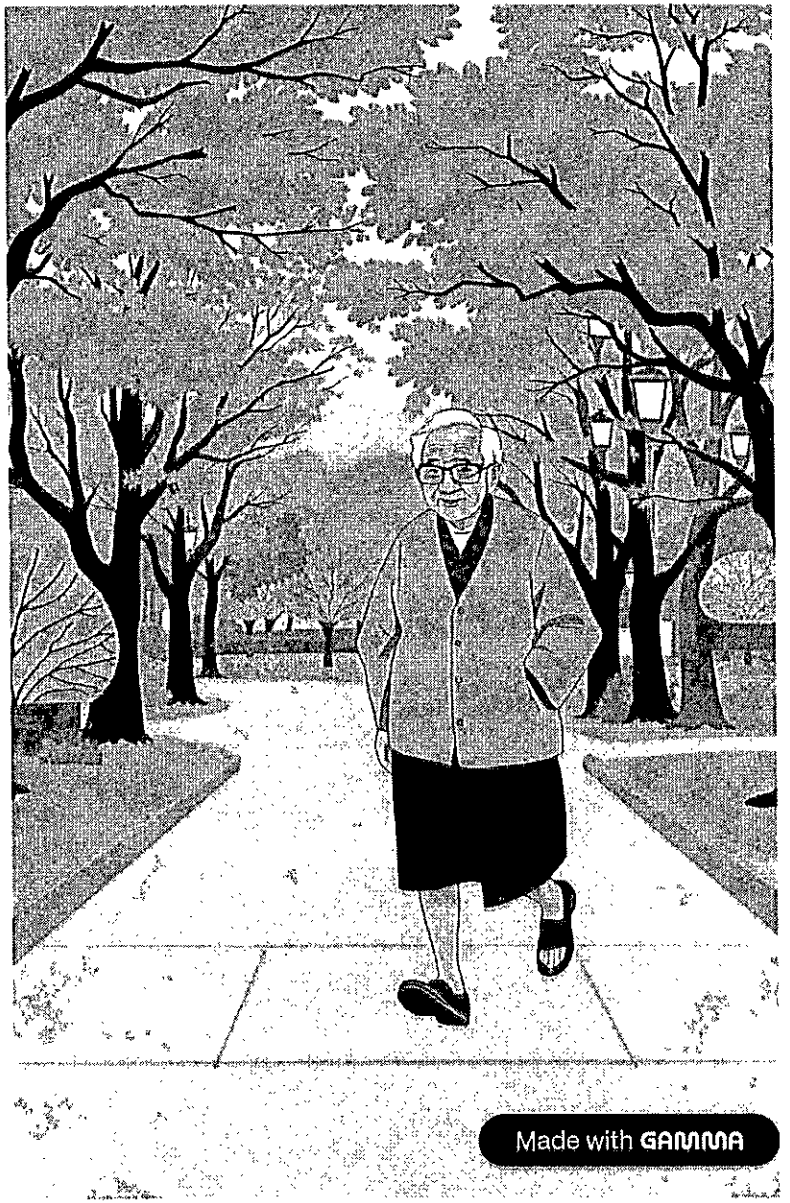
Fecha de Vigencia: mayo 10

Asistencia

Tema:		Fecha:		Acta No:		
	Nombre	Entidad	Cargo	Teléfono /Celular	Correo electrónico	Firma
1	[illegible]	ACF	Aux Admon	3213262062	—	
2	LAURA CATALINA [illegible]	ASCF	Deportes	3128458660	—	
3	Angela María Urbe	ACF	Aux Enfermería	3108374021	—	
4	Alexa Orozco	ACF	Aux Administrativo	3108981852	—	
5	Victoria Santamaría	ASCF	Auditoría	3173219215	—	
6	Sara Valentina Londoño	ASCF	Aux Enfermería	3003516607	—	
7	Bárbara Collazos	ASCF	Auditoría	3207725778	—	
8	Alejandro Amado P	ASCF	Psicología	3136266891	—	
9	Agustina Arango	ASCF	Deportes	3116161674	—	
10	Gloria Inés Arcos	ACF	Trabajo Social	3053115076	—	
11	Sandra P. Agudelo	ASCF	Aux Enfermería	3017619781	—	
12	Juan Ramos	ASCF	[illegible]	—	—	
13	Andrés Vanegas	ASCF	Apoyo	—	—	
14	[illegible]	ASCF	Profesional	3146675217	—	
15	Sandra M. Villa M	ASCF	Aux. Adm.	3108467591	—	
16	[illegible]	ACF	Celador	3173776	[illegible]	
17	[illegible]	ACF	[illegible]	—	—	
18						
19						
20						
21						
22						
23						

Trastornos del Movimiento y la Marcha en el Adulto Mayor

Comprender y mejorar la salud a través del ejercicio, el juego y la recreación.



Made with GAMMA

¿Qué es un Trastorno del Movimiento?

Es una dificultad para controlar los movimientos del cuerpo, ya sea por exceso, escasez o falta de fluidez. Puede deberse al envejecimiento, enfermedades neurológicas o daño en el sistema nervioso.

Ejemplos Comunes:

- Temblor en las manos
- Lentitud al moverse
- Rigidez muscular
- Movimientos involuntarios



Made with GAMMA

Trastornos Comunes en Adultos Mayores

Temblor Esencial

Movimientos rítmicos involuntarios, sobre todo al usar las manos.

Parkinson

Tèmblores, lentitud, rigidez e inestabilidad.

Discinesias

Movimientos anormales sin control.

Ataxia

Falta de equilibrio y coordinación.

Espasticidad

Tensión excesiva en los músculos.

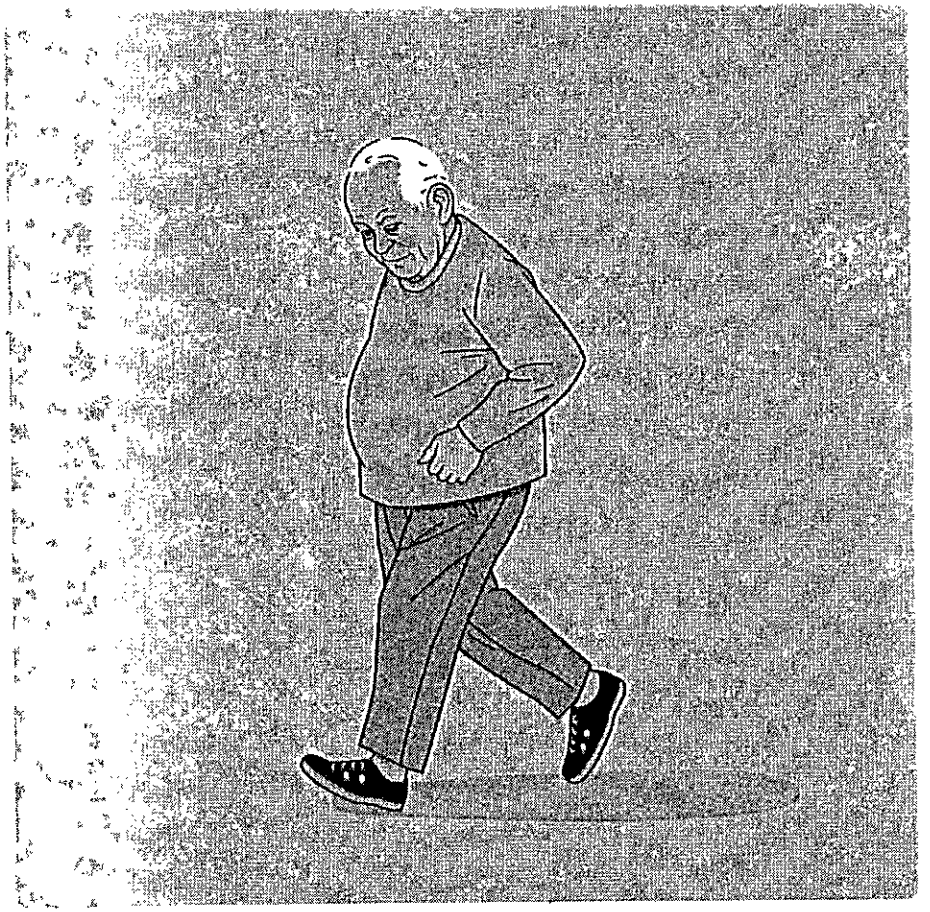
Made with GAMMA

¿Qué es un Trastorno de la Marcha?

Es una alteración en la forma de caminar, como pasos cortos, lentitud, arrastrar los pies o inestabilidad. Puede deberse a problemas musculares, articulares, neurológicos o falta de ejercicio.

Tipos de Marcha Alterada:

- **Parkinsoniana:** Pasos cortos, lentos, rigidez.
- **Atáxica:** Inestabilidad, movimientos inseguros.
- **Festinante:** Caminata rápida, inclinada hacia adelante.
- **Hemipléjica:** Un lado más lento o rígido que el otro.



Made with GAMMA

Consecuencias Funcionales

Mayor Riesgo de Caídas

La inestabilidad aumenta la probabilidad de accidentes.

Pérdida de Independencia

Dificultad para realizar actividades diarias sin ayuda.

Aislamiento y Tristeza

La reducción de la movilidad puede llevar a la soledad.

Disminución de la Actividad Física

Menos movimiento impacta negativamente la salud general.

Made with GAMMA

Beneficios del Ejercicio



Fortalece Músculos y Mejora el Equilibrio



Estimula el Cerebro y Mejora el Ánimo



Previene Caídas y Enfermedades



Mejora la Calidad del Sueño y la Confianza

Made with GAMMA

Ejercicios Recomendados

- Caminatas suaves
- Ejercicios de equilibrio
- Fortalecimiento de piernas y brazos
- Estiramientos
- Juegos de ritmo y movimiento
- Actividades acuáticas



Made with GAMMA

El Juego como Terapia



Juegos con Pelotas, Aros, Globos



Dinámicas Grupales de Coordinación



Actividades con Música

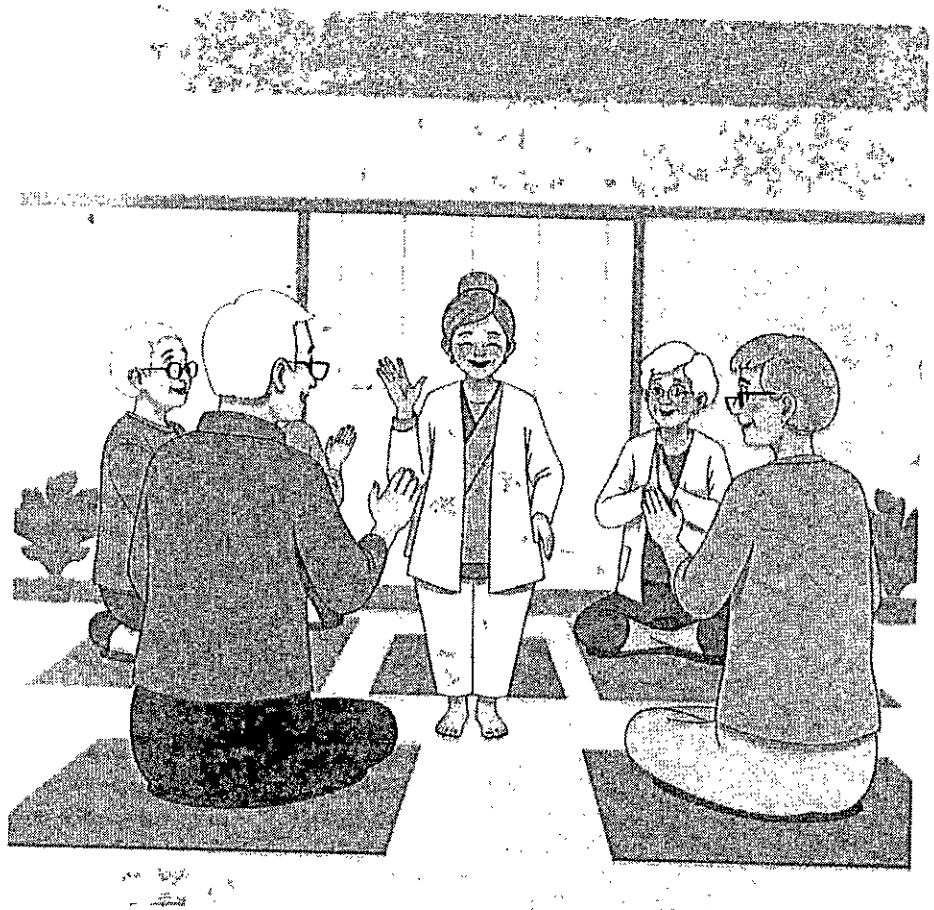


Juegos que Estimulan la Memoria y la Reacción

Made with GAMMA

Recreación y Actividad Adaptada

- Gimnasia grupal adaptada
- Yoga o tai chi
- Piscina terapéutica
- Baile libre y suave
- Juegos con reglas simples



Made with GAMMA

Conclusión: Movernos es Vivir Mejor

La Marcha y el Movimiento Pueden Mejorar con Práctica

Ejercicio, Recreación y Juego son Aliados para una Vida Activa

Recomendaciones Generales: Actividad física al menos 3 veces por semana, adaptar según capacidades, supervisión profesional, realizar actividades en grupo e incorporar juegos y música.

Made with GAMMA

PLANEACIÓN ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

"CREANDO RECUERDOS"

Objetivo: Llevar a cabo un encuentro intergeneracional entre los usuarios de Centro Vida el Oso y los jóvenes del Grupo Juvenil Alcaldía de Dosquebradas, fomentando el intercambio de experiencias, la integración y el reconocimiento mutuo entre generaciones a través de la construcción colectiva.

Fecha del encuentro: 19 de julio del 2025

Lugar: Centro Vida El Oso.

Jornada: Unificada

Población: 20 jóvenes

Institución: Grupo Juvenil Alcaldía de Dosquebradas.

Hora de llegada de los jóvenes: 9:00 am

Hora de finalización de la actividad: 11:00 am

Recursos y Materiales:

-Cartón paja.

-Pintura.

-Hojas impresas con preguntas guías para incentivar la conversación entre sí.

-Música.

-Mesas y sillas.

-Refrigerio.

-Recurso humano (Apoyo en las distintas actividades).

Primer parte:

Bienvenida. Tiempo estimado: 15 min

1. Palabras alcaldía.
2. Palabras coordinador.
3. Palabras equipo psicosocial y gerontología.
4. Presentación de los jóvenes y las personas mayores.
5. Socialización en cuanto al propósito del encuentro y la metodología de este.

Segunda Parte. Tiempo estimado: 25 min

1. **Presentaciones de danza:** a cargo de los usuarios Centro Vida.
2. **Actividad recreativa:** a cargo de los jóvenes.

Tercera parte. Tiempo estimado: 10 min

- **Rompe hielo:** a cargo del área de deportes.

Cuarta Parte. Tiempo estimado: 30 min

- Entrega del refrigerio. El cual se reparte desde las 10:00 am

Quinta Parte. Tiempo estimado: 50 min

Actividad: Creando portarretratos: Se agruparán en mesas mixtas, adultos mayores y jóvenes juntos, a cada grupo se le entregará los materiales para construir un portarretrato, el cual se hará con los materiales decorativos disponibles. En el desarrollo de la actividad se les invitará a dialogar con el fin de que se puedan conocer entre sí, intercambiando historias, gustos, anécdotas, entre otras.

Se colocará en la mesa una tarjeta con el objetivo de que el grupo se inspire a escribir un mensaje, reflejando el cómo se sintieron y lo aprendido durante la actividad. También se

hará un registro fotográfico, ya que las fotos se imprimirán para ponerlas en los debidos portarretratos.

Por último, cada grupo socializará su producto final, compartiendo qué aprendieron del otro.

Sexta Parte. Tiempo estimado: 10 min

- **Cierre:** Retroalimentación de las actividades realizadas y agradecimientos.

Gmail

Jhovana <jhovanatique@gmail.com>

Base de datos Jhovana Tique

1 mensaje

Jhovana <jhovanatique@gmail.com>
Para: ELIZABETH <elizabethmospina2012@gmail.com>

30 de julio de 2025, 20:09

Buena tarde, se entrega la base de datos diligenciada hasta la fecha.

Atentamente,

Jhovana María Tique Hidalgo
Profesional Ciencias del Deporte y la Recreación
Universidad Tecnológica de Pereira
Celular: 3104635217

El contenido de este mensaje y sus anexos son únicamente para el uso del destinatario y pueden contener información clasificada o reservada. Si usted no es el destinatario intencional, absténgase de cualquier uso, difusión, distribución o copia de esta comunicación.

FBD CV EL OSO JHOVANA JULIO.xlsx
19893K

DIA	LUNES FESTIVO		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	30		1		2		3		4			5	
7:00 - 8:00 AM	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 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO			DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO laura, jolvi	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS		RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
				ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		RECREATIVA Jholvi, Jhovana		CULTURAL TODOS			
				PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Jhovana		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS			
				manualidades victoria		DANZAS Bibiana		MANUALIDADES Victoria		CULTURAL TODOS			
10:00 - 10:30 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
10:30 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2		MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
			GIMNASIO Jolvi, Laura	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES			
			ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		ACTIVIDAD FISICA leo, laura		CULTURAL TODOS				
			PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Yahir, Jhovana		PISCINA claudia, laura		CULTURAL TODOS				
			MANUALIDADES VICTORIA		MANUALIDADES Victoria		MANUALIDADES Bibiana		CULTURAL TODOS				
11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		10:20 - 11:30 AM	MASIVA	
1:30 PM - 2:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE			MANUALIDADES	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Jhovana, laura	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS			
				ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS			
				PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Jhovana		PISCINA claudia, laura		CULTURAL TODOS			
				MANUALIDADES bibiana		DANZAS Bibiana		MANUALIDADES Victoria		CULTURAL TODOS			
2:30 PM - 4:00 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE				
2:30 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
			GIMNASIO Jhovana, Laura	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES			
			ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		RECREATIVA leo, Laura		CULTURAL TODOS				
			PISCINA Claudia, Yahir		RECREATIVA Yahir, Jhovana		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS				
			MANUALIDADES Bibiana		MANUALIDADES Victoria		MANUALIDADES Bibiana		CULTURAL TODOS				
4:00 PM - 7:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA				

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	7		8		9		10		11	
7:30 - 8:00 AM	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 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo HUERTA Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Victoria RECREATIVA - Leo DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA- Jholvi RECREATIVA- Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Leo	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Leo PISCINA - Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA - Leo MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	TALLER ENFERMERIA	VIERNES CULTURAL	
11:40 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura , Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia HUERTA - Victoria y Bibiana	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Leo, Jholvi RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	VIERNES CULTURAL MASIVA	
2:30 PM - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA- Jhovana, Claudia MANUALIDADES - Bibiana, Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Victoria RECREATIVA- Laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	12
7:30 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA
	MANUALIDADES
11:40 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA

DIA	LUNES 14		MARTES 15		MIERCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18
	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
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1 TALLER TRABAJO SOCIAL - NUTRICION	GRUPO 1 GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES - Victoria	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Leo RECREATIVA - Claudia HUERTA - Victoria	GRUPO 1 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Leo RECREATIVA - Laura MANUALIDADES - Victoria	GRUPO 1 / GRUPO 2 TALLER SISTEMAS DEPORTES
10:00 - 11:00 AM	GRUPO 1 GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	GRUPO 2 TALLER TRABAJO SOCIAL - NUTRICION	GRUPO 1 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Leo PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA - Victoria	GRUPO 2 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Leo PISCINA - Claudia, Laura TEATRO - Victoria	GRUPO 2 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 / GRUPO 2 VIERNES CULTURAL
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1 TALLER TRABAJO SOCIAL - NUTRICION	GRUPO 2 GIMNASIO - Leo, Bibiana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	GRUPO 1 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Bibiana PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA - Victoria y Bibiana	GRUPO 1 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Claudia, Bibiana ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 1 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 2 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Leo PISCINA - Claudia, Laura TEATRO - Bibiana	GRUPO 1 / GRUPO 2 VIERNES CULTURAL MASIVA
2:30 PM - 4:00 PM	GRUPO 1 GIMNASIO - Bibiana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Bibiana	GRUPO 2 TALLER TRABAJO SOCIAL - NUTRICION	GRUPO 1 GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Bibiana RECREATIVA - Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER GERONTOLOGIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Claudia, Bibiana ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	GRUPO 2 TALLER ENFERMERIA	GRUPO 1 GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Laura RECREATIVA - Claudia MANUALIDAD - Bibiana	GRUPO 2 TALLER PSICOLOGIA	GRUPO 1 / GRUPO 2 TALLER SISTEMAS DEPORTES

DIA	SABADO 19
	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 RUMBATERAPIA GRUPO 2 MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 MASIVA DEPORTES GRUPO 2 RUMBATERAPIA
10:20 - 11:00 AM	MASIVA MANUALIDADES

DIA	LUNES 21		MARTES 22		MIERCOLES 23		JUEVES 24		VIERNES 25	
7:00 - 7:30 AM	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	
7:30 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Laura, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Biblana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES Victoria con movilidad reducida	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, laura HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Biblana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS PISCINA (CLAUDIA, LEO) TEATRO - Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, vanesa HUERTA - Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Biblana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES BIBIANA con movilidad reducida PISCINA (CLAUDIA, LEO)	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
2:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Biblana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Biblana	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Biblana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS MANUALIDAD - Biblana	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO 26	
7:00 - 7:30 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
7:30 - 9:00 AM	DESAYUNO	
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	MANUALIDADES	MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES	MANUALIDADES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	MASIVA	
	BINGO	
11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO	

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	**LAURA CAROLINA LÓPEZ ROMÁN**						
Número del Contrato	***1088348315***						
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	X	
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía		
Cargo:	**PROFESIONAL**						
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***						

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
A. REALIZAR EVALUACIÓN FÍSICA INICIAL POR MEDIO DEL FORMATO SUMINISTRADO POR LA ASOCIACIÓN A CADA UNO DE LOS BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA Y CON BASE EN ESTA, REALIZAR PLAN DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL.	A.1 Se realiza evaluación inicial de los usuarios: Maria de los Angeles Cardenas y Dolly Garcia, desde el área de Deportes se realizan las demás evaluaciones de seguimientos pero en cuanto a la inicial en el mes de Julio se realizan dichas evaluaciones mencionadas A.2 Se realizan seguimientos de la aptitud y la capacidad física de los beneficiarios. Las evaluaciones se realizaron teniendo en cuenta las siguientes pruebas: • Marcha 1 m • Test de flexibilidad miembro inferior • Fuerza sentadilla 30 seg • Fuerza brazo 30 Seg	A.1.1 Registro fotográfico A.2.1. Registro fotográfico A.2.3. Anexos del drive.	✓ Usuarios evaluados con Test físicos ✓ Evidencia aptitud física de cada usuario

B. REALIZAR SEGUIMIENTO CADA 3 MESES A LOS USUARIOS CON EL FIN DE TENER CONTROL SOBRE SU ESTADO Y CAPACIDAD FISICA.	**B.1.** Se está culminando con las evaluaciones individuales y se hace seguimiento continuo de las condiciones individuales de cada beneficiario cada 3 meses. Hasta la fecha se han realizado evaluaciones de seguimiento en evidencia el formato de valoración: • Marcha 1 m • Test de flexibilidad miembro inferior • Fuerza sentadilla 30 seg • Fuerza brazo 30 Seg	B.1.1 Registro fotográfico B.1.2 Actas de evaluaciones	✓ Usuarios evaluados con Test físicos

	Los usuarios evaluados en dichos seguimientos en este mes y que me corresponden a la hora de la entrega de carpeta fueron: Maria Elpidia Duque Mariela Bedoya Melida Aguirre Hernan Cifuentes Maria Dolores Arango Se evidencia el formato de Valoración en anexos y en el drive de Centro Vida.		
C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES.	Se realiza elaboración y entrega de cronograma de actividades el cual se puso en práctica semanalmente. Para el periodo comprendido en este informe se realizaron ***25 actividades*** enmarcadas en los lineamientos de actividad física y de actividades recreativas. Entre estas, se dan los siguientes ejemplos de 3 actividades físicas respecto al cronograma semanal: C.1. Se realizó actividad física de gimnasio. Fecha: 2/07/2025 Participantes: 15 C.2 Se realizó actividad física en gimnasio Fecha: 15/07/2025	C.1 Registro fotográfico C.2 Registro fotográfico C..3 Registro fotográfico	✓ Planes clase ejecutados con éxito ✓ Cronogramas subidos a los archivos de centro vida.

	Participantes: 13 C.3 Se realizó actividad física. Fecha: 21/07/2025 Participantes: 14		
D. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.	D.1 Se realizó actividad de Recreación: Fecha: 03/07/2025 Participantes: Masiva D.2 Se realizó actividad de Recreación a los adultos mayores. Fecha: 18/07/2025 Masiva celebración día de la independencia D.3 Se realizó actividad recreativa Fecha: 22/07/2025 Participación : 10 usuarios Se realizan actividades de Recreación con evidencia en la base de datos tanto en la jornada de la mañana y jornada de la tarde.	D.1.1 Registro fotográfico D.1.2 Registro fotográfico D.1.3 Registro fotográfico	
E. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE CULTURA Y DANZAS, TENIENDO EN CUENTA LOS INTERESES DE LOS BENEFICIARIOS	Se realizan apoyo a las clases de danza, las cuales se han realizado los días martes en la tarde y los días miércoles en la mañana para abarcar las 2 jornadas. **E.1.1** El día que se ejecutó el apoyo fue el día 23 de julio mientras la profesora les explicaba la rutina.	**E.1.1** Registro fotográfico **E.1.2** Registro fotográfico	

	E.1.2 El día que se ejecutó el apoyo fue el día 18 de julio en el evento del 20 de julio.		
F. APOYAR LA PLANEACIÓN, ORGANIZACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENCUENTROS INTERGENERACIONALES.	**F.1** Dicho evento se realizó el día 25/07/2025 con los estudiantes del programa Campamentos juveniles de la secretaria de Deporte Se realizará el siguiente apoyo de encuentros intergeneracionales el próximo mes. F.1.1 Registro fotográfico F.1.2 Registro fotográfico	F.1.1 Registro fotográfico F.1.2 Registro fotográfico	✓ Grandes aprendizajes obtenidos para los participantes del liceo semillas de amor y para los usuarios de Centro Vida Oso.
G. IMPLEMENTAR TALLERES GUÍA CON TEMAS DE SUMA IMPORTANCIA EN EL ÁREA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.	Las capacitaciones de DEPORTES tienen establecido un horario fijo todos los sábados para ambas jornadas. **G.1.1** El apoyo a la capacitación indicada para este periodo se ejecutó el día 5 de julio de 2025 **G.1**.1 El apoyo a la capacitación indicada para este periodo se ejecutó el día 26 de julio de 2025	**G.1.1** Registro fotográfico **G.1.2** Registro fotográfico	

H. ELABORAR Y ENTREGAR OPORTUNAMENTE DIARIO DE CAMPO O PLAN CLASE	Se viene entregando oportunamente la planificación semanal y cronograma de actividades al coordinador 1 Cronograma: 1 al 5 de julio 2 Cronograma: 7 al 12 de julio 3 Cronograma: 14 al 19 de julio 4 Cronograma: 21 al 26 de julio 5 Cronograma: 28 de julio al 2 de agosto		
I. LLEVAR LOS REGISTROS ESTABLECIDOS PARA EL MANEJO DE LA INFORMACIÓN Y EL CONTROL DE LA MISMA.	Durante las fechas del 02 de julio al 01 de agosto, se lleva manejo de los registros establecidos e informados desde la coordinación, como formato de control de visitas, caracterización en Excel. Se realiza el manejo de la información y el control, haciendo uso de los formatos establecidos desde las directrices de coordinación.	I.1.1 Registro fotográfico I.1.2 Archivos que reposan en el archivo de centro vida	
J. REALIZAR ACOMPAÑAMIENTO CONSTANTE EN LOS DIFERENTES ESPACIOS DEL CENTRO VIDA DONDE SE ENCUENTREN LOS BENEFICIARIOS, ESPECIALMENTE EN LA ZONA DEL COMEDOR	Durante el desarrollo de este periodo informado se apoya hablando con los beneficiarios recibiendo sus comentarios. Siguiendo con el cronograma de actividades, todos cumplimos con horarios establecidos para la entrega oportuna y eficiente de los productos alimenticios.	J.1 Registro fotográfico J.2 Registro fotográfico	

	Entre otros, me corresponde la entrega de desayuno y almuerzo.		
K. ENTREGAR OPORTUNAMENTE INFORME DE ACTIVIDADES DEBIDAMENTE DILIGENCIADO Y CON SUS RESPECTIVAS EVIDENCIAS (FORMATOS, LISTADOS, REGISTRO FOTOGRAFICO, ENTRE OTRAS).	Se realiza entrega del informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias a la coordinación en la fecha acordada.	K.1.1 Registro fotográfico K.1.2 Archivo que reposa en el Drive Carpeta Informes Centro Vida	
L. ASISTIR A REUNIONES Y ACTIVIDADES DE APOYO A LAS QUE SEA CONVOCADO Y OTRAS ACTIVIDADES QUE SE CONCRETEN	Se asiste a las reuniones de manera puntual y participativa: L.1 Reunión área Deportes 2/07/2025 L.1 Reunión áreas para organización reinado 22/07/2025	L.1.1 Registro fotográfico. L.1.2 Actas Reposan en los archivos de centro vida. L.2 Registro fotográfico.	

M. APOYAR ACTIVIDADES DE LAS DEMÁS ÁREAS CUANDO SEA REQUERIDO	Durante este periodo informado, se ha realizado, un acompañamiento en diferentes actividades de las demás áreas y ruta de Centro Vida.	M.1 Registro fotográfico. M.2 Registro fotográfico. M.3 Registro fotográfico.	

Firma
Nombre: Laura Carolina López Román
CC. 1088348315

Anexos

EVIDENCIA C, D

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DIA	SABADO
	28		29		30	31	1		2
	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA
	DESAYUNO		DESAYUNO						
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUP					GRUPO 2

EVIDENCIA G.

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	D: 26 MES: 07 AÑO: 2025	JORNADA: MAÑANA Y TARDE
NOMBRE DEL TALLER	CAPACITACIÓN DEPORTES (LA RECREACIÓN COMO PARTE DEL DEPORTE Y DEL OCIO)	

OBJETIVO: Brindar a los participantes herramientas y actividades recreativas en el ámbito deportivo y del tiempo libre, fomentando la participación activa, la inclusión y el bienestar integral.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. La recreación en el contexto deportivo
2. Rol del deporte como herramienta recreativa
3. Juegos pre deportivos y actividades adaptadas
4. El deporte como integración social

METODOLOGIA:

1. Clases teóricas breves: Se presentarán conceptos clave mediante presentaciones breves y diálogos guiados.
2. Estudio de casos y resolución de problemas: Análisis de situaciones reales para fomentar el pensamiento crítico y la toma de decisiones.
3. Prácticas en campo: Diseño y ejecución de actividades recreativas en contextos reales o simulados.
4. Evaluación continua: A través de autoevaluaciones, participación en clase y actividades

CONCLUSIONES:

1. El tiempo libre, bien aprovechado, se convierte en un espacio educativo y formativo, donde se pueden fortalecer valores como la cooperación, el respeto, la creatividad y la responsabilidad.
2. La recreación y el tiempo libre ayuda continuamente en el aprendizaje, memoria, capacidades motrices finas, blandas entre otros.

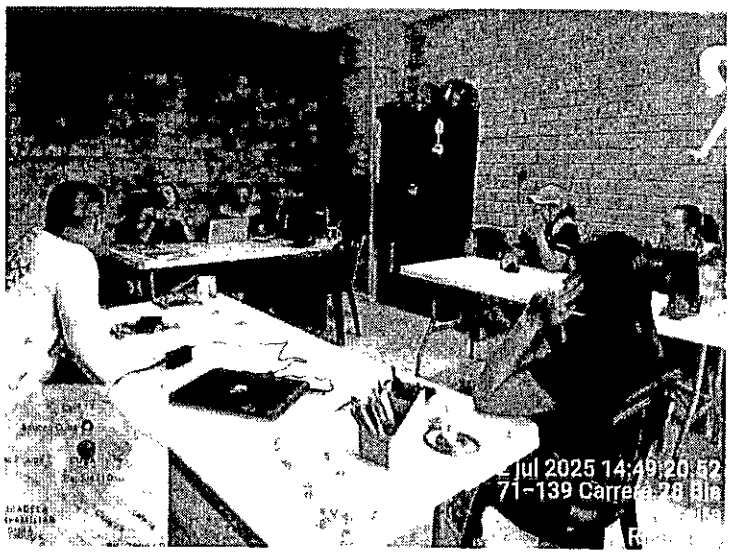
N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 108 usuarios de la jornada de la mañana y la tarde

PROFESIONAL. LAURA CAROLINA LÓPEZ ROMÁN
C.C 1088348315
CARGO PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN





EVIDENCIA L.



Fecha: 02/07/2025	**Acta No: 05**	**Hora Inicio: 2:30 p.m**	**Hora Fin: 3:00 pm**
Tema: Reunión equipo de deportes			
Responsable: Equipo Deportes centro vida el oso		**Elaborado por: Laura Carolina López**	
Proceso / Subproceso / Actividad: Reunión			
Lugar: Centro Vida El Oso			

AGENDA	1.	Socialización actividades desde el área de Deportes
	2.	Apoyo en el área de piscina los días martes y jueves
	3.	Organización horarios almuerzo en cuanto al área de Deportes
	4.	Actividades de integración para usuarios que lo requieran
	5.	
	6.	
	7.	
	8.	
	9.	
	10.	

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO

1. El día miércoles 02 de julio se llevó a cabo en el Centro Vida El Oso la reunión del área de deportes y manualidades para perfeccionar temas de clases, de apoyos, de planes clase y organización en cuanto a clases de piscina, entrega de almuerzo y horario de entrada.

12. **PROFESIONAL CIENCIAS DEL DEPORTE**
NOMBRE: LAURA CAROLINA LÓPEZ

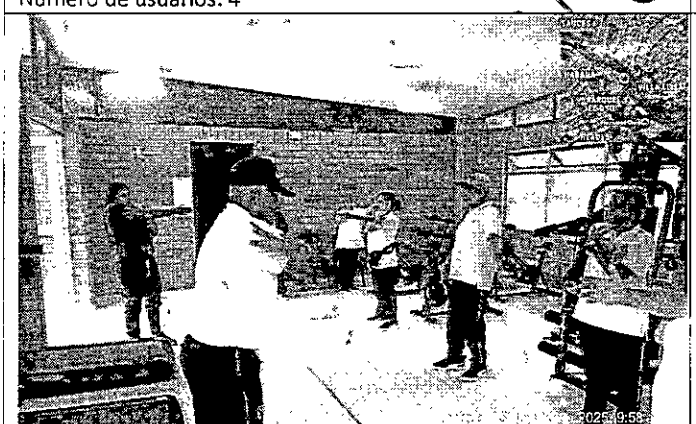
PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

Laura Carolina López Román

PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

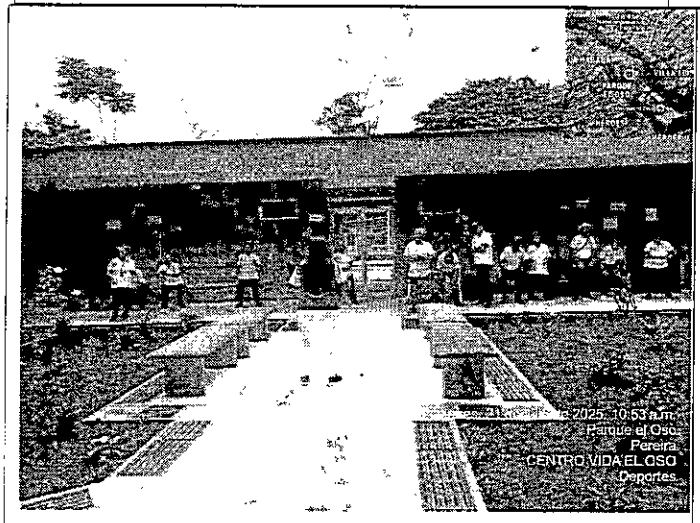
	
Obligación: a. realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por la asociación a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual Fecha: 23/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 4	Obligación: b. realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física Nombre actividad: Seguimiento usuarios Fecha: 23/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 4
	
Obligación: c. planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud en diferentes niveles. Nombre actividad: Gimnasio Fecha: 15/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 15	Obligación: c. planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud en diferentes niveles. Nombre actividad: Piscina Fecha: 17/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 15

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.

Versión: 1

Vigencia: 2025



Obligación: c. planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud en diferentes niveles.
Nombre actividad: Actividad Fisica
Fecha: 21/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso
Número de usuarios: 12



Obligación: d. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: Clase Recreación
Fecha: 02/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso
Número de usuarios: 10



Obligación: d. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: Recreación celebración 20 de Julio
Fecha: 18/07/2025
Número de usuarios: 60
Lugar: Centro Vida El Oso



Obligación: d. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre de la actividad: Aprovechamiento tiempo libre
Fecha: 20/07/2025
Lugar: Centro vida el oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4.	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: e. planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios Nombre de la actividad: Clase de Danzas Fecha: 23/07/2025 Lugar: Centro Vida el oso Número de usuarios: 16	Obligación: e. planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios Nombre de la actividad: Presentación de Danzas Fecha: 18/07/2025 Lugar: Centro Vida el oso Masiva
	
Obligación: F. apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. Nombre: Encuentro intergeneracional Fecha: 25/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 105	Obligación: F. apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. Nombre: Encuentro intergeneracional Fecha: 25/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso Número de usuarios: 105

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.

Versión: 1

Vigencia: 2025



Obligación: g. implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud.
Nombre de la actividad: Capacitación Deportes
Fecha: 05/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso
Número de usuarios: 104



Obligación: g. implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud.
Nombre de la actividad: Capacitación Deportes
Fecha: 26/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso
Número de usuarios: 109

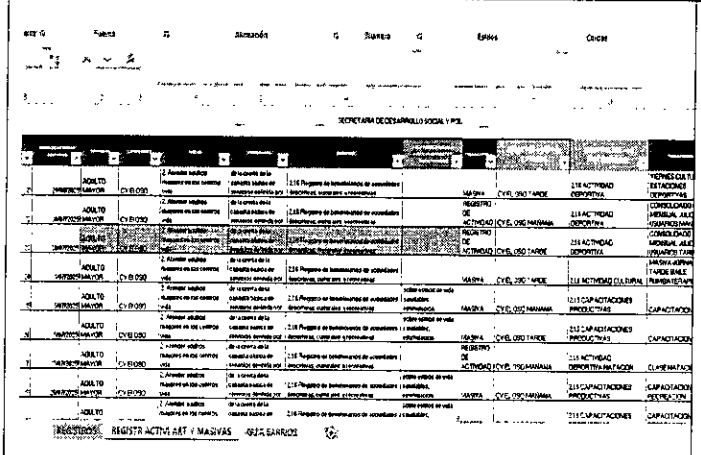
PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: GIMNASIO MAÑANA Dia: 15/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Coordinación y fuerza con peso corporal
OBJETIVO	Estimular fuerza funcional y coordinación motriz
MATERIALES	Colchonetas, aros
HERRAMIENTA PEDAGOGICA	Clase demostrativa y práctica
METODOLOGIA	
FASE INICIAL Activación general con movilidad articular	FASE CENTRAL Rutina con ejercicios: sentadillas, planchas, desplantes LEVES Y CON AYUDA Y APOYO • Juego de coordinación: "Simón dice" con variantes físicas
FASE FINAL • Respiración profunda y estiramientos	OBSERVACIONES Supervisar la técnica correcta
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

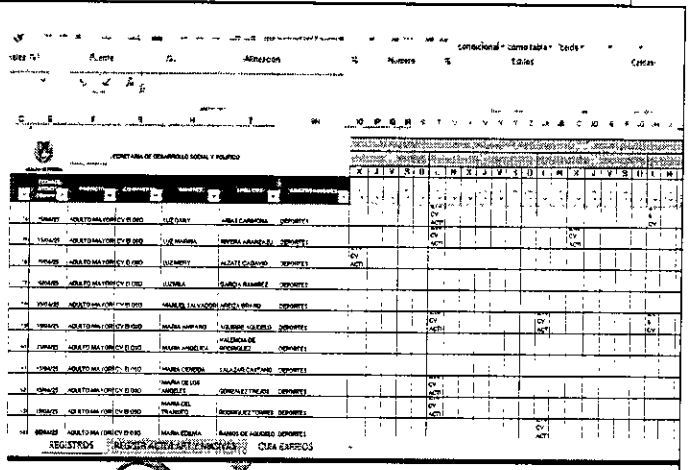
PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: ACTIVIDAD FISICA Dia: 29/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Gimkana recreativa
OBJETIVO	Promover la integración grupal y resolución de retos físicos
MATERIALES	Aros, conos, pañuelos
HERRAMIENTA PEDAGOGICA	Recreación
METODOLOGIA	
Juego por equipos	
FASE INICIAL Juego rompehielos en ronda	FASE CENTRAL Gimkana en estaciones con retos físicos y mentales • Juego final: "Carrera con obstaculos de lógica"
FASE FINAL • Estiramiento y relajación	OBSERVACIONES Fomentar el trabajo en equipo
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

Obligación: h. Planes clase
Lugar: Centro Vida El oso
Fecha: 15/07/2025
Número de usuarios: 13

Obligación: h. Planes clase
Lugar: Centro Vida El oso
Fecha: 29/07/2025
Número de usuarios: 15

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025





Obligación: i. llevar los registros establecidos para el manejo de la información y entregar base de datos de acuerdo a los tiempos solicitados. Nombre actividad: Base de datos mes julio Fecha: 30/07/2025 Lugar: Centro Vida El oso	Obligación: i. llevar los registros establecidos para el manejo de la información y entregar base de datos de acuerdo a los tiempos solicitados Nombre actividad: Base de datos mes julio Fecha: 30/07/2025 Lugar: Centro Vida El oso

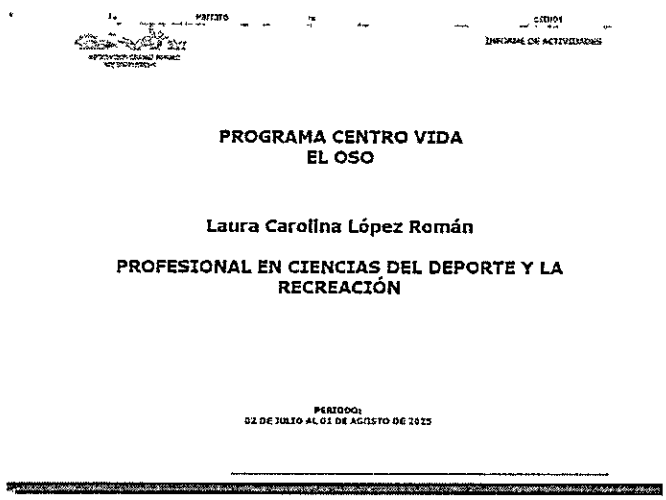




Obligación: j. realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre actividad: Apoyo Comedor Fecha: 19/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso	Obligación: j. realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. Nombre actividad: Apoyo comedor Fecha: 28/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso

CIUDAD

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025



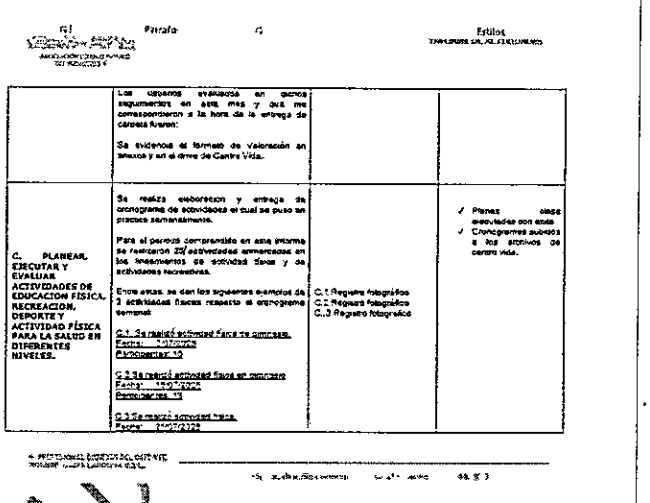
INFORME DE ACTIVIDADES

PROGRAMA CENTRO VIDA EL OSO

Laura Carolina López Román

PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

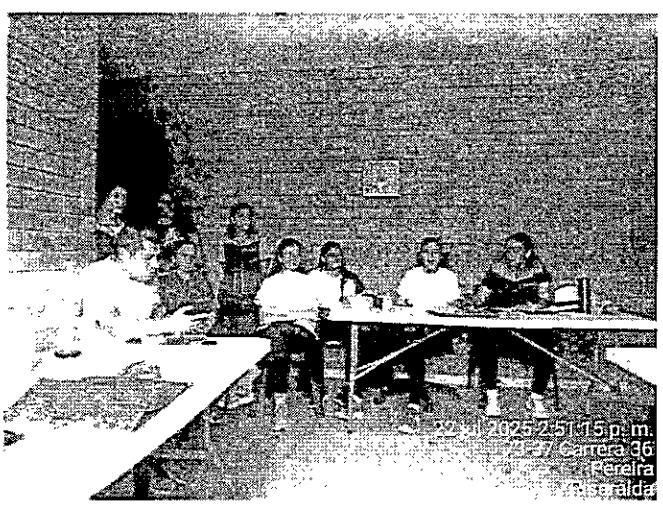


	Los soportes evaluados en dichos seguimientos en este mes y que me correspondieron a la hora de la entrega de cárnets fueron: Se evidencia el formato de valoración en anexos y en el drive de Centro Vida.		
C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACION FISICA, RECREACION, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES.	Se realiza elaboracion y entrega de cronograma de actividades el cual se puso en practica semanalmente. Para el periodo comprendido en este informe se realizaron 23 actividades enmarcadas en los lineamientos de actividad física y de actividades recreativas. Entre estas, se dan los siguientes ejemplos de 3 actividades físicas respecto al cronograma semanal: C.1 Se realizó actividad física en caminata. Fecha: 19/07/2025 Participantes: 15 C.2 Se realizó actividad física en caminata Fecha: 19/07/2025 Participantes: 15 C.3 Se realizó actividad física Fecha: 26/07/2025	C.1 Registro fotográfico C.2 Registro fotográfico C.3 Registro fotográfico	✓ Planes clase evaluados con esos ✓ Cronogramas subidos a los archivos de centro vida.

Obligación: k. entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras).
Nombre actividad: Informe profesional
Fecha: 30/07/2025
Lugar: Centro Vida el oso

Obligación: k. entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras).
Nombre actividad: Informe profesional
Fecha: 30/07/2025
Lugar: Centro Vida el oso





Obligación: l. asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten
Nombre actividad: Reunión Deportes
Fecha: 2/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso

Obligación: l. asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten
Nombre actividad: Reunión logística para el reinado
Fecha: 22/07/2025
Lugar: Centro Vida El Oso

COPIA CIUDAD

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	**FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES. PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO – 01 DE AGOSTO 2025.**
Versión: 1	Vigencia: 2025

	
Obligación: m. apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido. Nombre actividad: Apoyo ruta samaria Fecha: 22/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso	Obligación: m. apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido. Nombre actividad: Apoyo intergeneracional Fecha: 25/07/2025 Lugar: Centro Vida El Oso

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: ACTIVIDAD FISICA Día: 07/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	DEPORTE
OBJETIVO	Desarrollar resistencia cardiovascular y velocidad de reacción
MATERIALES	Conos, silbato
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Clase magistral guiada
METODOLOGIA	
FASE INICIAL **FASE INICIAL:** • Calentamiento con trote suave y movilidad articular (10 minutos)	**FASE CENTRAL** **FASE CENTRAL:** • Juego: "Atrapa al compañero" con relevos • Circuito de caminata con obstáculos (20 minutos)
FASE FINAL **FASE FINAL:** • Respiración guiada y estiramiento general	**OBSERVACIONES** Utilizar más hidratación
RESPONSABLE	Laura Carolina López

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: GIMNASIO MAÑANA Día: 15/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Coordinación y fuerza con peso corporal
OBJETIVO	Estimular fuerza funcional y coordinación motriz
MATERIALES	Colchonetas, aros
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Clase demostrativa y práctica
METODOLOGIA	
FASE INICIAL Activación general con movilidad articular	**FASE CENTRAL** Rutina con ejercicios: sentadillas, planchas, desplantes LEVES Y CON AYUDA Y APOYO • Juego de coordinación: "Simón dice" con variantes fisicas
FASE FINAL • Respiración profunda y estiramientos	**OBSERVACIONES** Supervisar la técnica correcta
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: ACTIVIDAD FISICA 16/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Juegos tradicionales adaptados
OBJETIVO	Fomentar la socialización y la agilidad
MATERIALES	Aros, cuerdas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Juego libre dirigido
METODOLOGIA	
4 Series de 1 minuto con descanso	
FASE INICIAL Juegos de activación como "El espejo" y "Manos rápidas"	**FASE CENTRAL** • Juegos: La soga, rayuela y la lleva • Actividades en equipos con reglas simples
FASE FINAL • Estiramiento de extremidades inferiores y superiores.	**OBSERVACIONES** Observar participación equitativa
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: GIMNASIO TARDE Día: 17/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	
OBJETIVO	
MATERIALES	Balones o pelotas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Trabajo en parejas	Series de 10 repeticiones por ejercicio
FASE INICIAL Movilidad Articular	**FASE CENTRAL** • Pasarse el balón lanzándolo don ambas manos • Elíptica • Pesas • Bicicleta • Caminadora
FASE FINAL • Estiramiento de extremidades inferiores y superiores.	**OBSERVACIONES** **Quien no pueda realizar ejercicio en maquina se puede adecuar con pesas y balón, dependiendo que haya disponible en el gimnasio.**
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: ACTIVIDAD FISICA Día: 21/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Circuito funcional básico
OBJETIVO	Mejorar resistencia muscular y control corporal
MATERIALES	Bandas elásticas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Estaciones rotativas
METODOLOGIA	
Relevos	Macropausa de 5 minutos
FASE INICIAL Entrada en calor con Skipping y movilidad articular	**FASE CENTRAL** Circuito de estaciones: desplazamientos laterales • Juegos en parejas (coordinación y fuerza)
FASE FINAL • Estiramiento y preguntas retroalimentación	**OBSERVACIONES** Controlar pausas activas
RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

PLAN CLASE AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA	
TEMA: ACTIVIDAD FISICA Día: 29/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Gymkana recreativa
OBJETIVO	Promover la integración grupal y resolución de retos físicos
MATERIALES	Aros, conos, pañuelos
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	Recreación
METODOLOGIA	
Juego por equipos	
FASE INICIAL Juego rompehielos en ronda	**FASE CENTRAL** Gymkana en estaciones con retos físicos y mentales • Juego final: "Carrera con obstáculos de lógica"
FASE FINAL • Estiramiento y relajación	**OBSERVACIONES** Fomentar el trabajo en equipo

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

PLAN CLASE **AREA: DEPORTE, RECREACION Y CULTURA**	
TEMA: GIMNASIO Día: 31/07/2025	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	
OBJETIVO	
MATERIALES	Pesas, Mancuernas, sillas, Caminadora, Eliptica
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGIA	
Trabajo en bloque	Series de 2 minuto de trabajo
FASE INICIAL Movilidad Articular	**FASE CENTRAL** • Desplazarse sosteniendo peso, sentarse, pararse y continuar. • Eliptica • Caminadora • Payasitos con mancuerna
FASE FINAL • Estiramiento de extremidades inferiores y superiores.	**OBSERVACIONES**

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

RESPONSABLE	Laura Carolina Lopez

ASOCIACION CIUDAD FUTURO NIT 900415283-4	PROGRAMA ADULTO MAYOR ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO CENTRO VIDA COMUNA EL OSO	Alcaldía de PEREIRA
Versión: 0		Vigencia: 2025

CENTRO VIDA EL OSO		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	D: 05 MES: 07 AÑO: 2025	JORNADA: MAÑANA Y TARDE
NOMBRE DEL TALLER	CAPACITACIÓN DEPORTES (POSICIÓN CORRECTA A LA HORA DE REALIZAR EJERCICIO FISICO)	

OBJETIVO: Mejorar el rango de movimiento de los usuarios del centro vida para evitar futuras lesiones a la hora de realizar ejercicio físico.

TEMAS PARA DESARROLLAR

1. Posición correcta a la hora de realizar sentadillas, skipping, abdominales, etc.

METODOLOGIA:

1. Explicación con base a videos, imágenes y posición explicada por la profesora a cargo para facilitar el aprendizaje de los usuarios
2. Taller en el cual seleccionan la imagen correcta para realizar una sentadilla, quienes se equivoquen, harán repeticiones para su enseñanza.
3. Aprendizaje a la hora de realizar bíceps, tríceps, sentadilla etc. entre todos, un ejercicio masivo.

CONCLUSIONES:

1. Deben practicar en casa lo aprendido en clase y en el centro vida para evitar el sedentarismo.
2. Se logra una conciencia de flexibilidad gracias a la capacitación dada el 05 de julio para mejorar su amplitud de movimiento.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron 99 usuarios de la jornada de la mañana y la tarde.

PROFESIONAL. LAURA CAROLINA LÓPEZ ROMÁN
C.C 1088348315
CARGO PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN





Fecha: 22 de julio 2025	**Acta No: 1**	**Hora Inicio: 2:30**	**Hora Fin: 3:00**
Tema: Planeación reinado interno centro vida el oso			
Responsable: Equipo profesional centro vida el oso		**Elaborado por: Alexa Orozco Castillo**	
Proceso / Subproceso / Actividad:			
Lugar: Centro Vida el oso			
AGENDA	1.	Saludo	
	2.	Organización reinado interno	
	3.	Acuerdos finales	
	4		

El día 22 de julio se llevó a cabo la reunión con el equipo de trabajo del Centro Vida El Oso, conformado por las áreas psicosocial, administrativa, deportes, talleristas y enfermería, con el fin de planear la organización del reinado interno del adulto mayor, cuyo objetivo principal es seleccionar a la representante del Centro Vida para el reinado municipal organizado por la Alcaldía de Pereira el próximo 26 de agosto de 2025.

- Se definió como fecha oficial del reinado interno el día sábado 2 de agosto de 2025, contando con la participación de seis usuarias, tres del grupo de la mañana y tres del grupo de la tarde. La elección de la representante debe ser informada a la organización del evento a más tardar el 15 de agosto del presente año.

- Las áreas del equipo profesional asumirán el acompañamiento directo de las participantes, distribuidas de la siguiente manera:

  - Área psicosocial y de enfermería acompañará a las usuarias María Liliana Serna y María Arnobia Largo.
  - Área de deportes y los talleristas acompañarán a Edilma Ramos y Cecilia Buitrago;
  - Administración, nutrición, fisioterapia, gerontología y tecnología en sistemas acompañará a María Angélica Valencia y María Luz Belia Patiño.

Cada área es responsable de guiar, acompañar y apoyar a su dupla asignada durante todas las etapas del proceso.

Fecha: 22 de julio 2025	Acta No: 1	Hora Inicio: 2:30	Hora Fin: 3:00

Tema: Planeación reinado interno centro vida el oso

- Se asignaron responsabilidades específicas a cada área para el desarrollo del evento:

  - Área de deportes y talleristas será la encargada de la logística general del evento;
  - Área psicosocial y de enfermería se encargará de la decoración del espacio del reinado; y
  - Área administrativa junto con nutrición, fisioterapia, gerontología y tecnología en sistemas será responsable del diseño y aplicación de las preguntas, así como del proceso de votación.

- El evento consistirá en tres momentos de evaluación: pasarela con traje tipico (sin considerar el maquillaje o vestuario como criterios determinantes de calificación), presentación de talento (libre elección entre canto, poesía, baile u otra actividad artística) y una ronda de preguntas relacionadas con temas de cultura cafetera, historia de Pereira y Fiestas de la Cosecha. La evaluación final se realizará de forma mixta, con un peso del 70% a cargo de jurados externos y un 30% a cargo de los usuarios asistentes al evento.

- Se recalca que no está permitido solicitar dinero a las usuarias participantes para ninguna actividad asociada al reinado. Asimismo, no se contará con recursos adicionales por parte de la Asociación Ciudad Futuro, por lo cual todo el proceso se desarrollará con creatividad, apoyo interinstitucional y trabajo colaborativo de las áreas involucradas.

- Se deja constancia del compromiso unánime de todos los presentes en brindar acompañamiento, apoyo emocional y logístico a la reina seleccionada, garantizando su preparación y representación digna del Centro Vida El Oso en el evento municipal.

- Todos los acuerdos fueron aceptados por consenso de los asistentes y se da por finalizada la reunión

Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Versión:

Fecha de Vigencia: mayo 10...

Asistencia

Tema: Fecha: Acta No.

	Nombre	Entidad	Cargo	Teléfono /Celular	Correo electrónico	Firma
1	Laura Mayerly Ramírez	ACF	Aux Admon	3213292062	—	
2	Laura Carolina Lopez	ASCF	Deportes	3104456065	—	
3	Angela María Orrego	ACF	Aux Enfermería	3108394004	—	
4	Alexa Orrego	ACF	Aux administrativa	3104815615	—	
5	Victoria Santamaría	ASCF	Hotelería	3137218315	—	
6	Sara Valentina Tenorio	ASCF	Aux Enfermería	3003150267	—	
7	Bibiana Collazos	ASCF	Hotelería	3207729428	—	
8	Alejandra Arnedo P	ASCF	Psicología	3146826874	—	
9	Arevalo Amanda	ASCF	Deportes	3116167674	—	
10	Gloria Inés Arcos	ACF	Trabajo Social	3103330074	—	
11	Sandra P. Agudelo	ASCF	Aux Enfermería	3017619264	—	
12	Joana Alcaraz	ASCF	Admón	—	—	
13	Andrea Valencia	ASCF	Deporte	—	—	
14	Shirley Tique	ASCF	Deporte	3146663 5217	—	
15	Sandra M. Villa M	ASCF	Aux. Adm	3104963592	—	
16	Carlos Dn	ACF	Celular	3173222	Celular	
17	Adriana	ACF	Coordinadora	—		
18						
19						
20						
21						
22						
23						

Alcaldía de PEREIRA

Versión: 01

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

Fecha: 02/07/2025	**Acta No: 05**	**Hora Inicio: 2:30 p.m**	**Hora Fin: 3:00 pm**
Tema: Reunión equipo de deportes			
Responsable: Equipo Deportes centro vida el oso		**Elaborado por: Laura Carolina López**	
Proceso / Subproceso / Actividad: Reunión			
Lugar: Centro Vida El Oso			

AGENDA		
	1.	Socialización actividades desde el área de Deportes
	2.	Apoyo en el área de piscina los días martes y jueves
	3.	Organización horarios almuerzo en cuanto al área de Deportes
	4.	Actividades de integración para usuarios que lo requieran
	5.	
	6.	
	7.	
	8.	
	9.	
	10.	

DESCRIPCION DEL EVENTO

1. El día miércoles 02 de julio se llevó á cabo en el Centro Vida El Oso la reunión del área de deportes y manualidades para perfeccionar temas de clases, de apoyos, de planes clase y organización en cuanto a clases de piscina, entrega de almuerzo y horario de entrada.

2. Se establecen los compromisos para dar continuidad a los cambios presentados en el área de deportes, se aclaran los objetivos y se tienen en cuenta los deberes como profesionales para el proceso exitoso día a día en el centro vida.

ALCALDIA DE PEREIRA

Alcaldía de PEREIRA

Versión: 01

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

REGISTRO FOTOGRAFICO

REGISTRO FOTOGRAFICO



Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Versión: 01

Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

	Tema: Capacitación Deportes		Fecha: 02/04/25		Acta No:	
	NOMBRE	PROCESO O ENTIDAD	CARGO	TELÉFONO OFICINA/ CELULAR	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
1	Victoria Santa	ASCF	Fullerista	3173148715	— o —	
2	Yholor Vanessa P	ASCF	Prof Deportes	322917 8233	— o —	
3	Leonardo Arnedo L.	ACF	Profesional Deportes	3158012320	— o —	
4	LAURA CAROLINA LOPEZ	ACF	Profesional Deportes	3128458068	— o —	
5	J [illegible]	ACF	Profesional [illegible]	31-463 5213	— o —	
	Sibora Gallego	AACF	Fullerista	3207727498		
6	Claudia Arnedo	ASCF	Deportes	3116176718		
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Escaneado con CamScanner

Alcaldía de PEREIRA
ACTA DE REUNIÓN
Versión: 01
Fecha de Vigencia: Mayo 10 de 2017

DIA	LUNES FESTIVO		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	30		1		2		3		4	
7:00 AM - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 AM - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO laura, jolvi	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS
				ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		RECREATIVA Jholvi, Jhovana		CULTURAL TODOS
				PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Jhovana		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS
				manualidades victoria		DANZAS Bibiana		MANUALIDADES Victoria		CULTURAL TODOS
10:00 AM - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
			GIMNASIO Jolvi, Laura	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES
			ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		ACTIVIDAD FISICA leo, laura		CULTURAL TODOS	
			PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Yahir, Jhovana		PISCINA claudia, laura		CULTURAL TODOS	
			MANUALIDADES VICTORIA		MANUALIDADES Victoria		MANUALIDADES Bibiana		CULTURAL TODOS	
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Jhovana, laura	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS
				ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS
				PISCINA Claudia, Jhovana		RECREATIVA Jhovana		PISCINA claudia, laura		CULTURAL TODOS
				MANUALIDADES bibiana		DANZAS Bibiana		MANUALIDADES Victoria		CULTURAL TODOS
2:30 PM - 4:00 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
			GIMNASIO Jhovana, Laura	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES
			ACTIVIDAD FISICA Leo		ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura		RECREATIVA leo, Laura		CULTURAL TODOS	
			PISCINA Claudia, Yahir		RECREATIVA Yahir, Jhovana		ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana		CULTURAL TODOS	
			MANUALIDADES Bibiana		MANUALIDADES Victoria		MANUALIDADES Bibiana		CULTURAL TODOS	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	5
7:00 AM - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 AM - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:00 AM - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA
	MANUALIDADES
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	7		8		9		10		11	
7:30 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo HUERTA Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Victoria RECREATIVA - Leo DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA- Jholvi RECREATIVA- Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Leo	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Leo PISCINA - Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA - Leo MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	TALLER ENFERMERIA	VIERNES CULTURAL	
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia HUERTA - Victoria y Bibiana	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Leo, Jholvi RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	VIERNES CULTURAL MASIVA	
2:30 - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA- Jhovana, Claudia MANUALIDADES - Bibiana, Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Victoria RECREATIVA- Laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	12
7:30 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA
	MANUALIDADES
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO

DIA	LUNES 14		MARTES 15		MIERCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
	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	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Laura ACTIVIDAD FISICA Yadeth, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	GIMNASIO Vanesa ACTIVIDAD FISICA Claudia, Leo RECREATIVA Laura MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	
10:00 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA Vanesa ALFABETIZACION Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA Leo DANZAS Victoria, Bibiana	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Vanesa ACTIVIDAD FISICA Laura PISCINA Claudia, Laura TEATRO Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO Leo, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Jhovana PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA Victoria y Bibiana	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Claudia, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	GIMNASIO Vanesa, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Laura TEATRO - Bibiana	VIERNES CULTURAL MASIVA	
2:30 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACION Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Jhovana RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Bibiana	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Vanesa, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia MANUALIDAD Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS DEPORTES	

DIA	SABADO 19
	INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2 RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2 MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:20 - 11:00 AM	MASIVA MANUALIDADES

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	21		22		23		24		25	
7:00 - 9:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MANANA EN COMEDOR		INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
7:00 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Laura, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES Victoria con movilidad reducida	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, laura HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS PISCINA (CLAUDIA, LEO) TEATRO - Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
1:30 - 1:50 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, vanesa HUERTA - Victoria.	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES BIBIANA (con movilidad reducida) PISCINA (CLAUDIA, LEO)	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)	
2:30 PM - 2:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS MANUALIDAD - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	26
7:00 - 9:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
7:00 - 9:00 AM	DESAYUNO
9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MANUALIDADES / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / MANUALIDADES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA BINGO
11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

INFORME DE ACTIVIDADES

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

LEONARDO ACEVEDO ISAZA
PROFESIONAL

PERIODO:
02 DE JULIO AL 01 DE AGOSTO DE 2025

1. CARGO Profesional
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

INFORME DE ACTIVIDADES

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Colaborador/ Contratista	**LEONARDO ACEVEDO ISAZA**					
Número del Contrato	***1088239055***					
Tipo de contrato	Prestación de servicios		Apoyo		Contrato Laboral A Término Fijo	X
	Interadministrativos		Suministros		Mínima Cuantía	
Cargo:	***PROFESIONAL***					
Proyecto	***PROGRAMA CENTRO VIDA***					

2. **CARGO Profesional**
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

INFORME DE ACTIVIDADES

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*)	ACTIVIDADES EJECUTADAS (**)	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***)	LOGROS
A. REALIZAR EVALUACIÓN FÍSICA INICIAL POR MEDIO DEL FORMATO SUMINISTRADO POR LA ASOCIACIÓN A CADA UNO DE LOS BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA Y CON BASE EN ESTA, REALIZAR PLAN DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL.	**A.1** Se realizó el día 23 de julio de 2025 la evaluación física inicial para la Usuaria María de los Ángeles Cárdenas de la jornada de la mañana. Las evaluaciones realizadas son las siguientes: • Flexibilidad desde sentado con una pierna extendida. • Fuerza miembro superior con curl de bíceps con mancuerna unilateral. • Fuerza de miembro inferior, sentarse y pararse desde una silla. • Marcha, pararse de la silla, caminar 2,44 metros y regresar a sentarse. • Perímetro de cintura • Perímetro de cadera	**A.1.1** Registro de resultados de evaluación física inicial en la jornada de la mañana. **A.1.2** Registro fotográfico de la evaluación inicial realizada el 23 de julio de 2025 en la jornada de la mañana. **A.1.3** Pantallazo del formato de evaluación diligenciado y archivado en la carpeta de la usuaria en el centro vida el Oso	Conocer el nivel de condición física del usuario evaluado, con el fin de organizar el trabajo en pro del mantenimiento y/o mejoramiento de las capacidades físicas.
B. REALIZAR SEGUIMIENTO CADA 3 MESES A LOS USUARIOS CON EL FIN DE	**B.1** Se realizó el día 23 de julio de 2025 la evaluación física de seguimiento a los siguientes usuarios de la jornada de la tarde:	**B.1.1** Registro de resultados de evaluación física de seguimiento en la jornada de la tarde.	Realizar control del nivel de condición física del usuario evaluado, con el fin de verificar su progresión o

TENER CONTROL SOBRE SU ESTADO Y CAPACIDAD FISICA.	María Erminda González Benjamín Reina Inocencia Mulcue Mercedes Diaz Luis Albeiro Cortes Las evaluaciones realizadas son las siguientes: • Flexibilidad desde sentado con una pierna extendida. • Fuerza miembro superior con curl de bíceps con mancuerna unilateral. • Fuerza de miembro inferior, sentarse y pararse desde una silla. • Marcha, pararse de la silla, caminar 2,44 metros y regresar a sentarse. • Perímetro de cintura • Perímetro de cadera	**B.1.2** Registro fotográfico de las evaluaciones de seguimiento realizadas el 23 de julio de 2025 en la jornada de la mañana. **B.1.3** Pantallazo del formato de evaluación diligenciado y archivado en la carpeta de la usuaria María Erminda González en el centro vida el Oso	disminución en los valores obtenidos y así organizar el trabajo en pro del mantenimiento de las capacidades físicas.
C. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD EN DIFERENTES NIVELES.	**C.1.** Se realizan actividades durante todo el periodo de presentación de este informe que desarrollan el componente de educación física, recreación, deporte y actividad física para la salud.	**C.1.1.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 7 de julio de 2025 con el tema gimnasio, con los usuarios de la jornada de la mañana. **C.1.2.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 24 de julio de 2025 con el tema piscina con los	Desarrollo de las capacidades físicas en los usuarios del Centro Vida

		usuarios de la jornada de la tarde. **C.1.3.** Registro fotográfico de la actividad desarrollada el 29 de julio de 2025 con el tema actividad física, con los usuarios de la jornada de la mañana. **C.1.4.** Planes Clase	
D. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.	**D.1.** Actividad recreativa "juego con aros" con los usuarios de la jornada de la mañana el 15 de julio de 2025. **D.2.** Actividad recreativa "Pool Party" con usuarios de la jornada de la mañana y de la tarde el 19 de julio de 2025. **D.3.** Actividad recreativa de "Bingo" con los usuarios de la jornada de la tarde el 31 de julio de 2025.	**D.1.1** Registro fotográfico de la actividad del 15 de julio de 2025. **D.2.1** Registro fotográfico de la actividad del 19 de julio de 2025. **D.3.1** Registro fotográfico de la actividad del 31 de julio de 2025.	Actividades recreativas que les ayudan a los usuarios del centro vida a la estimulación de memoria, motricidad fina y el aprovechamiento del tiempo libre.

E. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE CULTURA Y DANZAS, TENIENDO EN CUENTA LOS INTERESES DE LOS BENEFICIARIOS.	**E.1.** Actividad de rumba con todos los usuarios de la jornada de la tarde el 3 de julio de 2025. **E.2.** Clase de danza con los usuarios de la jornada de la mañana el 16 de julio de 2025.	**E.1.1** Registro fotográfico de la actividad del 3 de julio de junio de 2025. **E.2.1** Registro fotográfico de la actividad del 16 de julio de 2025.	Desarrollo del componente de baile en los usuarios del Centro Vida
F. APOYAR LA PLANEACIÓN, ORGANIZACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENCUENTROS INTERGENERACIONALES.	**F.1** Se realiza el encuentro intergeneracional el 25 de julio de 2025 con los usuarios de la jornada de la tarde, donde se recibe la visita de los jóvenes integrantes del grupo "campamentos juveniles" de Pereira.	**F.1.1** Registro fotográfico de la actividad del encuentro intergeneracional con los usuarios de la jornada de la tarde.	Realización exitosa del encuentro intergeneracional.
G. IMPLEMENTAR TALLERES GUÍA CON TEMAS DE SUMA IMPORTANCIA EN EL ÁREA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.	**G.1** Realización del taller "reconociendo mis resultados en los test" el 11 de julio de 2025 en la jornada de la mañana. **G.2** Realización del taller "reconociendo mis resultados en los test" el de julio de 2025 en la jornada de la tarde.	**G.1.1** Registro fotográfico del taller realizado con los usuarios de la jornada de la mañana. **G.1.2** Pantallazo de la presentación utilizado con los valores de los test.	Apropiación de cada uno de los usuarios de sus resultados obtenidos en las valoraciones físicas realizadas en el periodo de abril-mayo

6. **CARGO Profesional**
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

H. ELABORAR Y ENTREGAR OPORTUNAMENTE DIARIO DE CAMPO O PLAN CLASE	**H.1.** Se realizan los planes clase para cada una de las actividades programadas.	**H.1.1.** Pantallazo de los planes clase. **H.1.2.** Pantallazo de los planes clase.en carpeta compartida. **H.1.3.** Planes Clase.	Entrega de los diferentes planes clase para la realización de los mismos con los usuarios del centro vida el oso.
I. LLEVAR LOS REGISTROS ESTABLECIDOS PARA EL MANEJO DE LA INFORMACIÓN Y ENTREGAR BASE DE DATOS DE ACUERDO A LOS TIEMPOS SOLICITADOS.	**I.1.** Se alimenta y envía por correo la base de datos en la que reposa el registro de cada una de las actividades realizadas en el presente periodo y la asistencia de los usuarios en las actividades desarrolladas por el profesional	**I.1.1.** Pantallazo del envío de la base de datos enviada por correo **I.1.2.** Pantallazo de la base de datos	Diligenciamiento completo de la asistencia de los usuarios participantes en las diferentes actividades.
J. REALIZAR ACOMPAÑAMIENTO CONSTANTE EN LOS DIFERENTES ESPACIOS DEL CENTOR VIDA DONDE SE ENCUENTREN LOS BENEFICIARIOS, ESPECIALMENTE EN LA ZONA DEL COMEDOR.	**J.1.** Acompañamiento en la zona del comedor, de acuerdo al cronograma enviado por la nutricionista ya sea en semana 1, 2, 3 o semana 4.	**J.1.1.** Registro fotográfico de acompañamiento en el comedor el 8 de julio de 2025. **J.1.2.** Registro fotográfico de acompañamiento en el comedor el 16 de julio de 2025. **J.1.3.** Registro fotográfico de acompañamiento en el	Apoyo en la zona de comedor para brindar la atención requerida a los usuarios del centro vida el Oso

		comedor el 23 de julio de 2025. **J.1.4.** Cronograma Comedor (ANEXO)	
K. ENTREGAR OPORTUNAMENTE INFORME DE ACTIVIDADES DEBIDAMENTE DILIGENCIADO Y CON SUS RESPECTIVAS EVIDENCIAS (FORMATOS, LISTADOS, REGISTRO FOTOGRAFICO, ENTRE OTRAS).	**K.1.** Se realiza el informe de actividades y se comparte a la carpeta Drive creada para tal fin	**K.1.1.** Pantallazo del informe de actividades. **K.1.2.** Pantallazo de documento en carpeta Drive.	Diligenciamiento correcto de las actividades y los usuarios del centro Vida que participan de las mismas.
L. ASISTIR A REUNIONES Y ACTIVIDADES DE APOYO A LAS QUE SEA CONVOCADO Y OTRAS ACTIVIDADES QUE SE CONCRETEN	**L.1.** Se participa el 22 de julio de 2025 de la reunión con coordinación del centro vida. **L.2.** Se participa el 31 de julio de 2025 de la reunión de llamado de atención a usuario.	**L.1.1** Registro fotográfico de la reunión del 22 de julio de 2025. **L.1.2** Acta de la reunión del 22 de julio de 2025 (anexo). **L.2.1** Registro fotográfico de la reunión del 31 de julio de 2025.	Participación en las reuniones y capacitaciones en las que he sido convocado.

8. CARGO Profesional
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

		L.2.2 Acta de reunión del 31 de julio de 2025 (Anexo).	
M. APOYAR ACTIVIDADES DE LAS DEMAS AREAS CUANDO SEA REQUERIDO.	**M.1** Se acompaña la charla de la CARDER a los usuarios de la jornada de la mañana el 10 de julio de 2025. **M.2** Se acompaña el recorrido en la ruta Dorado-Samaria el 23 de julio de 2025. **M.3** Se acompaña la actividad del ciuculo de la belleza el 1 de agosto de 2025.	**M.1.1** Registro fotográfico del acompañamiento a la CARDER el 10 de julio de 2025. **M.2.1** Registro fotográfico del acompañamiento el 23 de julio de 2025. **M.3.1** Registro fotográfico del acompañamiento el 1 de agosto de 2025	Inicio de las actividades en el centro vida el oso y apoyos en las actividades que he sido requerido.

Leonardo Acevedo Isaza

Firma
Nombre: Leonardo Acevedo Isaza
CC. 1088239055.

9. **CARGO Profesional**
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

Anexos

J.1.4. Cronograma comedor

ANEXOS (CAPTURAS DE PANTALLA)

L.1.2. Acta

11. **CARGO Profesional**
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

SEMANA 1		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	ANA MARIA
		JHOLVI
		ALEXANDER
ALMUERZO 1	11:40 AM	VICTORIA
		LEONARDO
		CLAUDIA
ALMUERZO 2	12:30 PM	GLORIA
		ANGELA
		YAHIR
CENA	4:00 PM	ALEJANDRA
		SANDRA

SEMANA 2		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	SARA
		MAYSA
		LAURA
ALMUERZO 1	11:40 AM	JHOLVI
		GLORIA
		ALEJANDRA
ALMUERZO 2	12:30 PM	YAHIR
		ALEXANDER
		CLAUDIA
CENA	4:00 PM	SANDRA
		BIBIANA

SEMANA 3		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	ALEXANDER
		JHOLVI
		VICTORIA
ALMUERZO 1	11:40 AM	LEONARDO
		LAURA
		SARA
ALMUERZO 2	12:30 PM	ANGELA
		GLORIA
		YAHIR
CENA	4:00 PM	SANDRA
		BIBIANA

SEMANA 4		
TIEMPO DE COMIDA	HORARIO	EQUIPO
DESAYUNO	8:00 AM	VICTORIA
		SARA
		LAURA
ALMUERZO 1	11:40 AM	LEONARDO
		ANA MARIA
		MAYSA
ALMUERZO 2	12:30 PM	YAHIR
		ALEJANDRA
		ANGELA
CENA	4:00 PM	CLAUDIA
		BIBIANA

ANEXOS (CAPTURAS DE PANTALLA)

L.1.2. Acta

Versión: Alcaldía de PEREIRA — ACTA DE REUNIÓN — Fecha de Vigencia: mayo 10

Fecha: 22-04-25	Acta No:	Hora Inicio: 8:00	Hora Fin: 1:30
Tema: Política pública adulto mayor.			
Responsable: Deportes		Elaborado por: Valeria Santamaría	
Proceso / Subproceso / Actividad:			
Lugar: Centro vida el oso			

AGENDA
1. Socialización Implementación de políticas Públicas
2. Acción 24 de la política pública de adulto m
3. Conclusiones
4.

1. Socialización de la política pública del adulto mayor, se hizo empate en las diferentes acciones que se realizaron para el empalme Funcional en lo que se busca aprobar el segundo punto

2. Acción 24 se refiere a estilos de vida saludable, grupos de mesa, ejercicio y demás acciones para adultos mayores, usuarios del centro vida el oso. Por lo que se concluyo

L.2.2. Acta

Versión:

Alcaldía de PEREIRA

ACTA DE REUNIÓN

Fecha de Vigencia: mayo 10

Fecha: 31-07-2025	Acta No:	Hora Inicio: 2:02	Hora Fin: 2:15
Tema: Llamado de Atencion José Arley Fernandez			
Responsable: Psicosocial		Elaborado por: adriana Osorio	
Proceso / Subproceso / Actividad: Usuario Jornada PM.			
Lugar: Centro Vida el oso.			

AGENDA

1. Saludo
2. llamado de atencion
3. compromiso y responsabilidad.
4. cierre.

El dia 31-07-2025, reunidos en el area de Gerontologia, con el usuario José Arley Fernandez, el equipo Psicosocial (Psicologa, Gerontologa) y el equipo de Area de deportes y por medio del presente documento se deja constancia que el usuario en mencion quien participa en las diferentes actividades del programa ha incurrido reiterativamente en

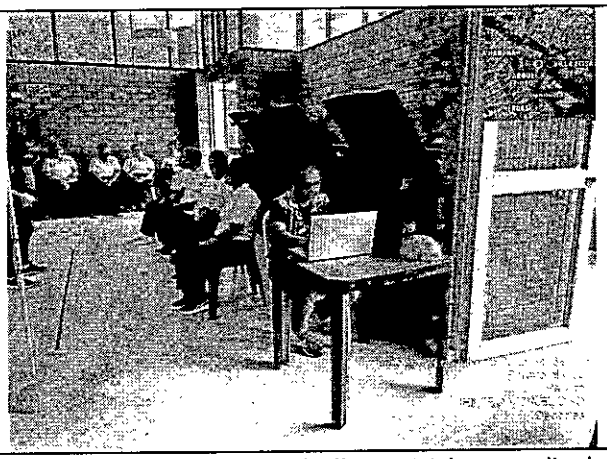
13. **CARGO Profesional**
NOMBRE: Leonardo Acevedo Isaza

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO- 01 DE AGOSTO 2025.

Versión: 1 | Vigencia: 2025

MARA DE LOS ANGELES CARDENAS	
FLEXIBILIDAD	-7
MARCHA 1	9,11
MARCHA 2	7,22
FUERZA MANOS 1	22
FUERZA MANOS 2	20
FUERZA PIERNAS 1	15
FUERZA PIERNAS 1	18

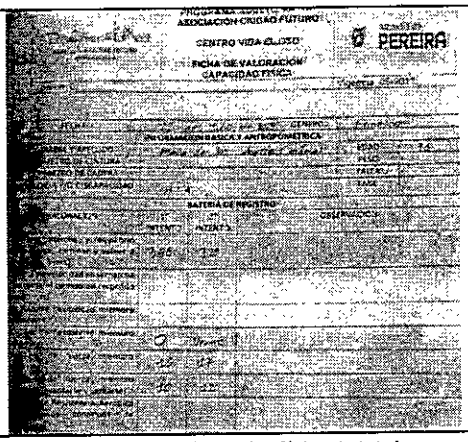


Obligación **A**: Realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por la asociación a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual.

Nombre actividad: **A.1.1.** Registro de resultados de evaluación inicial en la jornada de la mañana
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación **A**: Realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por la asociación a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual.

Nombre actividad: **A.1.2.** Registro fotográfico de la evaluación inicial en la jornada de la mañana.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso



	FLEXIBILIDAD	MARCHA		FUERZA MANOS		FUERZA PIERNAS	
MARIA ERMINDA GONZALEZ	1	5,81	5,58	26	24	18	20
BENJAMIN REINA	-20	4,55	4,25	24	23	20	20
INOCENCIA MULCUE	15	6,92	4,94	26	28	18	17
MERCEDES DIAZ	-4	5,58	5,75	24	22	13	14
LUIS ALBIERO CORTES	0	9,26	9,34	9	7	10	13

Obligación **A**: Realizar evaluación física inicial por medio del formato suministrado por la asociación a cada uno de los beneficiarios del programa y con base en esta, realizar plan de intervención individual.

Nombre actividad: **A.1.3.** Pantallazo del formato de evaluación diligenciado y archivado en carpeta fisica.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

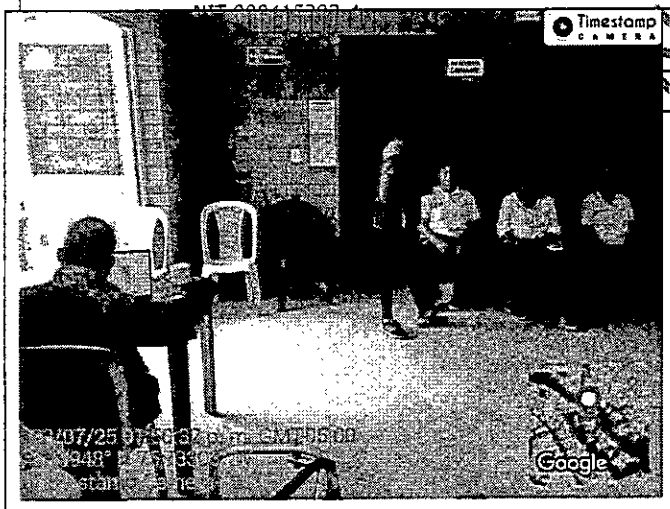
Obligación **B**: Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

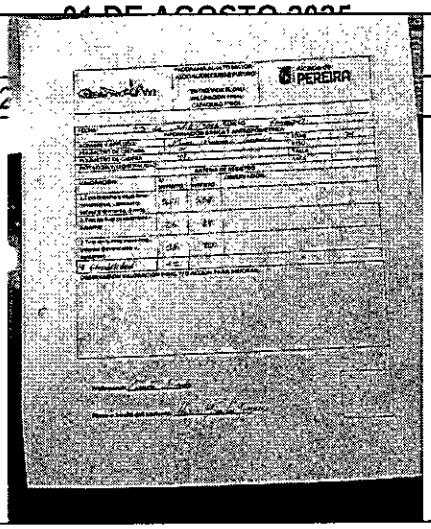
Nombre actividad: **B.1.1.** Registro de resultados de evaluación de seguimiento en la jornada de la tarde.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO- 01 DE AGOSTO 2025

Vigencia: 2





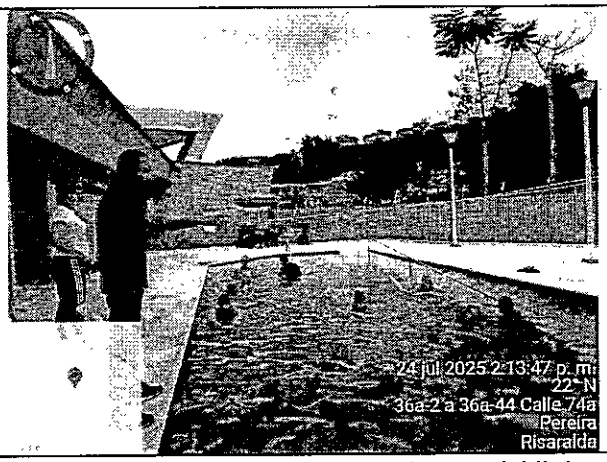
Obligación **B**: Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B.1.2.** Registro fotográfico de la evaluación de seguimiento en la jornada de la tarde.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación **B**: Realizar seguimiento cada 3 meses a los usuarios con el fin de tener control sobre su estado y capacidad física.

Nombre actividad: **B.1.3.** Pantallazo del formato de evaluación diligenciado y archivado.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso





Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles.

Nombre actividad: **C1.1.** Registro fotográfico de gimnasio con los usuarios de la mañana.

Fecha: 7 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 15
Lugar: Centro vida el oso.

Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles.

Nombre actividad: **C1.2.** Registro fotográfico de actividad de gimnasio con los usuarios de la tarde

Fecha: 24 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 11
Lugar: Centro vida el oso.

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-

Versión:

Vigencia: 2



Obligación C: planear, ejecutar y evaluar actividades de educación física, Recreación, deporte y actividad física para la salud en Diferentes niveles.

Nombre actividad: **C1.3.** Registro fotográfico de la actividad física con los usuarios de la jornada de la mañana.
Fecha: 29 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 16
Lugar: Centro vida el oso.



Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre.

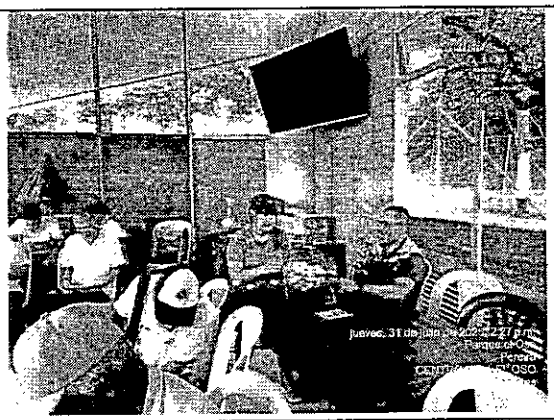
Nombre actividad: **D1.1.** Juego con aros.

Fecha: 15 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 8
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: **D2.1** Pool Party.

Fecha: 19 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 116
Lugar: Centro vida el Oso



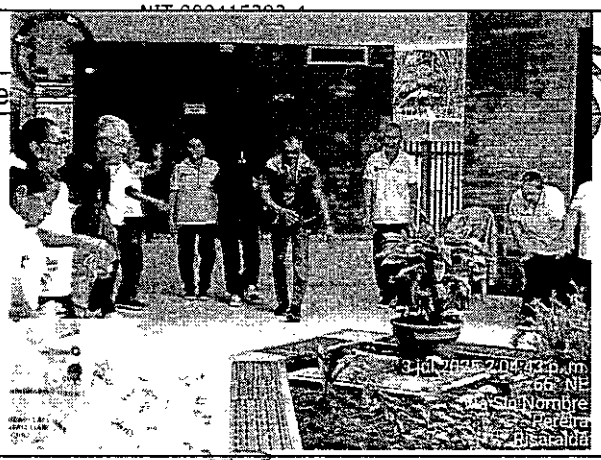
Obligación: D. planear, ejecutar y evaluar actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre
Nombre actividad: **D3.1.** Bingo

Fecha: 31 de julio de 2025.
Usuarios atendidos: 86
Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-

Ve | Vigencia:



Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios.

Nombre actividad: **E.1.1.** Clase de rumba con los usuarios de la jornada de la tarde
Fecha: 3 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 85
Lugar: Centro vida el oso



Obligación E: Planear, ejecutar y evaluar actividades de cultura y danzas, teniendo en cuenta los intereses de los beneficiarios.

Nombre actividad: **E.2.1.** Clase de danza con los usuarios de la jornada de la mañana
Fecha: 16 de julio de 2025
Usuarios atendidos: 15
Lugar: Centro vida el oso



Obligación F: Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales.

Nombre actividad: **F.1.1** Registro fotográfico del encuentro intergeneracional
Fecha: 25 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso



Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud.

Nombre actividad: **G.1.1** Registro fotográfico del taller en la jornada de la mañana
Fecha: 11 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

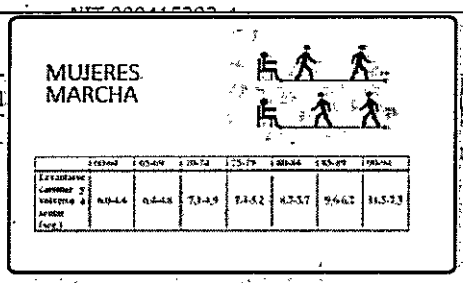
ASOCIACION CIUDAD FUTURO

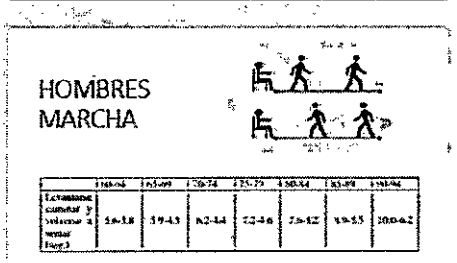
FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.

PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-

Versión

Vig





PEREIRA

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: Recreativa	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Recreativa
OBJETIVO	Actividad Recreativa
MATERIALES	Pimpones y mesas
HERRAMIENTA PEDAGOGICA	
METODOLOGIA	
Juego en ronda	
Fase inicial	Fase central
Explicación de las reglas del juego, y desarrollo del mismo.	• Se forman dos equipos, cada uno tendrá la misma cantidad de pimpones, gana el equipo que logre insertar todos sus pimpones en la caja correspondiente.
Fase final	Observaciones
No aplica	No aplica
RESPONSABLE	Leonardo Acevedo Isaza

Obligación G: Implementar talleres guía con temas de suma importancia en el área de prevención y promoción de la salud.

Nombre actividad: **G.1.2** Pantallazo de la presentación usada
Fecha: 11 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

Obligación: H. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan clase.

Nombre actividad: **H.1.1** Pantallazo de los planes clase
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

Planes Clase Julio.do...

Leonardo Acevedo Isaza <leoacis@gmail.com>
para elizabethmaspina2012

Comparto base de datos de julio.

Mil gracias.
Leonardo Acevedo Isaza
315-8012320
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recre
Entrenador Federación Internacional de Voleib

1 archivo adjunto· Analizado por Gmail

6.2 FBD CV EL OS...

Obligación: H. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo o plan clase.

Nombre actividad: **H.1.1** Planes clase en carpeta compartida
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

Obligación I: Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma

Nombre actividad: L.1.1. Pantallazo del envío de la Base de datos
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-

Vigencia: 2

FECHA DE ATENCION CONSULTA	PROYECTO	COMPONENTE	LUGAR DE EVENTO ACTIVI	CENSO VIVO ONLINE	MEDIO VERIFICACIO N	TOTAL H	TOTAL M	TOTAL	TIPO ACTIVIDAD	OBSERVACIONES
7/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	REGISTRO FOTOGR	61	25	86	MASIVA	CV EL OSO MAÑANA
7/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	REGISTRO FOTOGR	55	39	94	MASIVA	CV EL OSO TARDE
9/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	ACTA	59	24	83	MASIVA	CV EL OSO MAÑANA
0/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	REGISTRO FOTOGR	13	8	21	REGISTRO DE ACTIVIDAD	CV EL OSO TARDE
1/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	REGISTRO FOTOGR	155	59	214	REGISTRO DE ACTIVIDAD	CV EL OSO MAÑANA
1/07/2025	ADULTO MAYOR	CV EL OSO	CENTRO VIDA	EL OSO	REGISTRO FOTOGR	30	12	42	REGISTRO DE ACTIVIDAD	CV EL OSO TARDE



Obligación I: Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de la misma

Nombre actividad: L.2.1. Pantallazo de la Base de datos
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.

Nombre de la actividad: **J1.1.** Apoyo en comedor
Fecha: 8 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso





Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.

Nombre de la actividad: J.**1.2.** Apoyo en comedor
Fecha: 16 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso .

Obligación: J. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.

Nombre de la actividad: J.**1.3.** Apoyo en comedor
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el Oso

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-

Vigencia: 2 | FORMATO INFORME ...

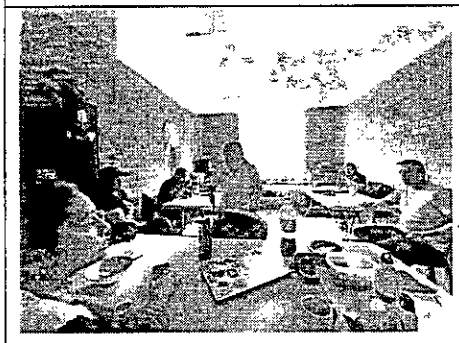
D. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.	D.1. Actividad recreativa "juego con aros" con los usuarios de la jornada de la mañana el 15 de julio de 2025.	D.1.1 Registro fotográfico de la actividad del 15 de julio de 2025.
	D.2. Actividad recreativa "Pool Party" con usuarios de la jornada de la mañana y de la tarde el 19 de julio de 2025.	D.2.1 Registro fotográfico de la actividad del 19 de julio de 2025.
	D.3. Actividad recreativa de "Bingo" con los usuarios de la jornada de la tarde el 31 de julio de 2025.	D.3.1 Registro fotográfico de la actividad del 31 de julio de 2025.
E. PLANEAR, EJECUTAR Y EVALUAR ACTIVIDADES DE CULTURA Y DANZAS, TENIENDO EN CUENTA LOS INTERESES DE LOS BENEFICIARIOS.	E.1. Actividad de rumba con todos los usuarios de la jornada de la tarde el 3 de julio de 2025.	E.1.1 Registro fotográfico de la actividad del 3 de julio de junio de 2025.
	E.2. Clase de danza con los usuarios de la jornada de la mañana el 16 de julio de 2025.	E.2.1 Registro fotográfico de la actividad del 16 de julio de 2025.

PROGRAMA CENTRO VIDA
EL OSO

LEONARDO ACEVEDO ISAZA
PROFESIONAL

Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras).
Nombre de la actividad: **K.1.1.** Pantallazo Informe de actividades
Fecha: 31 de julio de 2024
Lugar: Centro vida el Oso

Obligación: K. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras).
Nombre de la actividad: **K.1.1.** Pantallazo Informe de actividades subido
Fecha: 31 de julio de 2024
Lugar: Centro vida el Oso



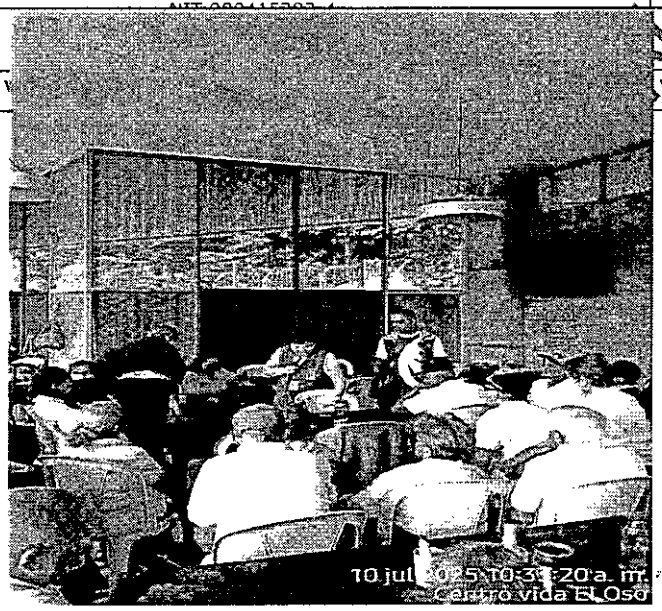


Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.
Nombre de la actividad: **L.1.1.** Reunión con coordinación del centro vida
Fecha: 22 de julio de 2025
Lugar: Centro Vida el Oso

Obligación: L. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.
Nombre de la actividad: **L.2.1.** Reunión llamado de atención a usuario
Fecha: 31 de julio de 2025
Lugar: Centro Vida el Oso

ASOCIACION CIUDAD FUTURO

FORMATO REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES.
PERIODO COMPRENDIDO: 02 DE JULIO-01 DE AGOSTO 2025





Obligación: M. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido
Nombre de la actividad: **M1.1.** Acompañamiento CARDER.
Fecha: 10 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso

Obligación: M. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido
Nombre de la actividad: **M.2.1.** Acompañamiento en ruta.
Fecha: 23 de julio de 2025
Lugar: Centro vida el oso



Obligación: M. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido
Nombre de la actividad: **M.3.1.** Acompañamiento en jornada con el circulo de la belleza.
Fecha: 1 de agosto de 2025
Lugar: Centro vida el oso

PLAN CLASE AREA: DEPORTES	
TEMA: GIMNASIO	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**GIMNASIO**
OBJETIVO	Mantener la fuerza muscular general
MATERIALES	Máquinas del Gimnasio
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Activación y entrada en acción mediante movilidad articular.	se establece un circuito de 6 estaciones donde se hará rotaciones cada 40 segundos dejando 40 segundos de descanso entre serie y completando 2 vueltas
Fase inicial Movilidad articular (5 min), iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** *Caminadora *Bicicleta estática *Zona de mancuernas Macropausa hay trabajo de miembro superior con aros, en Pres militar *Elevación de brazos con pesas. *40 segundos de trabajo por estación *30 min de trabajo total
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones**
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

PLAN CLASE

ÁREA: DEPORTES	
TEMA: Recreativa	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**Recreativa**
OBJETIVO	Actividad Recreativa
MATERIALES	Pimpones y mesas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Juego en ronda	
Fase inicial Explicación de las reglas del juego, y desarrollo del mismo..	**Fase central** • Se forman dos equipos, cada uno tendrá la misma cantidad de pimpones, gana el equipo que logre insertar todos sus pimpones en la caja correspondiente.
Fase final No aplica	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: Recreativa	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**Recreativa**
OBJETIVO	Actividad Recreativa
MATERIALES	Torneo de Dominó
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
"Competencia"	
Fase inicial Explicación de las reglas del juego	**Fase central** • Se ubican varias mesas, donde máximo estarán 4 jugadores, el que gane una partida tendrá una estrella, los que van ganado se van rotando hasta tener los más ganadores en una sola mesa.
Fase final No aplica	**Observaciones** No aplica
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE ÁREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD FÍSICA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	Actividad física
OBJETIVO	Resistencia aeróbica
MATERIALES	
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Trabajo individual	
Fase inicial Desplazamiento parque el Oso	**Fase central** 7 vueltas a la cancha de futbol
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones** Algunos de los usuarios debido a patologías físicas o cirugías realizan una cantidad diferenciada de vueltas
RESPONSABLE	Leonardo Acevedo Isaza

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTES	
TEMA: NATACIÓN	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**NATACIÓN**
OBJETIVO	Desplazamientos en medio acuático.
MATERIALES	Piscina
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Trabajo individual	
Fase inicial Movilidad articular (5 min) iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** • Burbujas en borde de piscina • Desplazamiento solo con fuerza de miembros inferiores • Desplazamiento solo con fuerza de miembros superiores • Desplazamiento en carrera con movimientos completos.
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones** No Aplica
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

PLAN CLASE AREA: DEPORTES

TEMA: ACTIVIDAD FÍSICA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**ACTIVIDAD FÍSICA**
OBJETIVO	Trabajo de fuerza de miembro superior e inferior
MATERIALES	Máquinas del gimnasio
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Por medio de ejercicios funcionales se busca mejorar la resistencia y la movilidad multiarticular con el fin de mantener y mejorar sus capacidades físicas	
Fase inicial Movilidad articular (5 min) iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** *Eliptica *Elevaciones frontales con mancuerna *Caminadora *Pres militar con mancuerna *Bicicleta *Biceps con mancuerna
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciándo en dirección caudal cefálico.	**Observaciones**
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACIÓN CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTES	
TEMA: ACTIVIDAD FÍSICA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**Actividad física y flexibilidad**
OBJETIVO	Mejorar la fuerza en tren inferior con ejercicios isométricos y de repetición.
MATERIALES	Sillas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
En posición sedente se procede a realizar ejercicios de fortalecimiento muscular, dando prioridad a grupos musculares mayores.	
Fase inicial Movilidad articular (5 min) iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** *Movilidad de cadera (flexión + abducción de cadera). *levantarse y sentarse. *Rotaciones internas y externas de cadera cedentes. *Sentadilla isométrica (20 seg). *Punta de pies isométrico (20 seg)
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones**
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

Alcaldía de PEREIRA

ASOCIACION CIUDAD FUTURO
NIT 900415283-4

PLAN CLASE AREA: DEPORTES	
TEMA: GIMNASIO	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**GIMNASIO**
OBJETIVO	Mantener la fuerza muscular general
MATERIALES	Máquinas del Gimnasio
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Activación y entrada en acción mediante movilidad articular.	se establece un circuito de 6 estaciones donde se hará rotaciones cada 40 segundos dejando 40 segundos de descanso entre serie y completando 2 vueltas
Fase inicial Movilidad articular (5 min). iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** *Caminadora *Bicicleta estática *Zona de mancuernas *Elevación de brazos con pesas. *40 segundos de trabajo por estación *30 min de trabajo total
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones**
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

PLAN CLASE AREA: DEPORTES

TEMA: ACTIVIDAD FÍSICA	
NOMBRE DEL ENCUENTRO	**ACTIVIDAD FÍSICA**
OBJETIVO	Trabajo de fuerza de miembro superior e inferior
MATERIALES	Sillas, pesas de arena y mancuernas
HERRAMIENTA PEDAGÓGICA	
METODOLOGÍA	
Por medio de ejercicios funcionales se busca mejorar la resistencia y la movilidad multiarticular con el fin de mantener y mejorar sus capacidades físicas.	Forman parejas y mientras uno trabaja el otro está en fase de reposo.
Fase inicial Movilidad articular (5 min) iniciando en sentido caudal cefálico realizando 10 repeticiones de cada ejercicio. *dorsiflexión y plantiflexión del pie *flexión y extensión de rodilla * rotación externa, flexión y extensión de cadera *rotaciones laterales de tronco *elevación frontal de brazos y elevación de trapecios. *flexión y extensión de codos.	**Fase central** *Elevaciones frontales a dos manos de las pesas de arena 4 x 15 rep *Pararse y sentarse de la silla 4 de 15 rep *Caminata continua durante 7 minutos dora *Pres militar con mancuerna de 1 kg, 4 de 15 *Elevación de rodilla con pesa de arena sobre el cuádriceps (sentado) 4 x 10 rep *Caminata continua durante 7 minutos
Fase final • Estiramiento de cadenas musculares principales iniciando en dirección caudal cefálico.	**Observaciones**
RESPONSABLE	**Leonardo Acevedo Isaza**

DIA	LUNES FESTIVO		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	30		1		2		3		4			5	
7:00 - 8:00 AM	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	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO laura, Jolvi ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Jhovana manualidades victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura RECREATIVA Jholvi, Jhovana ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS		RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2		MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
			GIMNASIO Jolvi, Laura ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia, Jhovana MANUALIDADES VICTORIA	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi ACTIVIDAD FISICA leo laura PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES		
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		10:20 - 11:30 AM	MASIVA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE			MANUALIDADES	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
			TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Jhovana, laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Jhovana MANUALIDADES bibiana	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Leo, laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana PISCINA claudia, laura MANUALIDADES Victoria	TALLER DEPORTES	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS			
2:30 - 3:30 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		TARDE TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE				
3:30 - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
			GIMNASIO Jhovana, Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, Yahir MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Claudia, Leo ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Laura RECREATIVA Yahir, Jhovana MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO Jolvi RECREATIVA leo, Laura ACTIVIDAD FISICA Claudia, Jhovana MANUALIDADES Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS CULTURAL TODOS	TALLER DEPORTES			
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA				

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	7		8		9		10		11	
7:00 - 8:00 AM	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 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo HUERTA Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Victoria RECREATIVA - Leo DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA- Jholvi RECREATIVA- Laura ACTIVIDAD FÍSICA Claudia, Leo	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA	
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Leo PISCINA - Claudia HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA Jholvi RECREATIVA - Leo MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	GIMNASIO - Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	TALLER ENFERMERIA	VIERNES CULTURAL	
11:30 AM - 12:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
12:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Jholvi, Leo PISCINA Claudia HUERTA - Victoria y Bibiana	TALLER SISTEMAS DEPORTES	GIMNASIO Claudia ACTIVIDAD FISICA - Leo, Jholvi RECREATIVA Jhovana DANZAS Bibiana	TALLER ENFERMERIA	ACTIVIDAD FISICA Jholvi RECREATIVA- Laura PISCINA - Claudia, Leo TEATRO - Victoria	VIERNES CULTURAL MASIVA	
2:30 - 3:50 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE	
2:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Vanessa RECREATIVA - Claudia ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Jholvi, Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA- Jhovana, Claudia MANUALIDADES - Bibiana Victoria	TALLER SISTEMAS - DEPORTES	ACTIVIDAD FISICA - Claudia, Victoria RECREATIVA- Laura MANUALIDADES Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAPACITACION MASIVA DEPORTES	
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA	

DIA	SABADO
	12
7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR
8:00 - 8:40 AM	DESAYUNO
8:00 - 9:40 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	RUMBATERAPIA / MASIVA DEPORTES
9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1 / GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES / RUMBATERAPIA
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA
10:20 - 11:30 AM	MASIVA MANUALIDADES
11:40 AM - 12:30 PM	ALMUERZO

DIA	LUNES 14		MARTES 15		MIERCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
	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	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Paloma	TALLER PSICOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Laura, Leo RECREATIVA Laura MANUALIDADES Victoria	TALLER SISTEMAS DEPORTES	
10:00 - 10:30 AM	REFRIGERIO		REFRIGERIO		REFRIGERIO		REFRIGERIO		REFRIGERIO	
10:30 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Claudia ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Paloma	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA - Leo PISCINA - Claudia, Laura TEATRO - Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURALES	
11:30 - 1:30 PM	ALMUERZO		ALMUERZO		ALMUERZO		ALMUERZO		ALMUERZO	
1:30 - 2:30 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Roxana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA - Paloma PISCINA - Claudia, Vanesa HUERTA Victoria y Paloma	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO - Claudia, Paloma ACTIVIDAD FISICA - Vanesa, Laura RECREATIVA - Leo DANZAS - Victoria, Paloma	TALLER PSICOLOGIA	GIMNASIO Vanesa, Paloma ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, Laura TEATRO - Paloma	VIERNES CULTURALES MASIVA	
2:30 - 3:50 PM	DESCANSO		DESCANSO		DESCANSO		DESCANSO		DESCANSO	
3:50 PM - 4:00 PM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 2	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
	GIMNASIO Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA Vanesa ALFABETIZACIÓN - Paloma	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Laura ACTIVIDAD FISICA Paloma RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Paloma	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO Claudia, Paloma ACTIVIDAD FISICA Vanesa, Laura RECREATIVA Leo DANZAS Victoria, Paloma	TALLER ENFERMERIA	GIMNASIO Vanesa, Paloma ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia MANUALIDAD Paloma	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS DEPORTES	
4:00 - 5:00 PM	MERIENDA		MERIENDA		MERIENDA		MERIENDA		MERIENDA	

DIA	SABADO 19	
	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
9:00 - 9:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	RUMBATERAPIA	MASIVA DEPORTES
9:30 - 10:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	MASIVA DEPORTES	RUMBATERAPIA
10:30 - 11:30 AM	REFRIGERIO	
	MASIVA MANUALIDADES	

DIA	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		DIA	SABADO	
	21		22		23		24		25			26	
7:00 - 8:00 AM	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		7:00 - 8:00 AM	INGRESO BENEFICIARIOS- ACOMPAÑAMIENTO GRUPO DE LA MAÑANA EN COMEDOR	
8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO		8:00 - 9:00 AM	DESAYUNO	
9:00 - 10:00 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	9:00 - 9:40 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa MANUALIDADES Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Laura, Leo RECREATIVA Claudia HUERTA Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS MANUALIDADES Victoria con movilidad reducida	TALLER SISTEMAS - DEPORTES			MANUALIDADES	MASIVA DEPORTES
10:00 - 10:20 AM	MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		MEDIA MAÑANA		9:40 - 10:20 AM	GRUPO 1	GRUPO 2
10:20 - 11:30 AM	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2		MASIVA DEPORTES	MANUALIDADES
	GIMNASIO - Leo ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Victoria	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Vanesa ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA - Claudia, laura HUERTA - Victoria	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS PISCINA (CLAUDIA, LEO) TEATRO - Victoria	TALLER PSICOLOGIA	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)		10:20 - 11:30 AM	MASIVA BINGO	
11:30 - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		ALMUERZO JORNADA MAÑANA		11:30 AM - 1:30 PM	ALMUERZO JORNADA MAÑANA	
1:30 - 2:30 PM	ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE		ALMUERZO JORNADA TARDE				
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Leo, Jhovana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa	TALLER GERONTOLOGIA	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Leo PISCINA Claudia, vanesa HUERTA - Victoria	TALLER ENFERMERIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	CAMINATA TODOS PISCINA (CLAUDIA, LEO)	VIERNES CULTURAL MASIVA (DIRIGE JHOANA Y CLAUDIA)				
2:30 PM - 4:00 PM	MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE		MEDIA TARDE				
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2			
	GIMNASIO - Jhoana ACTIVIDAD FISICA - Laura, Claudia RECREATIVA - Vanesa ALFABETIZACIÓN - Bibiana	TALLER TRABAJO SOCIAL NUTRICION	GIMNASIO - Jhovana ACTIVIDAD FISICA Laura RECREATIVA Claudia HUERTA - Victoria, Bibiana	TALLER GERONTOLOGIA	EVALUACIONES TODOS (MANUALIDAD VICTORIA) DANZAS - Bibiana	TALLER ENFERMERIA	CAMINATA TODOS MANUALIDAD - Bibiana	TALLER PSICOLOGIA	TALLER SISTEMAS - DEPORTES				
4:00 PM - 5:00 PM	CENA		CENA		CENA		CENA		CENA				