INFORME DE ACTIVIDADES Nº 1 CONVENIO 318 DE 2025

CORPOCOLDES
CENTRO VIDA MALAGA SANTANDER NIT. 900692033-6

PERIODO:
DE 24 DE OCTUBRE A 15 DE DICIEMBRE DE 2025

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 15 de diciembre de 2025

Señores:
Secretaria Desarrollo Social y Económico
Málaga Santander

REFERENCIA: Presentación de informe de actividades correspondiente del 24 de octubre al 15 de diciembre de 2025, según convenio N° 318 de 2025 celebrado entre el Municipio de Málaga y el Centro Vida CORPOCOLDES.

Atentamente presento ante usted:

1. Informe de actividades realizadas de forma general y por cada una de las áreas con soportes de asistencia en periodo comprendido de 24 de octubre al 15 de diciembre de 2025, en horario entre las 08:00 a.m. a las 4:00 p.m. de lunes a viernes. Informe que se presenta en medio magnético con los soportes correspondientes
2. Evidencias fotográficas del 24 de octubre al 15 de diciembre.
3. Factura electrónica
4. Planilla de pago de seguridad social de octubre, noviembre y diciembre de 2025.
5. Estampilla departamental

Atentamente,

YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
Representante Legal

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES DE CONVENIO SOLIDARIO N. º 318 DEL 2025

Señores:
Secretaria Desarrollo Social y Económico
Málaga Santander

1. INFORMACION DE CONVENIO

NUMERO DE CONTRATO	318 DE 2025
FECHA DE CONTRATO	24 de octubre 2025
CONTRATISTA IDENTIFICACION	Corpocoldes
REPRESENTANTE LEGAL	Yixsa Ortiz Antolínez
PERIODO INICIAL DE EJECUCION	24 de octubre al 15 de diciembre de 2025
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	$ 58.728.428,57
VALOR APORTE MUNICIPIO	$ 41.109.900,00
VALOR APORTE CENTRO VIDA	$ 17.618.528,57
VALOR PRESENTE INFORME	$ 58.728.428,57
NUMERO DE INFORME	001
PLAZO DE EJECUCION INICIAL	26 días hábiles
ADULTOS MAYORES ATENDIDOS	83

2. CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES ESPECIFICAS

INFORME DE ACTIVIDADES
PERIODO: 24 de octubre a 15 de diciembre de 2025

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

1. Educación Alimentaria y Nutricional a los adultos mayores

Tema 1:
Cuidados alimentarios del adulto mayor
Objetivo:
Brindar herramientas educativas de la importancia de una alimentación saludable adecuada a las condiciones del adulto mayor.
Desarrollo:
Se da comienzo recordando la importancia del consumo de cinco tiempos de comida: Desayuno Media Mañana Almuerzo Onces o media tarde Cena Se aclara que cada tiempo de comida cumple una función importante en el organismo del adulto mayor, así: **Desayuno**: es la primera comida del día y se constituye en la primera fuente de energía para el cerebro y demás órganos **Media mañana**: es una merienda pequeña que debe aportar líquido y de preferencia fruta, necesarias para la buena digestión. **Almuerzo**: es una de las comidas principales y por tanto debe ser suficiente, no abundante. **Onces o media tarde**: es otra merienda que debe aportar líquido y fruta, que se requieren para mantener una adecuada digestión.

Comida o cena: es otra de las comidas principales y debe ser una especie de reserva de energía y nutrientes para un buen descanso, por tanto debe ser pequeña, pero con aporte de proteínas.



Compromisos

1. Mantener una adecuada salud oral: revisar el estado de sus dientes o prótesis para garantizar un adecuado consumo de sus comidas
2. Masticar adecuadamente, introducir bocados pequeños
3. Acompañar sus comidas con agua como principal fuente de hidratación.

Soportes: alimentación saludable durante la vejez





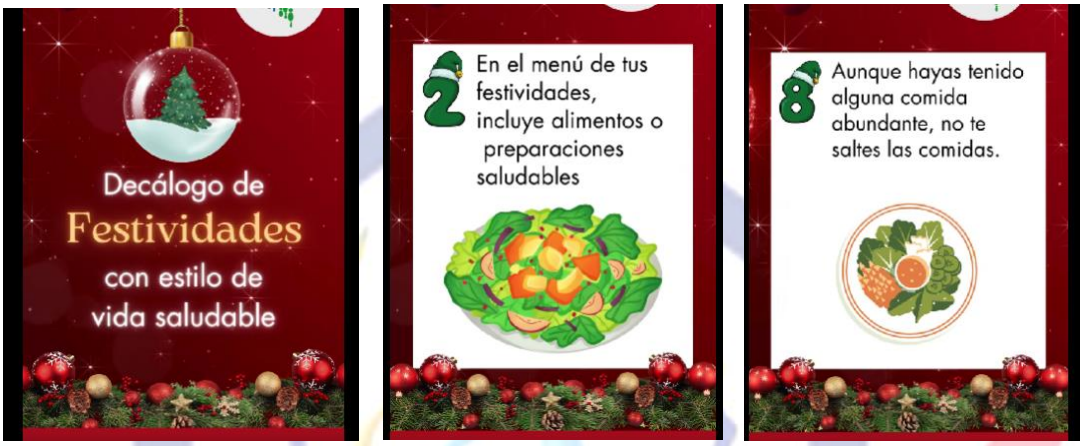
Tema 2:
Decálogo de festividades con estilo de vida saludable
Objetivo:
Sensibilizar a los adultos mayores respecto a la importancia de una alimentación sana durante las festividades de fin de año.
Desarrollo:
En lo referente a la educación alimentaria y nutricional en hábitos saludables, la temática de importancia de diez consejos para un estilo de vida saludable en la alimentación l consumo de frutas y verduras es fundamental. En este tema de este informe, se trabajó la importancia del consumo de cinco (5) porciones entre frutas y verduras al día, en especial en la edad adulto mayor, con lo cual se logran grandes beneficios al organismo, entre ellos: Alto aporte de fibra, vitaminas y minerales, agua y azúcares saludables. Mantiene peso saludable Por su alto poder de saciedad, evita el consumo excesivo de alimentos fuentes de calorías. Son un entremés o entre comida, muy saludable. **Alternativas de consumo:** Consuma las frutas al inicio de cada comida; al desayuno, al comienzo del almuerzo, al comienzo de la cena Consuma las frutas como media mañana o media tarde, en picado, o en porción Incluya las verduras como integrante infaltable del almuerzo y la cena Acompañe sus comidas con agua pura y prefiera dejar la fruta para el consumo en porción o fruta de mano.

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Se proyecta un video con el decálogo de recomendaciones saludables

Compromisos

1. Incluir cinco (5) porciones entre fruta y verdura durante el día
2. Cada porción de fruta y verdura equivale a unos 100 gramos por porción o el tamaño equivalente a un puñado de la persona que lo va a consumir.
3. Diligenciar la actividad de encuentra la pareja



Soportes fotográficos





II. Servicio de alimentación: Se realizó

1. Verificación de cumplimiento de la minuta, durante la preparación de almuerzo y refrigerio de media mañana.




2. Seguimiento al cumplimiento de BPM: Buenas Prácticas de Manipulación de Alimentos en el personal manipulador de alimentos.
3. Verificación del consumo a satisfacción de la minuta por parte de los beneficiarios.

Recomendaciones:

a. Al servicio de alimentación solo ingresa personal autorizado
b. Toda persona que ingrese al servicio de alimentación debe portar la dotación correcta para garantizar la inocuidad de los alimentos y la seguridad del personal manipulador de alimentos.
c. Se les recuerda al personal manipulador continuar con el uso correcto y permanente de zapatos cerrados, de material resistente, suela antideslizante, uniforme claro, delantal de ser requerido, cofia que cubra todo el cabello, tapabocas.
d. Se les felicita por la correcta ejecución de la minuta, se conversa con los usuarios y refieren aceptación por las preparaciones, así como por su ejecución (sabor, sazón).

Profesional Responsable;

Sandra Consuelo Penagos González
Nutricionista Dietista Reg. Prof. 3779

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

24 DE OCTUBRE	
	
	
	
27 DE OCTUBRE	

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6








28 DE OCTUBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

29 DE OCTUBRE










30 DE OCTUBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6








31 DE OCTUBRE






Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6






04 DE NOVIEMBRE






Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6






05 DE NOVIEMBRE






Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




06 DE NOVIEMBRE

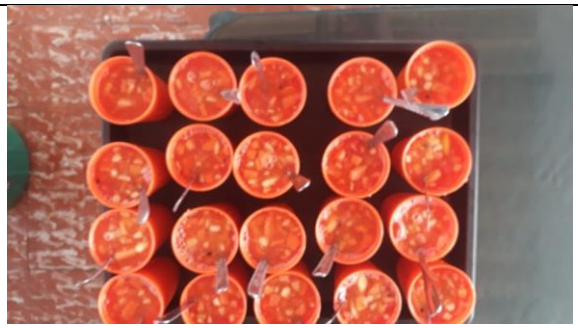


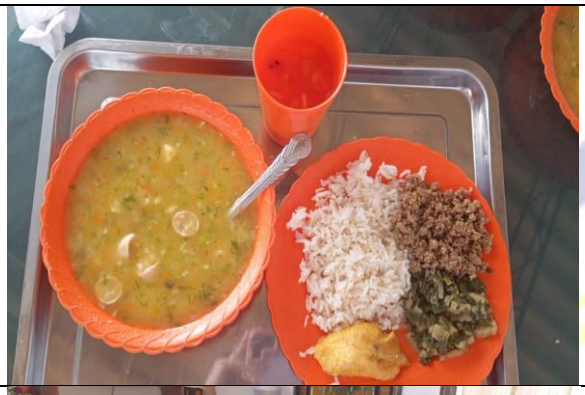





07 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6








10 DE NOVIEMBRE




Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6






11 DE NOVIEMBRE






Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




12 DE NOVIEMBRE








Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




13 DE NOVIEMBRE








14 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6






18 DE NOVIEMBRE






Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6





19 DE NOVIEMBRE









Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6








20 DE NOVIEMBRE




Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6








21 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










24 DE NOVIEMNRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










25 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










26 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










27 DE NOVIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










28 DE NOVIEMBRE





g





01 DE DICIEMBRE









Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




02 DE DICIEMBRE







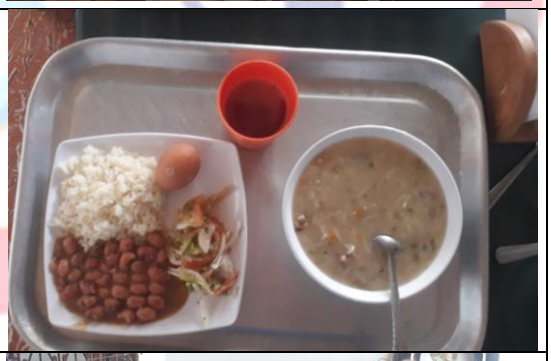

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




03 DE DICIEMBRE







Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




04 DE DICIEMBRE








05 DE DICIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6











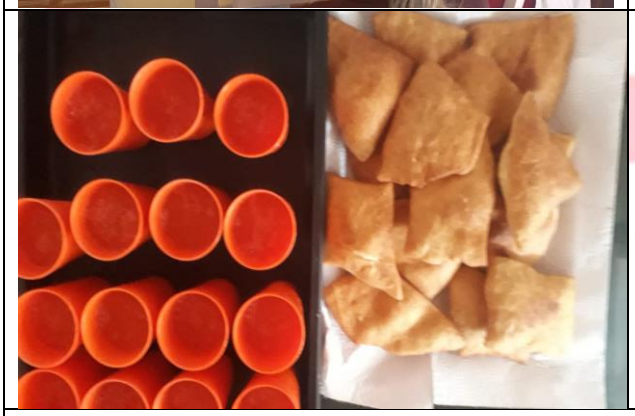
09 DE DICIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










10 DE DICIEMBRE

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6










11 DE DICIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6











12 DE DICIEMBRE

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6









Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




15 DE DICIEMBRE






Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6





CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 1				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
				Chocolate
				Galletas
ALMUERZO				
				Sopa de Arroz
				Carne Molida
				Pastas
				Papa con perejil
				Rodajas de Tomate
				Jugo de Guayaba
REFRIGERIO DE LA TARDE				
				Agua de Panela
				Arepa Promasa

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Corre

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 2				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
Chocolate	Café en Leche	Maicena	Chocolate	Café en Leche
Fritas	Arepa Trigo	Galletas de Sal	Pan	Arepa Promasa
ALMUERZO				
Cuchuco de Cebada	Sopa de Pastas	Cuchuco de Maíz	Sopa de Avena	Sopa de Pinto
Croquetas	Huevo	Pollo	Hígado Encebollado	Cerdo
Arroz	Arroz Zanahoria	Pastas	Arroz Perejil	Arroz Cabello de Ángel
Yuca	Frijol	Criollas	Papa	Tajadas
Ensalada de Pepino	Ensalada de lechuga	Ensalada Rusa	Ensalada Tomate y Cebolla	Ensalada Dulce
Limonada	Jugo de Guayaba	Jugo de Tomate	Jugo de Mora	Limonada
REFRIGERIO DE LA TARDE				
Colada	Aromática	Café	Aromática	Yogurt
Galletas	Galletas	Arepa Promasa	Arepa Corrida	Galleta Waffer

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Corre

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 3				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
	Café en leche	maicena	Aguade panela en leche	salpicón
	Arepa promasa	pan	Arepa trigo	
ALMUERZO				
	Ruyas maíz	Cuchuco trigo	Crema mazorca	Mute peto
	Mondongo	Huevo frito	Pollo	Carne molida
	Arroz Banco	Arroz con zanahoria	pasta	Arroz blanco
	yuca	lentejas	Papa perejil	tajadas
	Ensalada de repollo y zanahoria	Ensalada de lechuga tomate	Tomate en rodajas	Ensalada de acelgas
	Jugo de Mora	Jugo de Papaya	limonada	Jugo de guayaba
REFRIGERIO DE LA TARDE				
	Agua de panela	Aromática	Chocolate	Gelatina
	Ducales	Fritas	Galletas de leche	Waffer

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 4				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
Café con Leche	Chocolate	Agua de Panela	Café con Leche	Avena
Galletas	Fritas	Arepa Promasa	Arepa de Trigo	Galletas
ALMUERZO				
Sopa Avena	Sopa de Pastas	Cuchuco de Maíz	Ruyas de Trigo	Sopa de Arroz
Ensalada Rusa	Gulasch	Huevo Frito	Pollo	Atún
Arroz	Arroz Fideo	Arroz con Perejil	Arroz con Pimentón	Pastas
Tajadas	Papa	Garbanzo	Plátano Cocido	Papa Criolla
	Ensalada de Pepino	Ensalada de Repollo, Cebolla y Zanahoria	Ensalada Dulce	Rodajas de Tomate
Limonada	Jugo de Guayaba	Jugo de Mora	Jugo de Maracuyá	Jugo de Tomate Árbol
REFRIGERIO DE LA TARDE				
Agua de Panela	Aromáticas	Chocolate	Colada Frita	Bocadillo
Walfes	Tostadas	Galletas	Galletas de Leche	Cuajada

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 5				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
	Chocolate	Colada 7 granos	Café en Leche	Agua de panela
	Pan	Arepa de Maíz	Fritas	Galletas
ALMUERZO				
	Cuchuco de Cebada	Sopa de Arroz	Sopa de Pinto	Sopa de Avena
	Albóndigas	Pollo	Chanfaina	huevo
	Arroz de Palito	pastas	Arroz Blanco	Arroz con Zanahoria
	Papa salada	Plátano cocido	Yuca	lentejas
	Ensalada Campesina	Rodajas de tomate	Ensalada de lechuda tomate ,cebolla y aderezo	Ensalada de pepino
	Jugo de mora	Jugo de tomate	Jugo de piña	Jugo de Maracuyá
REFRIGERIO DE LA TARDE				
	Fruta picada	Agua de Panela	Chocolate	Gelatina
	Galletas	Pan	Waffles	Galletas

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 6				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
Chocolate	Café en leche	Colada	Avena	Salpicón
Arepa trigo	Arepa de Maíz	Pan	Galletas	Galletas
ALMUERZO				
Sopa de Pastas	Cuchuco de trigo	Sopa de arroz	Sopa de avena	SANCOCHO
Pollo	Huevo	Carne en Gulasch	Mondongo	
Arroz Pimento	Arroz	Pastas	Arroz	
Papa	Garbanzo	Plátano cocido	Papa rayada	
Ensalada Espinaca	Ensalada Campesina	Ensalada de Tomate	Ensalada Zanahoria y Repollo	SANCOCHO
Guayaba	Mora	Mango	Papaya	
REFRIGERIO DE LA TARDE				
Agua de panela	Aromática	Ensalada de frutas	Queso	Mantecada
Galletas	Sándwich	Waffer	Bocadillo	Gaseosa

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 7				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
Chocolate	Maicena	Café en leche	Colada 7 Granos	Café en leche
Arepa trigo	Galletas	Fritas	Galletas	Pan
ALMUERZO				
Cuchuco de maíz	Sopa de Pastas	Ruyas de Maíz	Sopa de Arroz	Sopa de pastas
Pollo	Hígado encebollado	Atún	Pollo	Huevo
Arroz	Arroz de palito	Arroz	Pastas	Arroz
Papa perejil	Criollas	Yuca	Plátano cocido	Garbanzos
Ensalada de Campesina	Ensalada de repollo y zanahoria	Ensalada Rusa	Ensalada de Espinacas	Ensalada de lechuga
Limonada	Guayaba	Piña	Durazno	Mango
REFRIGERIO DE LA TARDE				
Agua de panela	Aromática	Aromática	Agua de panela	Yogurt
Galletas	Arepa	Palomitas	Arepa	Waffer

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

SEMANA Nro. 8				
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
REFRIGERIO DE LA MAÑANA				
	Café en leche	colada	Chocolate	Jugo
	galletas	Galletas de sal	Arepa de trigo	Empanada
ALMUERZO				
	Sopa de pinto	Sopa de pasta	Cuchuco de maíz	
	Huevos	Carne en Gulasch	Arroz Con Pollo	Pollo
	Arroz con lentejas	Arroz de Palito	Papa criolla	Ensalada agridulce
	papas	Tajadas	Ensalada	Puré de papa
	Ensalada lechuga	Yuca		Pan de orégano
	Jugo de maracuyá	Jugo de Guayaba	Jugo de de mora	Jugo de fresa
REFRIGERIO DE LA TARDE				
	Jugo de papaya	Aromática	Gelatina	Poni malta
	fritas	Arepa de promasa	Galletas	Mantecada

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

CENTRO VIDA MUNICIPIO DE MALAGA

MINUTA PARA CONSUMO EN SITIO

LUNES	MARTES	SEMANA No. 3 MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		DESAYUNO DE LA MAÑANA		
Chocolate				
Arepa de Trigo				
		ALMUERZO		
Sopa de avena				
Pollo				
Pastas				
Patacón				
Ensalada				
Limonada				
		DESAYUNO DE LA TARDE		
Jugo de Maracuyá				
Galletas				

Elaborado por

SANDRA CONSUELO PENAGOS GONZÁLEZ
Tarj. Prof. 3779/99
C.C. 28124777 Enciso
Cel 3103187243, Correo spenagosgh@gmail.com

Powered by CamScanner

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

INFORME DE ACTIVIDADES DE ENFERMERIA
MYLENA ALVARADO BORRERO ENFERMERA



ENFERMERA
MYLENA ALVARADO BORRERO

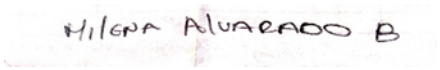
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRATO DE PRESTACION DE CONVENIO No 318 DE 2025

2.2 SERVICIO DE ATENCION EN SALUD - ENFERMERIA					
#	OBLIGACIÓN	PRODUCTO	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1	Prestación de servicios como auxiliar de enfermería en el apoyo a la labor del programa del adulto mayor	-Brindar atención en salud básica a los adultos mayores, y darles charlas a los usuarios del centro vida Corpocoldes	- Se realizo unas charlas de la importancia del aseo personal y la importancia de asistir al centro para que realicen las actividades que se brindan. -Toma de tensión, oximetría y glucometría.	3 166	MEDIO MAGNETICO
2	Planificar durante el convenio las actividades a realizar.	Se realizan charlas al adulto mayor, sobre temas muy importantes para su salud.	• Se les dio a conocer las enfermedades respiratorias. • Charla del tema de la enfermedad salud metal en los adultos mayores. • Charla sobre el cáncer y las prevenciones sobre la enfermedad. • Charla sobre la concentración y la mentalidad que hay en ellos y se les hizo un juego para la memorizar. • Charla sobre la tuberculosis y explicación como prevenirla. • Celebración y charla sobre le Halloween	1 1 1 1 1	MEDIO MAGNETICO
		Visitas domiciliarias a los adultos mayores incapacitados	• Se realizo visitas domiciliarias en compañía con psicología y profesor de deporte.	4	
		Se realiza cambio de carpetas de los usuarios	• Llenar carpetas a nuevos usuarios y actualizando antiguos del platin • Se hizo encuentro intergeneracional	83 1	

3	Mantener aseado, ordenado y responder por el inventario que se encuentra en el consultorio	*Se mantiene el consultorio limpio y con los equipos funcionando.	Desinfección y limpieza de cada uno de los equipos en enfermería	6	MEDIO MAGNETICO
4	Actividad de corte de cabello y manicure y se hace el santo rosario con los adultos mayores.	*Se realiza corte cabello a los adultos * Se realizo limpieza y arreglo de uñas hombres y mujeres * Se realiza el santo rosario todos los días antes del almuerzo. Y tambien se realizo la novena de agüinados.	• Corte de cabello. • Manicure • Se realiza el rosario.	5 8 30	MEDIO MAGNETICO
6	Realizar el informe de actividades y hacerlo llegar a la oficina administrativa en el tiempo pactado.	Se realiza entrega de informe de actividades a la oficina administrativa con debidos soportes	• Se realiza entrega de informe	1	MEDIO MAGNETICO
7	Mantener aseado, ordenado y responder por el inventario que se encuentra en el consultorio	*Se mantiene el consultorio limpio y con los equipos funcionando.	• Desinfección y limpieza de cada uno de los equipos en enfermería	1	MEDIO MAGNETICO

CONTRATISTA
Mylena Alvarado Borrero



FIRMA
CÉDULA 28.076.941 Concepción Santander

TOMA DE SIGNOS VITALES Y CONTROL DE PESO.

De forma periódica se realiza toma y control de signos vitales, con las técnicas y equipos orientados por el ministerio de Salud y la OMS.
Se realizo medición de presión Arterial, toma de frecuencia cardiaca, monitoreo y medición de la saturación de oxígeno, frecuencia respiratoria; con el fin de valorar las funciones esenciales del cuerpo y evaluar el nivel de funcionamiento orgánico en los adultos mayores beneficiarios del CENTRO VIDA CORPOCOLDES.
El programa de prevención y control de la hipertensión arterial en EL CENTRO VIDA CORPOCOLDES forma parte del proceso para mejorar y cuidar la salud como un bien de los adultos mayores beneficiarios.

Se orienta a los adultos mayores sobre los pasos previos que se deben tener en cuenta, antes de la toma de signos vitales, para que estos sean confiables. Este procedimiento se realiza en el consultorio y área de enfermería en condiciones óptimas que no generen estrés emocional y por ende alteración de los signos vitales.
La toma de signos vitales es una herramienta valiosa y confiable como indicador del estado general del adulto mayor.



GLUCOMETRIAS

La diabetes tipo 2 es cada vez más frecuente en la población, especialmente en los adultos mayores de 65 años, la cual sumada a los efectos directos del envejecimiento acelera la progresión de una serie de complicaciones. Por tal motivo es de vital importancia brindar especial atención a este grupo poblacional y realizarles los controles de glucosa a través de glucometría.

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6



OXIMETRIA

La oximetría es una prueba sencilla y no invasiva que mide el nivel de oxígeno en la sangre, específicamente la saturación de oxígeno (SpO_2). Se realiza normalmente con un dispositivo llamado oxímetro de pulso, que se coloca en el dedo, la oreja o en algunos casos en el lóbulo de la nariz.
En el caso de los adultos mayores, su uso es muy importante porque con la edad pueden aparecer enfermedades respiratorias o cardiovasculares que afectan la oxigenación.
Valores normales de oximetría en adultos mayores
95% a 100% → Nivel de oxígeno normal.
90% a 94% → Indica hipoxemia leve (hay que vigilar y consultar).
Menos del 90% → Hipoxemia moderada o grave (requiere atención médica inmediata).
Factores que pueden afectar la medición en adultos mayores
Mala circulación en las extremidades.
Manos frías o uñas pintadas.
Movimientos bruscos.
Enfermedades pulmonares (EPOC, fibrosis pulmonar).
Problemas cardíacos.
Importancia de la oximetría en el adulto mayor
Permite monitorear la evolución de enfermedades respiratorias como EPOC, asma o neumonía.
Ayuda a controlar pacientes con COVID-19, insuficiencia cardíaca o hipertensión pulmonar.
Se utiliza en el hogar para hacer seguimiento y decidir cuándo acudir a urgencias.
👉 Recomendación práctica: en adultos mayores con enfermedades respiratorias o cardíacas, es útil tener un oxímetro en casa para controlar periódicamente la saturación, especialmente si presentan síntomas como dificultad para respirar, cansancio extremo, confusión o coloración azulada en labios o dedos.





Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

APOYO EN ASEO PERSONAL. LA HIGIENE TAMBIEN ES SALUD.

Se trata de mantener el cuerpo limpio y sano. Una buena higiene personal puede hacer que seas menos propenso a las enfermedades. Los hongos y otros que invaden la piel se alojan principalmente en las axilas, entre los muslos y otras zonas del cuerpo donde hay humedad se le habla sobre la importancia el cambio de ropa y baño personal diario. También se realiza limpieza de uñas y corte de cabello.





ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Se realizó una jornada educativa en la que se dio a conocer a los participantes las principales enfermedades respiratorias que afectan a la población adulta mayor. Durante la sesión se explicaron sus síntomas, factores de riesgo, vías de contagio y las medidas de prevención necesarias para reducir complicaciones, promoviendo así el autocuidado y el reconocimiento temprano de signos de alerta.




Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

CHARLA SOBRE SALUD MENTAL

Breve reflexión: “La salud no solo es ausencia de enfermedad, también es bienestar físico, emocional y social”.
Envejecer es un proceso natural, y cuidar la mente es tan importante como cuidar el cuerpo.
Se desarrolló una charla centrada en la importancia de la salud mental en los adultos mayores, abordando temas como depresión, ansiedad, soledad y deterioro cognitivo. Se compartieron herramientas emocionales, actividades terapéuticas y recomendaciones para fortalecer el bienestar psicológico, destacando la relevancia del apoyo familiar, social y comunitario.





CÁNCER Y MÉTODOS DE PREVENCIÓN

Se llevó a cabo una exposición informativa sobre el cáncer, sus tipos más frecuentes y las señales de alarma que requieren atención médica. Se hizo énfasis en la prevención a través de estilos de vida saludables, el control periódico de salud y la detección temprana. La charla buscó incentivar la conciencia sobre el cuidado corporal y la importancia de los exámenes preventivos en el adulto mayor.



CONCENTRACIÓN, MEMORIA Y ACTIVIDAD COGNITIVA

Se ofreció una capacitación enfocada en el fortalecimiento de la memoria, la concentración y las capacidades cognitivas en las personas mayores. Como parte de la actividad, se realizó un juego de estimulación mental que permitió a los participantes ejercitar la atención y recordar información a corto y largo plazo, promoviendo así el mantenimiento de sus funciones cerebrales.

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6




TUBERCULOSIS Y PREVENCIÓN

Se dictó una charla sobre la tuberculosis, durante la cual se explicaron sus causas, formas de transmisión, síntomas y tratamientos. También se socializaron las medidas preventivas más efectivas, incluyendo el uso adecuado del tapabocas, la ventilación de espacios y la importancia de completar el tratamiento médico en caso de diagnóstico, con el fin de evitar complicaciones y contagio en la comunidad.



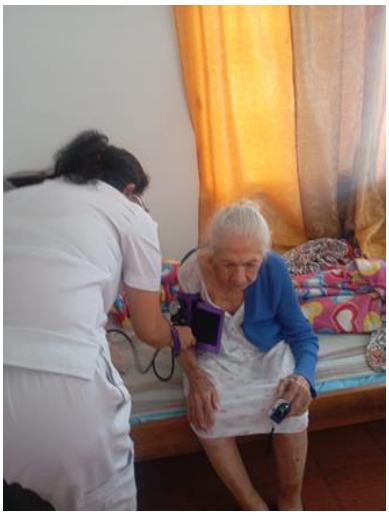

VISITAS DOMICILIARIAS:

A través de las visitas domiciliarias del área de enfermería se aumenta la satisfacción del anciano, la calidad de los cuidados, detecta posibles problemas en el hogar y reduce la sobrecarga del cuidador.

La esperanza de vida se alarga y va acompañada de un aumento de invalidez y dependencia. Las visitas domiciliarias no solo son una necesidad creciente, sino que constituyen una parte importante de la gestión de recursos pues la mayoría de los problemas pueden ser resueltos en el domicilio evitando así hospitalizaciones costosas y muchas veces innecesarias. Las visitas domiciliarias constituyen una necesidad para los adultos muy mayores con discapacidades para el desplazamiento.

Desde el área de Enfermería del CENTRO VIDA CORPOCOLDES, se realizaron visitas domiciliarias a los adultos mayores usuarios de esta institución, quienes fueron identificados con diferentes discapacidades y se hace necesario realizarles valoración en su domicilio.





CELEBRACIÓN Y CHARLA SOBRE HALLOWEEN

Se realizó una actividad con motivo de la celebración de Halloween, en la cual se desarrolló una charla orientada a promover el sentido de integración, recreación y bienestar entre los asistentes. Durante la jornada se compartió información sobre el origen de la festividad, su significado cultural y la importancia de mantener espacios saludables y seguros durante estas celebraciones. La actividad estuvo acompañada de dinámicas lúdicas que fomentaron la participación activa y el disfrute colectivo.





ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

Se llevó a cabo un encuentro intergeneracional que permitió la interacción entre niños, jóvenes y adultos mayores, fortaleciendo los vínculos afectivos y sociales entre diferentes edades. La jornada se basó en el intercambio de experiencias, saberes y relatos de vida, generando un espacio enriquecedor que promovió el respeto, la convivencia y el reconocimiento del adulto mayor como portador de conocimiento cultural y memoria histórica.

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6






NOVENA DE AGUINALDOS

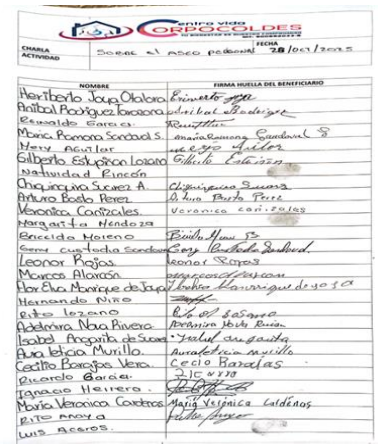
Se realizó la tradicional Novena de Aguinaldos como espacio de integración espiritual, cultural y social con los adultos mayores. Durante la actividad se llevaron a cabo lecturas, oraciones y cantos propios de esta celebración navideña, fomentando la unión, el respeto, la fe y la convivencia entre los participantes. La jornada estuvo acompañada de actividades recreativas y momentos de compartir, generando un ambiente de alegría, reflexión y fortalecimiento de los lazos comunitarios.

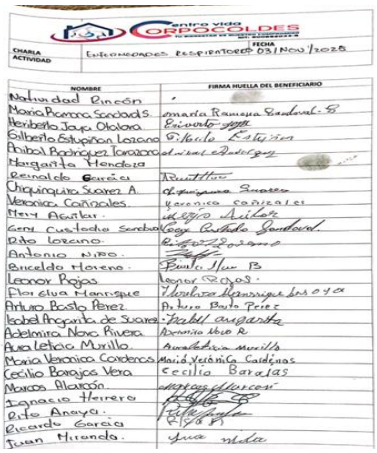


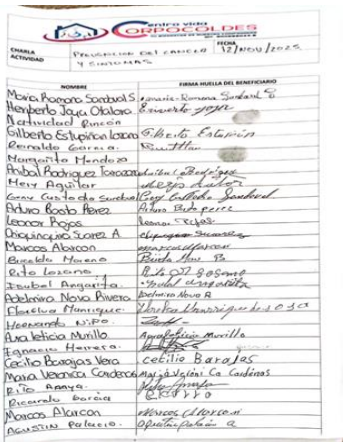


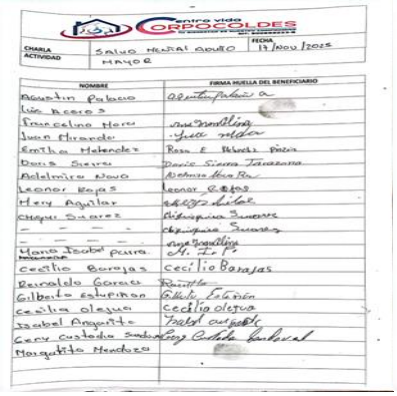
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

PLANILLAS DE FIRMAS DE CHARLAS Y TOMA DE SIGNO VITALES

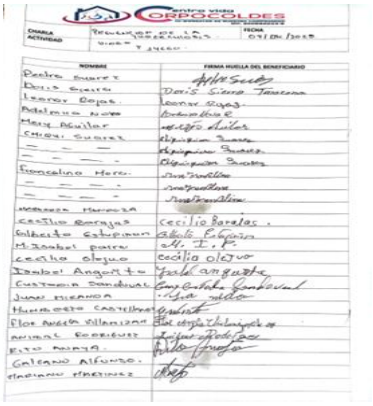
















Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

LUGAR DE TRABAJO LIMPIO Y ORGANIZADO




ACTUALIZACION DE HC Y ARCHIVO

Se realiza con el fin de mantener al día las novedades de Enfermería, Deporte, psicológicas y Nutricionista de cada adulto mayor perteneciente al centro vida de acuerdo con las intervenciones realizadas y de esta manera poder brindarles una atención adecuada en el momento que lo requieren y actualización del platin.




Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Informe de actividades

Psicología



PSYCHOLOGY

Florelba Quirós Puentes

Psicóloga

24 de octubre – 15 de diciembre del 2025

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA					
N	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	CANTIDAD	EVIDENCIA
TEMA: Afrontamiento del envejecimiento: Aceptación de los cambios físicos y sociales y desarrollo de técnicas de adaptación.					
1	adinámica de Cohesión: "La Máquina de Escribir Humana". psicoeducación/Conversatorio: Técnicas de afrontamiento para la aceptación del envejecimiento.	Promover la cohesión grupal y facilitar la identificación y el uso de técnicas de afrontamiento positivas que permitan al adulto mayor aceptar y adaptarse de manera saludable a los cambios físicos, cognitivos y sociales inherentes al proceso de envejecimiento.	Parte Lúdica/Cohesión: La Máquina de Escribir Humana Instrucción: Se pide a los participantes formar una fila. Se les explica que cada persona representa una parte de una máquina de escribir muy divertida y coordinada. 2. Parte Psicoeducativa: Conversatorio sobre Técnicas de Afrontamiento Introducción: El facilitador hace la transición, mencionando cómo, al igual que la "máquina", la vida en el envejecimiento requiere ajustes y nuevas formas de "funcionar" (afrontamiento). Cierre: Se invito a los adultos mayores a compartir una estrategia de afrontamiento personal que les haya funcionado bien hasta ahora, reforzando la idea de que ya poseen recursos internos valiosos.	40	Se anexa evidencia fotográfica
TEMA: Estrategias de Regulación Emocional del Estrés en el Adulto Mayor					
2	Actividad: Taller Práctico "Mi Caja de Herramientas para la Calma"	Aprender y practicar estrategias cognitivas y conductuales de regulación emocional, con énfasis en aquellas que promueven la adaptación y el bienestar	Activación Conductual Positiva: Planificar deliberadamente actividades que generen placer o un sentido de logro (socializar, hobbies, ejercicio suave). Técnica de Respiración Diafragmática: Se realiza una práctica guiada de 3 minutos, enfatizando cómo la respiración lenta y profunda activa el	40	Se anexa evidencia fotográfica

		psicológico a largo plazo.	sistema nervioso parasimpático (la "respuesta de relajación"). Mindfulness Breve: Enfocarse en una sensación presente (el sabor de un caramelo, el sonido de la sala) para desviar la atención del pensamiento rumiante.		
TEMA: El deterioro cognitivo en el adulto mayor nos puede generar diferentes enfermedades como la perdida de la memoria, por eso es fundamental estimular la memoria para que adulto mayor pueda valerse por si mismo					
3	Estimulación cognitiva	Reducir el ritmo de deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento para mantener su independencia y autonomía en la vida diaria.	actividad de Memoria y Colores Participantes: Adultos mayores. Material: Hojas de colores. Mecánica: Observar el orden de las hojas de colores dispuestas en la mesa. Darse la vuelta. Adivinar o recordar el orden correcto de los colores.	40	Anexo evidencia fotográfica
TEMA: Salud y estilo de vida (higiene del sueño, hábitos saludables)					
4	Rompecabezas Sobre hábitos alimenticios e higiene del sueño.	Analizar los factores psicológicos que influyen en la higiene del sueño y hábitos alimenticios en los adultos mayores para proponer estrategias de intervención que promuevan un descanso reparador y mejoren su calidad de vida.	Los adultos mayores, organizados en grupos de cuatro, participaron en una actividad de armado de rompecabezas temáticos. Los temas de los rompecabezas estaban enfocados en reforzar la importancia de los hábitos alimenticios saludables y la higiene del sueño.	40	Anexo evidencia fotográfica

TEMA: Manejo del Estrés y Técnicas de Afrontamiento					
5	**Dinámica palillos con vasos.** **Conversatorio** **Juicio Situacional**	**Desarrollar y aplicar estrategias efectivas de manejo de estrés y técnicas de afrontamiento adaptativas para reducir los niveles de ansiedad y mejorar el bienestar emocional y físico general.**	**cada adulto mayor sostiene un palito (o pajita/popote) con la boca. Usando solo el palillo, deben recoger o sostener el borde de un vaso desechable.** **Desarrollo: El primer participante le pasa el vaso sostenido por su palillo al palillo del siguiente participante, y así sucesivamente hasta que el vaso llega al final del recorrido (o la línea de meta).** **A través de ejemplos y casos simulados (juicio situacional), se ayuda a los participantes a nombrar qué les causa tensión en su vida diaria.** **Técnicas de Afrontamiento Clave: Se presentan y practican estrategias sencillas y adaptadas**	**40**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: Habilidades Sociales y Comunicación: Desarrollo de la comunicación asertiva y entrenamiento en habilidades sociales.					
6	**Tarjetas con situaciones sociales comunes (escenarios**	**Diferenciar y practicar la comunicación asertiva en contraste con los estilos pasivo y agresivo.**	**e divide al grupo en parejas o tríos (si el grupo es grande).** **Cada pareja o trío recibe una tarjeta con una situación social que requiera una respuesta.** **Ejemplos de situaciones:** **Un familiar te visita sin avisar y a una hora inconveniente.** **Un vecino hace ruido hasta**	**40**	**Evidencia fotográfica**

			tarde y te impide dormir. Un amigo o familiar te pide prestado dinero sabiendo que tienes un presupuesto limitado. Pueta en común y reflexión		
TEMA: muchos de los adultos mayores con diferentes problemas de movilidad o discapacidad, los cuales se encuentran es sus domicilios, a estos realizamos diferentes visitas para saber en qué condiciones físicas, emocionales y mentales se encuentran, escuchándolos y brindándoles atención psicológica.					
7	Visitas domiciliarias	Brindar atención psicología a los adultos domiciliarios	Se realiza una prueba psicológica para reconocer el estado de su salud emocional y mental, además de escuchar atentamente vivencias, problemas y afectaciones, cambiando su entorno y reconociendo lo importantes que son para nosotros como centro vida.	4	Evidencia fotográfica
TEMA: Residencia y envejecimiento					
8	- Nombre de la dinámica: "El Sonido del Animal" o "Búsqueda de la Manada".	El objetivo es promover un envejecimiento satisfactorio y saludable (o "envejecimiento exitoso") al permitir que el adulto mayor:	ada adulto saca un papel con un animal escrito. Deben imitar el sonido o movimiento característico de ese animal. El objetivo es encontrar a los otros participantes que tengan el mismo animal, usando únicamente la imitación (sin hablar). La dinámica finaliza cuando todos los grupos de animales (las "manadas") están formados. Taller: "Mi Galería de Logros y Superaciones" Esta actividad se enfoca en el	40	Evidencia fotográfica

			reconocimiento de la propia trayectoria de vida como fuente de resiliencia.		
TEMA: Las hierbas aromáticas un estimulo para los sentidos					
9	**Taller Sensorial y Poético: "La Herencia de Nuestros Aromas" Dirigido por Psicóloga del Centro Vida** **Bibliotecario Municipal** **Lic. Jeanet**	**Fomentar la conexión emocional, la memoria sensorial y la expresión creativa en los adultos mayores, utilizando el poder evocador de las plantas aromáticas y la poesía.**	**Momento de Conexión y Bienestar (Meditación)** **La actividad se inició con un espacio de relajación profunda, dirigido por la Lic. Jeanet. Se llevó a cabo una meditación guiada diseñada para centrar la atención, calmar la mente y abrir los sentidos, preparando a los participantes para la experiencia sensorial.** **2. Exploración Sensorial y Compartir de Saberes (Las Aromáticas)** **A continuación, se le entregó a cada adulto mayor una hierba aromática diferente (por ejemplo, menta, romero, albahaca, etc.).** **Se les invitó a realizar un ejercicio de exploración multisensorial:** **Olerla: Identificar su fragancia.** **Sentirla/Palparla: Describir su textura (suave, áspera, cerosa).** **Describirla: Mencionar su color, forma y características.** **Posteriormente, se promovió una conversación donde cada participante, si conocía la planta, compartía su nombre y sus propiedades tradicionales o usos en la cocina/medicina**	**40**	**Evidencia fotográfica**

			natural, conectando el aroma con sus recuerdos y saberes ancestrales. **3. Creación de un Herbario Personal (Arte y Memoria)** **Como paso siguiente, se facilitó a cada adulto mayor una hoja en blanco para crear su "herbario personal". Las hierbas aromáticas exploradas fueron pegadas cuidadosamente en la hoja, sirviendo como un registro tangible de la experiencia sensorial.** **4. La Palabra y la Emoción (Poesía)** **En un momento central de la actividad, el Bibliotecario Municipal tomó la palabra. Declamó un poema cuya temática estaba directamente relacionada con la naturaleza, los aromas, el paso del tiempo o la memoria, vinculando así la experiencia sensorial con la belleza de la expresión literaria.**		
TEMA: Sabiduría del Corazón: Redescubriendo y Gestionando mis Emociones en la Madurez.					
10	**Taller de Emociones y Afrontamiento (Adultos Mayores)**	**Lograr que los participantes reconozcan, comprendan y acepten la complejidad de su paisaje emocional en la etapa de la madurez, desarrollando estrategias prácticas y profundas basadas en la inteligencia emocional y la autocompasión**	**desarrollo Sintético** **Selección y Parejas: Cada participante toma un papel con una emoción de la mesa. Se forman parejas.** **Juego de Reacción ("Robo"):** **La psicóloga da instrucciones de movimiento de manos (ej. "mano arriba", "mano abajo").** **Una mano sostiene el papel y la otra se mueve.**	**40**	**Evidencia fotográfica**

		para gestionar sus sentimientos con mayor sabiduría, equilibrio y paz interior.	**Cuando se dice "ROBO", deben arrebatarle el papel al compañero.** **Análisis Individual: La persona que se queda con el papel al final explica:** **Cómo maneja la emoción plasmada en el papel.** **Si es una emoción negativa, cuál es su técnica de des escalamiento (calmante).** **Plenaria y Reflexión: Se comparten las experiencias y técnicas de todos. La sesión concluye con una reflexión grupal sobre las técnicas de afrontamiento y el refuerzo emocional.**		

TEMA: valoración con modelo PLATIN el adulto mayor					
11	**Valoración psicológica individual a los adultos mayores**	**Realizar seguimiento y orientación psicológica personalizada en los adultos mayores.**	**Se aplicaron pruebas para evaluar funciones cognitivas y emocionales como: de la figura humana con el cual el adulto nos puede dar a conocer su entorno afectivo y su estado emocional, además de reconocer el estado mental del adulto mayor, estas valoraciones son individuales y nos ayudan a mejorar la calidad de vida del adulto mayor al reconocer un problema y buscar su pronta solución diseñando diferentes intervenciones psicológicas.**	**14**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: Tejiendo Vínculos de Oro: La Relevancia de las Redes de Apoyo					
12	**Dinámica: "Mi Arepa Está Rellena..." y Reflexión "No Estoy Solo"**	**Fomentar y fortalecer la comprensión y el uso activo de las redes de apoyo sociales y comunitarias en los adultos mayores participantes, para mejorar su calidad de vida, promover un envejecimiento activo y prevenir el aislamiento social, reconociendo y valorando el papel crucial que estos vínculos desempeñan en su bienestar emocional, físico y cognitivo.**	**Actividad Lúdica: Agilidad Verbal y Motriz** **Los adultos mayores, sentados, se pasaron una pelota por debajo de las rodillas de forma alternada, diciendo en voz alta: "Mi arepa está rellena de [Relleno]". El objetivo fue la coordinación motriz y la agilidad mental, sin repetir los rellenos.** **Plenaria: La Importancia del "No Estoy Solo"** **Al finalizar, se abrió un espacio de reflexión sobre el papel de la familia, amigos y la comunidad en los momentos difíciles. Se invitó a los participantes a responder la pregunta clave: "¿Quién ha sido mi gran apoyo en la vida?", destacando la relevancia de la red de soporte en la vejez.**	**40**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: Tu Mente, Tu Tesoro: Cuidar para Disfrutar la Edad Dorada.					

13	**Dinámica para: fomentar la coordinación, el equilibrio, y la interacción social de forma lúdica.** **Conversatorio sobre: Tu Mente, Tu Tesoro: Cuidar para Disfrutar la Edad Dorada**	**Promover la conciencia y la adopción de prácticas activas y positivas para el mantenimiento de la salud cognitiva y el bienestar emocional en la etapa de la vejez, asegurando una "Edad Dorada" plena, satisfactoria y con la mayor autonomía posible.**	**Una caja pequeña, 4 vasos (en pirámide sobre la caja), 1 pelota de ping-pong (en la copa de la pirámide).** **Dinámica:** **Cada participante pasa el material a su compañero.** **Deben hacerlo bailando y sin que se caiga la estructura (vasos y ping-pong)** **Conversatorio Este conversatorio se realizó como un espacio cálido, interactivo y participativo donde los adultos mayores puedan explorar la importancia de la salud mental y cognitiva como el activo más valioso para una vejez plena y satisfactoria.**	**40**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: "Renacer en la Naturaleza: Un Día de Paz y Bienestar en Eco Finca Manaría"					
14	**Copla para el Paseo a la finca Manaría**	**ofrecer a los adultos mayores una experiencia enriquecedora, combinando la tranquilidad del entorno natural con actividades que promueven la salud f Objetivo (Síntesis): Motivar la participación, fomentar la cohesión grupal y generar un estado de ánimo positivo desde el inicio del paseo, utilizando un formato culturalmente familiar y lúdico. física y mental.**	**: Introducir la copla como un himno de paseo, animar a la repetición y al aplauso, y usarla como rompehielos para facilitar la interacción y el disfrute.**	**40**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: valoración con modelo PLATIN el adulto mayor					

15	**Valoración psicológica individual a los adultos mayores**	**Realizar seguimiento y orientación psicológica personalizada en los adultos mayores.**	**Se aplicaron pruebas para evaluar funciones cognitivas y emocionales como: de la figura humana con el cual el adulto nos puede dar a conocer su entorno afectivo y su estado emocional, además de reconocer el estado mental del adulto mayor, estas valoraciones son individuales y nos ayudan a mejorar la calidad de vida del adulto mayor al reconocer un problema y buscar su pronta solución diseñando diferentes intervenciones psicológicas.**		**Evidencia fotográfica**
TEMA: " Firmamento de la Concentración: Dirigiendo la Armonía Grupal"					
16	**Actividad: Desplazamiento de la Estrellita**	**Fomentar la cohesión grupal y la asunción de responsabilidad individual (dejar de culpar al compañero) mediante el desarrollo de la atención sostenida, la concentración espacial y la rapidez de respuesta, practicando la escucha activa y la rigurosa ejecución de instrucciones verbales.**	**Desarrollo de la Actividad Disposición Inicial: Los participantes se colocan en un círculo.** **Entrega del Material: A cada adulto se le entrega una estrella de papel (o un objeto pequeño similar).** **Instrucciones de Movimiento: La persona que dirige la actividad (Psicólogo/a) emite comandos verbales de forma rápida e inesperada, indicando la dirección en la que deben pasar el objeto:** **"Izquierda": Pasan la estrellita a su compañero de la izquierda.** **"Derecha": Pasan la estrellita a su compañero de la derecha.** **"Estatua" / "Stop": Deben detener todo movimiento inmediatamente y mantener el objeto.** **La actividad continúa aumentando la velocidad de los comandos para incrementar el desafío cognitivo.**	**40**	**Evidencia Fotográfica**

TEMA: "Mi Historia, Mi Tesoro: Redescubriendo el Valor Propio"					
17	**Rompecabezas del Bienestar La actividad consiste en que los adultos mayores armen rompecabezas por mesa. Las piezas forman frases clave relacionadas con el autocuidado, el amor propio y la dimensión espiritual.**	**Fomentar la cohesión de grupo y promover la reflexión sobre el autocuidado y el amor propio al completar colaborativamente el "Rompecabezas del Bienestar" en un ambiente limpio y de respeto mutuo.**	**Elemento Función Psicoeducativa Armar el Rompecabezas Representa el esfuerzo activo y consciente necesario para integrar las diversas dimensiones del bienestar en la vida diaria. Fomenta la motivación y el sentido de logro. Las Piezas Cada pieza es una unidad de información o un concepto. El proceso de encajar fomenta el procesamiento cognitivo (memoria, lógica, atención) en la tarea de aprender. Las Frases Clave Son el contenido psicoeducativo explícito. Al leerse y armarse, se convierten en afirmaciones de empoderamiento y recordatorios de prácticas de bienestar (ej: "Mi valor no disminuye con la edad", "Cuidar mi cuerpo es un acto de amor"). Trabajo en Mesa (Grupo)Fomenta el aprendizaje social y la validación. Los participantes discuten, comparten estrategias y refuerzan mutuamente los conceptos (ej: "¿Qué significa para ti esta frase?").**	**40**	**Evidencia fotográfica**
TEMA: Corazón de Cualidades y Rayas: Concentración Visuoespacial"					
18	***Cara y sello corporal *llenar un corazón con su cualidad y llenarlo con linear dirigidas**	**Fomentar en el adulto mayor la conexión entre la experiencia corporal y la identidad personal, promoviendo la validación de sus cualidades y reforzando la conciencia de sus recursos internos como base para el**	***Psicoeducación: Juego de "Cara o Sello" (Síntesis Corta) Esta actividad es un ejercicio dinámico y lúdico diseñado para promover la interacción social, la atención y la velocidad de respuesta en adultos mayores, utilizando el movimiento como vehículo. Los participantes deben escuchar activamente el comando ("Cara" o "Sello") para ejecutar rápidamente la**	**40**	**Evidencia fotográfica**

		bienestar emocional.	**acción física correspondiente (manos con mano o espalda con espalda). El cambio de comando fuerza un cambio de pareja, garantizando la interacción con múltiples personas del grupo.** **Síntesis Corta: Es un juego de movimiento e interacción rápida basado en comandos verbales, que estimula la socialización y la atención-concentración al requerir que los adultos mayores cambien de postura y de pareja constantemente al escuchar las palabras clave.** ***La actividad consistió en una expresión creativa y reflexiva donde los adultos mayores:** **Reflexionaron y escribieron sus cualidades dentro de un corazón de papel.** **Decoraron y personalizaron el corazón utilizando diferentes tipos de líneas dirigidas (curvas, paralelas, interrumpidas), lo que sirvió como un ejercicio de motricidad fina y concentración.** **En esencia, fue un ejercicio que combinó la autoafirmación positiva (escribir cualidades) con la estimulación cognitiva y manual (dibujar líneas).**		
TEMA: Mente Ágil, Cuerpo Coordinado: El Poder de Jugar Juntos"					
19	**Coordinación de Vaso y Bomba: El Reto de Equilibrio** **Esta actividad, pensada para adultos mayores, fomenta la**	**Mejora de la Coordinación: Exige una coordinación dual (mano-ojo con la bomba y mano-mano con el vaso).** **Reacción y Agilidad Mental: El tiempo**	**El objetivo es que cada participante del equipo complete el desafío de equilibrio sin que la bomba ni el vaso caigan al suelo, pasándole el turno al siguiente compañero.** **Inicio y Preparación:**	**40**	**Evidencia fotográfica**

	coordinación óculo-manual, la concentración, la motricidad fina y el trabajo en equipo, todo mientras se realiza un movimiento suave pero preciso.	**limitado (antes de que caiga la bomba) obliga a tomar decisiones rápidas.** **Fortalecimiento Muscular Suave: El movimiento repetitivo de elevar los brazos y golpear la bomba es un ejercicio de bajo impacto.** **Fomento Social: La competencia sana y el apoyo dentro del equipo aumentan la interacción social.**	**Al sonido de la señal, el primer participante de cada equipo toma un vaso (boca arriba) y una bomba inflada.** **El vaso se coloca boca arriba sobre la mesa.** **El Reto de la Elevación:** **El jugador lanza la bomba suavemente al aire.** **Antes de que la bomba caiga, el jugador debe:** **Mover/Elevar el vaso de la mesa, tomándolo por la base.** **Simultáneamente, debe golpear suavemente la bomba hacia arriba para mantenerla en el aire.** **El jugador repite este ciclo (lanzar/golpear bomba y mover/elevar vaso) hasta que haya movido y elevado los vasos una altura o posición previamente acordada (por ejemplo, apilar 3 vasos o mover 3 vasos de un lado a otro).** **Finalización del Turno:** **Una vez que el jugador ha completado la tarea con el vaso (manteniendo la bomba en el aire), coloca el último vaso boca arriba sobre la mesa y recoge la bomba.** **Rápidamente, pasa el vaso y la bomba al siguiente compañero de su equipo, quien inicia el reto.** **Continuación y Ganador:** **El juego continúa hasta que todos los miembros del equipo**		

			han completado exitosamente su turno. **El equipo ganador es el primero en finalizar su rotación completa de manera correcta.**		

Anexos evidencia fotográfica

ACTIVIDAD 1: Afrontamiento del envejecimiento: Aceptación de los cambios físicos y sociales y desarrollo de técnicas de adaptación.









Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 2: Estrategias de Regulación Emocional del Estrés en el Adulto Mayor







ACTIVIDAD 3: el deterioro cognitivo en el adulto mayor nos puede generar diferentes enfermedades como la

perdida de la memoria, por eso es fundamental estimular la memoria para que adulto mayor pueda valerse por sí mismo.





ACTIVIDAD 4: **Salud y estilo de vida (higiene del sueño, hábitos saludables**







Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 5: Manejo del Estrés y Técnicas de Afrontamiento









Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 6: Habilidades Sociales y Comunicación: Desarrollo de la comunicación asertiva y entrenamiento en habilidades sociales.











Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 7: Muchos de los adultos mayores con diferentes problemas de movilidad o discapacidad, los cuales se encuentran es sus domicilios, a estos realizamos diferentes visitas para saber en qué condiciones físicas, emocionales y mentales se encuentran, escuchándolos y brindándoles atención psicológica.












ACTIVIDAD 8: Resiliencia y envejecimiento









ACTIVIDAD 9: Las hierbas aromáticas un estímulo para los sentidos









ACTIVIDAD 10: Sabiduría del Corazón: Redescubriendo y Gestionando mis Emociones en la Madurez

.







ACTIVIDAD 11: valoración con modelo PLATIN el adulto mayor





ACTIVIDAD: 12 Tejiendo Vínculos de Oro: La Relevancia de las Redes de Apoyo







ACTIVIDAD: 13 Tu Mente, Tu Tesoro: Cuidar para Disfrutar la Edad Dorada.







Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 14







ACTIVIDAD 15

valoración con modelo PLATIN el adulto mayor



Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD 16: " Firmamento de la Concentración: Dirigiendo la Armonía Grupal"





ACTIVIDAD: 17: "Mi Historia, Mi Tesoro: Redescubriendo el Valor Propio







ACTIVIDAD: 18: Corazón de Cualidades y Rayas: Concentración Visuoespacial"







ACTIVIDAD 19: Mente Ágil, Cuerpo Coordinado: El Poder de Jugar Juntos





Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

PLANILLAS DE ACTIVIDADES REALIZADAS.

PLANILLA CONTROL DE ACTIVIDADES

PSICOLOGÍA

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TALLER LUDICO AUTOESTIMA	SESIONES EDUCATIVAS	DESAFIOS COGNITIVOS	ATENCIÓN DOMICILIARIA	ORIENTACION PSICOLOGICA	FIRMAS
1	Aceros Luis Alberto	5684203						
2	Aguilar Espnel Meris	28056706						
3	Alarcon Marcos	13905438						Marcos Alarcon
4	Almeida Leal Pedro Jesus	13.920.125						
5	Anaya Delgado Rito	5,608,318						Rito Anaya
6	Angarita De Suarez Isabel	27.891.599						
7	Balaguera Godoy Celedonia	63390286						
8	Barajas Cardenas Guillermo	13920056						
9	Barajas Vera Cecilio	5.608.253						Cecilio Barajas
10	Blanco Torres Carlos Julio	17528679						
11	Blanco Torres Flor Elda	40535157						
12	Caicedo Poveda Alvaro	5433506						
13	Canizales Veronica	41714856						Veronica canizales
14	Cardenas Suarez Maria Veronica	63.392.356						Maria Veronica Cardenas
15	Castellanos Villamizar Humberto	5681355						
16	Cordero Rincon Alberto	5616260						
17	Correa Herrera Vicente	13.921.139						Vicente Correa H
18	Cruz Rivera Ramiro	5612747						
19	Cuadros Sierra Evelio	1036929						
20	Delgado Coronado Campo Elias	2,173,105						

21	Dimas Rojas Tomas	13922002						
22	Espinel Figueroa Victor Manuel	13'921.510						
23	Esteban Joya Gildardo	13922423						
24	Estupiñan Lozano Gilberto	13.920.243						Gilberto Estupiñan
25	Fandiño Charris Raul Antonio	12,6133747						
26	Galeano Luis Alfonso	13'921.870						
27	Garcia Cuadros Ricardo	5.610.143						
28	Garcia Tarazona Reinaldo	5610518						Reinaldo
29	Gomez Carrillo Pedro Jesus	5'683.534						
30	Gomez Grimaldos Felix Antonio	2,068,174						Felix A Gomez
31	González Báez Rubén	13'920.703						
32	Guierrez Cordon Luz Marina	1096958756						
33	Herrera Correa Angel Ignacio	5,760.178						
34	Herrera Torres Francisco David	91202850						
35	Jaime Pico Juan de Jesus	5736418						Juan de Jesus Jaimes
36	Jaime Suarez Rosa Maria	28,235,787						
37	Joya Otalora Heriberto	5608090						
38	Lopez Jaimes Margarita	28.235.892						
39	Lozada Blanco Raul	91'201.311						
40	Lozano Rito Antonio	13,920,361						
41	Manrique De Joya Flor Elva	28'056.442						
42	Manrique Rodolfo	13,238,585						Rodolfo Manrique

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

43	Martinez Roa Mariano Isidro	13921771						
44	Mayorga de Cuadros Maria Carmelina	28060550						
45	Melendez Pinzon Rosa Emilia	28.387.428						
46	Mendoza Aguiliar Maria Margarita	28057601						
47	Merchan Teresa	28'386.846						
48	Miranda Manrique Juan Bautista	5608117						
49	Mora de Ortiz Ana Francelina	28060287						
50	Moreno De Niño Soledad	28.232.983						
51	Moreno Moreno Ciro Alfonso	13920917						
52	Munevar Celis Luis Eduardo	13468975						
53	Munevar De Moreno Lucila	63390206						
54	Nova Rivera Adelmira	63'390.636						
55	Olejua de Rincon Cecilia	28.056.652						
56	Ortiz Mora Principe	5.608.754						
57	Osorio Fuentes Jesus Maria	13.625.020						
58	Palacio Ardila Agustin	91205195						
59	Palencia Perico Rita	28238374						
60	Palencia Buitrago Nicomedes	23453741						
61	Parra Hernando	13,923,139						
62	Parra suarez Maria Isabel	37.794.498						
63	Prada Alvarado Argilio	5'691.535						
64	Ravelo Flor Elva	3722671						

65	Ravelo Hernadez Luis Alberto	5634937						
66	Reyes Miyriam	28.075.197						
67	Rincon Natividad	28060417						
68	Rodriguez Basto Rodolfo	13920401						
69	Rodriguez Urbinda	28.237.991						
70	Rodriguez Tarazona Anibal	5481621						
71	Sanchez Gonzales Salvador	5.752.788						
72	Sandoval Geny Custodia	37394934						
73	Sandoval Suarez Maria Ramona	41784717						
74	Santamaria Guarin Hermenegildo	2128637						
75	Sierra Tarazona Ana Doris	28075754						
76	Solano Cárdenas Arturo	13'920.900						
77	Suarez Arenales Chiquinquira	28'237.886						
78	Suarez Maria Elena	63'390.474						
79	Suarez Ortiz Pedro	5'683.017						
80	Suarez Pacheco Fidelina	41.586.032						
81	Torres de Moreno Rubiela	63390017						
82	Valbuena Correa Rosalba	23506603						
83	Valderrama Figueria Milton	13234990						
84	Villamizar De Moreno Flor Angela	28239436						

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

PLANILLA CONTROL DE ACTIVIDADES

PSICOLOGÍA

Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TALLER LUDICO AUTOESTIMA	SESIONES EDUCATIVAS	DESAFIOS COGNITIVOS	ATENCIÓN DOMICILIARIA	ORIENTACION PSICOLOGICA	FIRMAS
1	Aceros Luis Alberto	5684203	✓	X	X		X	
2	Aguilar Espnel Meris	28056706						
3	Alarcon Marcos	13905438	✓	X	✓		X	marcos alarcon
4	Almeida Leal Pedro Jesus	13.920.125						
5	Anaya Delgado Rito	5,608,318	+	+	+		+	• Rito Anaya
6	Angarita De Suarez Isabel	27.891.599	X	X	X		X	• Trabajadora
7	Balaguera Godoy Celedonia	63390286						
8	Barajas Cardenas Guillermo	13920056						
9	Barajas Vera Cecilio	5.608.253	X	X	X		X	• cecilio Barajas
10	Blanco Torres Carlos Julio	17528679						
11	Blanco Torres Flor Elda	40535157						
12	Caicedo Poveda Alvaro	5433506						
13	Canizales Veronica	41714856	X	X	X		X	• Veronica cañizales
14	Cardenas Suarez Maria Veronica	63.392.356	+	+	+		+	• Maria Veronica Cardenas
15	Castellanos Villamizar Humberto	5681355						X H Alberto Castellanos
16	Cordero Rincon Alberto	5616260					X	
17	Correa Herrera Vicente	13.921.139	+	X	X		+	X Vicente Correa H
18	Cruz Rivera Ramiro	5612747						
19	Cuadros Sierra Evelio	1036929						
20	Delgado Coronado Campo Elias	2,173,105						

21	Dimas Rojas Tomas	13922002						
22	Espinel Figueroa Victor Manuel	13'921.510						
23	Esteban Joya Gildardo	13922423	✓	X	X		X	X Gilbardo Esteban
24	Estupiñan Lozano Gilberto	13.920.243						
25	Fandiño Charris Raul Antonio	12,6133747						
26	Galeano Luis Alfonso	13'921.870	✓	X	X		X	•
27	Garcia Cuadros Ricardo	5.610.143						•
28	Garcia Tarazona Reinaldo	5610518	X	X	X		X	• Reinaldo
29	Gomez Carrillo Pedro Jesus	5'683.534						•
30	Gomez Grimaldos Felix Antonio	2,068,174	X	X	X		X	X Felix A Gomez
31	González Báez Rubén	13'920.703						
32	Gutierrez Cordon Luz Marina	1096958756						
33	Herrera Correa Angel Ignacio	5,760,178	X	X	X		X	
34	Herrera Torres Francisco David	91202850						
35	Jaime Pico Juan de Jesus	5736418	✓	✓	X		X	Juan de Jesus Jaimes
36	Jaime Suarez Rosa Maria	28,235,787						
37	Joya Otalora Heriberto	5608090						
38	Lopez Jaimes Margarita	28.235.892						
39	Lozada Blanco Raul	91'201.311						
40	Lozano Rito Antonio	13,920,361						
41	Manrique De Joya Flor Elva	28'056.442						
42	Manrique Rodolfo	13,238,585	✓	X	X		X	Rodolfo Manrique

43	Martinez Roa Mariano Isidro	13921771						
44	Mayorga de Cuadros Maria Carmelina	28060550						
45	Melendez Pinzon Rosa Emilia	28.387.428						
46	Mendoza Aguilar Maria Margarita	28057601						
47	Merchan Teresa	28´386.846						
48	Miranda Manrique Juan Bautista	5608117						
49	Mora de Ortiz Ana Francelina	28060287						
50	Moreno De Niño Soledad	28.232.983						
51	Moreno Moreno Ciro Alfonso	13920917						
52	Munevar Celis Luis Eduardo	13468975						
53	Munevar De Moreno Lucila	63390206						
54	Nova Rivera Adelmira	63´390.636						
55	Olejua de Rincon Cecilia	28.056.652						
56	Ortiz Mora Principe	5,608.754						
57	Osorio Fuentes Jesus Maria	13.625.020						
58	Palacio Ardila Agustin	91205195						
59	Palencia Perico Rita	28238374						
60	Palencia Buitrago Nicomedes	23453741						
61	Parra Hernando	13,923,139						
62	Parra suarez Maria Isabel	37.794.498						
63	Prada Alvarado Argilio	5´691.535						
64	Ravelo Flor Elva	3722671						

65	Ravelo Hernadez Luis Alberto	5634937						
66	Reyes Miyriam	28.075.197						
67	Rincon Natividad	28060417						
68	Rodriguez Basto Rodolfo	13920401						
69	Rodriguez Urbinda	28.237.991						
70	Rodriguez Tarazona Anibal	5481621						
71	Sanchez Gonzales Salvador	5.752.788						
72	Sandoval Geny Custodia	37394934						
73	Sandoval Suarez Maria Ramona	41784717						
74	Santamaria Guarin Hermenegildo	2128637						
75	Sierra Tarazona Ana Doris	28075754						
76	Solano Cárdenas Arturo	13´920.900						
77	Suarez Arenales Chiquinquira	28´237.886						
78	Suarez Maria Elena	63´390.474						
79	Suarez Ortiz Pedro	5´683.017						
80	Suarez Pacheco Fidelina	41.586.032						
81	Torres de Moreno Rubiela	63390017						
82	Valbuena Correa Rosalba	23506603						
83	Valderrama Figueria Milton	13234990						
84	Villamizar De Moreno Flor Angela	28239436						

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

PLANILLA CONTROL DE ACTIVIDADES

PSICOLOGÍA

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TALLER LUDICO AUTOESTIMA	SESIONES EDUCATIVAS	DESAFIOS COGNITIVOS	ATENCIÓN DOMICILIARIA	ORIENTACION PSICOLOGICA	FIRMAS
1	Aceros Luis Alberto	5684203	X	X	X		X	
2	Aguilar Espnel Meris	28056706						
3	Alarcon Marcos	13905438	X	X	X		X	Marcos Alarcon
4	Almeida Leal Pedro Jesus	13.920.125						
5	Anaya Delgado Rito	5,608,318	X	X	X		X	
6	Angarita De Suarez Isabel	27.891.599	X	X	X		X	Isabel Angarita
7	Balaguera Godoy Celedonia	63390286						
8	Barajas Cardenas Guillermo	13920056						
9	Barajas Vera Cecilio	5.608.253	X	X	X		X	Cecilio Barajas
10	Blanco Torres Carlos Julio	17528679						
11	Blanco Torres Flor Elda	40535157						
12	Caicedo Poveda Alvaro	5433506						
13	Canizales Veronica	41714856	X	X	X		X	Veronica canizales
14	Cardenas Suarez Maria Veronica	63.392.356						Maria Verónica Cardenas
15	Castellanos Villamizar Humberto	5681355						X
16	Cordero Rincon Alberto	5616260	X	X	X		X	Alberto Cordero
17	Correa Herrera Vicente	13.921.139	X	X	X	X		Vicente Correa
18	Cruz Rivera Ramiro	5612747						
19	Cuadros Sierra Evelio	1036929						
20	Delgado Coronado Campo Elias	2,173,105						
21	Dimas Rojas Tomas	13922002						
22	Espinel Figueroa Victor Manuel	13'921.510						
23	Esteban Joya Gildardo	13922423	X	X	X		X	
24	Estupiñan Lozano Gilberto	13.920.243	X	X	X		X	Gilberto Estupiñan
25	Fandiño Charris Raul Antonio	12,6133747						
26	Galeano Luis Alfonso	13'921.870	X	X	X		X	
27	Garcia Cuadros Ricardo	5.610.143						
28	Garcia Tarazona Reinaldo	5610518	X	X	X		X	Reinaldo
29	Gomez Carrillo Pedro Jesus	5'683.534						
30	Gomez Grimaldos Felix Antonio	2,068,174	X	X	X		X	X Felix A Gomez
31	González Báez Rubén	13'920.703						
32	Guierrez Cordon Luz Marina	1096958756						
33	Herrera Correa Angel Ignacio	5,760,178	X	X	X		X	
34	Herrera Torres Francisco David	91202850	X	X	X		X	
35	Jaime Pico Juan de Jesus	5736418	X	X	X		X	Juan de Jesus Jaimes
36	Jaime Suarez Rosa Maria	28,235,787						
37	Joya Otalora Heriberto	5608090						
38	Lopez Jaimes Margarita	28.235.892						
39	Lozada Blanco Raul	91'201.311						
40	Lozano Rito Antonio	13,920,361						
41	Manrique De Joya Flor Elva	28'056.442						
42	Manrique Rodolfo	13,238,585	X	X	X		X	Rodolfo Manrique

43	Martinez Roa Mariano Isidro	13921771						
44	Mayorga de Cuadros Maria Carmelina	28060550						
45	Melendez Pinzon Rosa Emilia	28.387.428						
46	Mendoza Aguiliar Maria Margarita	28057601						
47	Merchan Teresa	28'386.846						
48	Miranda Manrique Juan Bautista	5608117						
49	Mora de Ortiz Ana Francelina	28060287						
50	Moreno De Niño Soledad	28.232.983						
51	Morero Moreno Ciro Alfonso	13920917						
52	Munevar Celis Luis Eduardo	1346897S						
53	Munevar De Moreno Lucila	63390206						
54	Nova Rivera Adelmira	63'390.636						
55	Olejua de Rincon Cecilia	28.056.652						
56	Ortiz Mora Principe	5,608.754						
57	Osorio Fuentes Jesus Maria	13.625.020						
58	Palacio Ardila Agustin	91205195						
59	Palencia Perico Rita	28238374						
60	Palencia Buitrago Nicomedes	23453741						
61	Parra Hernando	13,923,139						
62	Parra suarez Maria Isabel	37.794.498						
63	Prada Alvarado Argilio	5'691.535						
64	Ravelo Flor Elva	3722671						

65	Ravelo Hernadez Luis Alberto	5634937						
66	Reyes Miyriam	28.075.197						
67	Rincon Natividad	28060417						
68	Rodriguez Basto Rodolfo	13920401						
69	Rodriguez Urbinda	28.237.991						
70	Rodriguez Tarazona Anibal	5481621						
71	Sanchez Gonzales Salvador	5.752.788						
72	Sandoval Geny Custodia	37394934						
73	Sandoval Suarez Maria Ramona	41784717						
74	Santamaria Guarin Hermenegildo	2128637						
75	Sierra Tarazona Ana Doris	28075754						
76	Solano Cárdenas Arturo	13'920.900						
77	Suarez Arenales Chiquinquira	28'237.886						
78	Suarez Maria Elena	63'390.474						
79	Suarez Ortiz Pedro	5'683.017						
80	Suarez Pacheco Fidelina	41.586.032						
81	Torres de Moreno Rubiela	63390017						
82	Valbuena Correa Rosalba	23506603						
83	Valderrama Figueria Milton	13234990						
84	Villamizar De Moreno Flor Angela	28239436						

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

RECREACION Y DEPORTES



Tel cel. 3134664106 / email: corpocoldesmalaga@gmail.com Cra 6c No 2 -36 Málaga Santander

2.4 SERVICIO DE RECREACION Y DEPORTE					
#	OBLIGACION	PRODUCTO	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1	Fomentar la actividad física y el bienestar de los usuarios.	Sesiones de ejercicio físico adaptado.	• Se realizaron sesiones de gimnasia suave durante la semana. • Movilidad articular con apoyo de las sillas. • Movilidad articular son apoyo. • Desplazamiento con apoyo del compañero. • Se realizan ejercicios con la ayuda de bandas de resistencia para dar un fortalecimiento muscular.	21	MEDIO MAGNÉTICO
2	Organizar actividades que vinculen el adulto mayor con el entorno y con la comunidad.	Se realizaron diferentes caminatas como método para la práctica de la actividad física dirigiéndolos a los buenos hábitos de vida saludable y promoviendo la caminata matutina.	• Caminata por la vía a tequia. • Charlas sobre la importancia de caminar todos los días en la prevención de enfermedades.	12	MEDIO MAGNÉTICO
3	Proponer, ejecutar y organizar programas de recreación teniendo en cuenta los intereses, gustos, preferencias y motivación de los adultos mayores, para propiciarles un buen disfrute de las acciones.	Se desarrollaron diferentes actividades lúdico recreativas con el fin de mejorar la salud física y mental de los adultos mayores.	• Actividades recreativas de trabajo en equipo. • Juego individual. • Juegos de atrapar. • Juegos de lanza. • Actividades enfocadas en el desarrollo de la motricidad gruesa. • Vistas domiciliarias.	15	MEDIO MAGNÉTICO

4	Coordinar con las demás áreas del establecimiento las necesidades de materiales para el buen éxito de una actividad.	Se realizaron diferente charla de higienes, posturas del cuerpo, importancia del ejercicio, desarrollo de la motricidad fina y gruesa.	• Charla sobre las diferentes formas de lesionarse y las maneras adecuadas de evitarlo. • Charla sobre la motricidad y su importancia. • Charla sobre la importancia de hacer un buen estiramiento al momento de realizar alguna de las actividades planeadas. • Novenas navideñas.	8	MEDIO MAGNÉTICO
5	Estar siempre atento para que los adultos no monopolicen las situaciones lúdicas, danzas y físicas.	Se intervino en el grupo de danzas con la práctica de diferentes ritmos musicales además de las rumbo terapias, utilizando los ritmos musicales para motivar la movilidad del cuerpo humano.	• Se logra mantener el grupo de danzas, logrando desarrollar y aprendiendo nuevas maneras de baile cultural, como es la cumbia, el torbellino, la carranga y el bambuco. • Se invitan a los demás integrantes del centro vida a pertenecer al grupo de danzas, con la idea de los beneficios de practicar un arte como es la danza.	12	MEDIO MAGNÉTICO
6	Las demás actividades que se le asignen y que sean afines con la naturaleza del contrato.	Se apoyó en diferentes actividades recreativas, deportivas y lúdicas, además del desarrollo	• Se realiza la decoración del salón de modo navideño.	1	MEDIO MAGNÉTICO

		interdisciplinar con otros servicios del centro vida como lo son psicología y enfermería.			
7	Actividades realizadas en compañía de los aprendices del SENA	Se realizan actividades recreativas y de ejercitación muscular y articular para con los adultos mayores.	• Se realizan actividades de estiramiento, calentamiento, rumbo terapias, coordinación y motricidad gruesa.	3	MEDIO MAGNÉTICO
8	Realizar el informe de actividades y hacerlo llegar a la oficina administrativa en el tiempo pactado.	Se realiza entrega de informe de actividades a la oficina administrativa con debidos soportes	• Se realiza el informe	1	MEDIO MAGNÉTICO

CONTRATISTA

FIRMA _____

NOMBRE: MARLOW KEVIN HERNANDEZ VERA

C.C. 1098152089

1. ANEXO 1: Se realizaron diferentes caminatas como método para la práctica de la actividad física dirigiéndolos a los buenos hábitos de vida saludable y promoviendo la caminata matutina.






2. ANEXO 2: Se desarrollaron diferentes actividades lúdico recreativas con el fin de mejorar la salud física y mental de los adultos mayores.






3. ANEXO 3: Se realizaron diferentes charlas de higienes, posturas del cuerpo, importancia del ejercicio, desarrollo de la motricidad fina y gruesa. Ademas en compañía de Enfermeria y Psicologia se realizan visitas domiciliarias a las personas que tienen alguna dificultad de movimiento.






4. ANEXO 4: Se desarrolló la gimnasia básica con movilidad articular con apoyo y sin apoyo. En compañía de Enfermeria, Psicologia, Manualidades y los demas administrativos, se realizan las novenas navideñas.





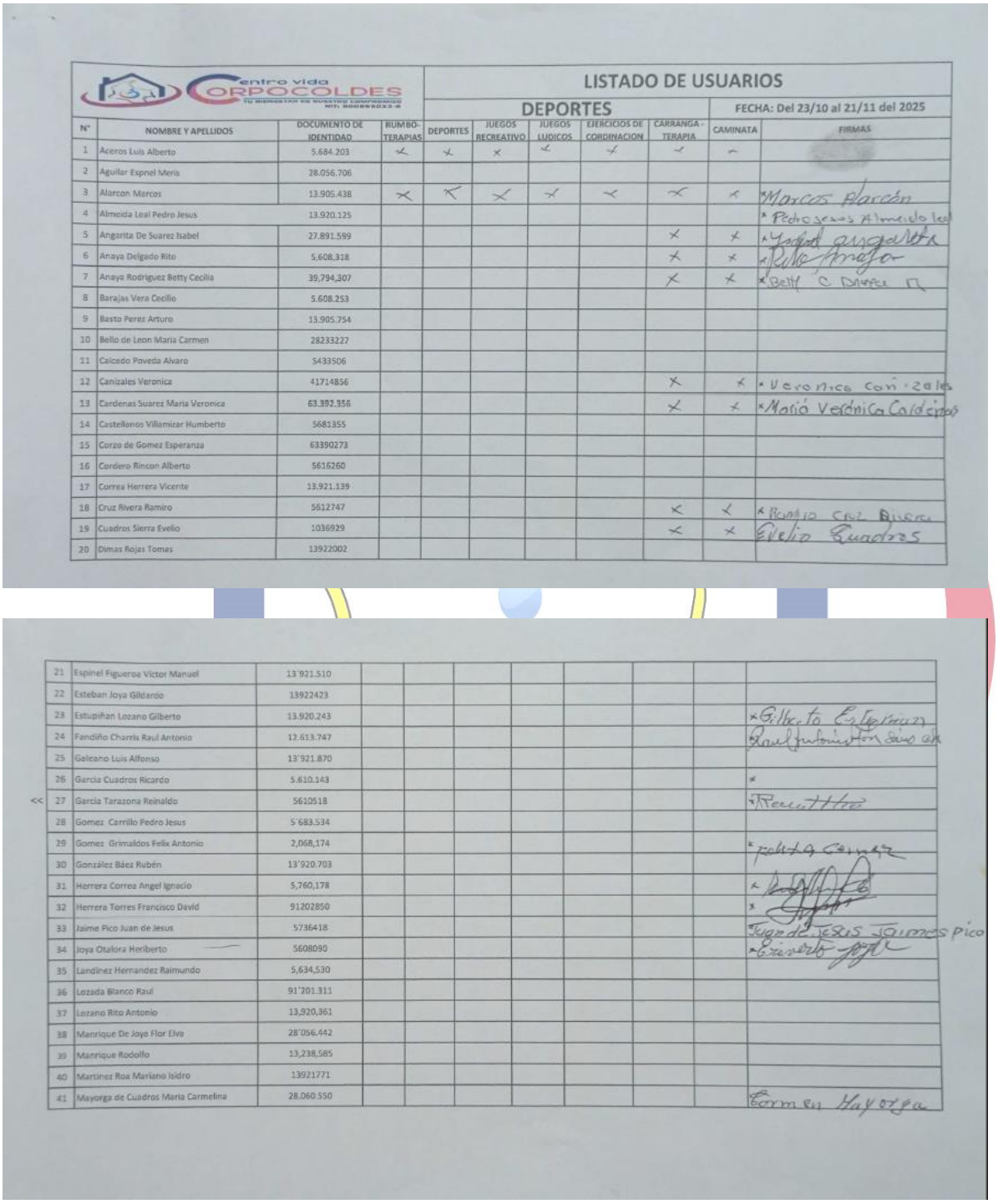


5. ANEXO 5: Se intervino en el grupo de danza con la práctica de diferentes ritmos musicales, donde se logro hacer ensayos de la danza las diabluras, la cual es una carranga, y se logro hacer presentacion, además de la rumbo terapia, utilizando los ritmos musicales para motivar la movilidad del cuerpo humano.





Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

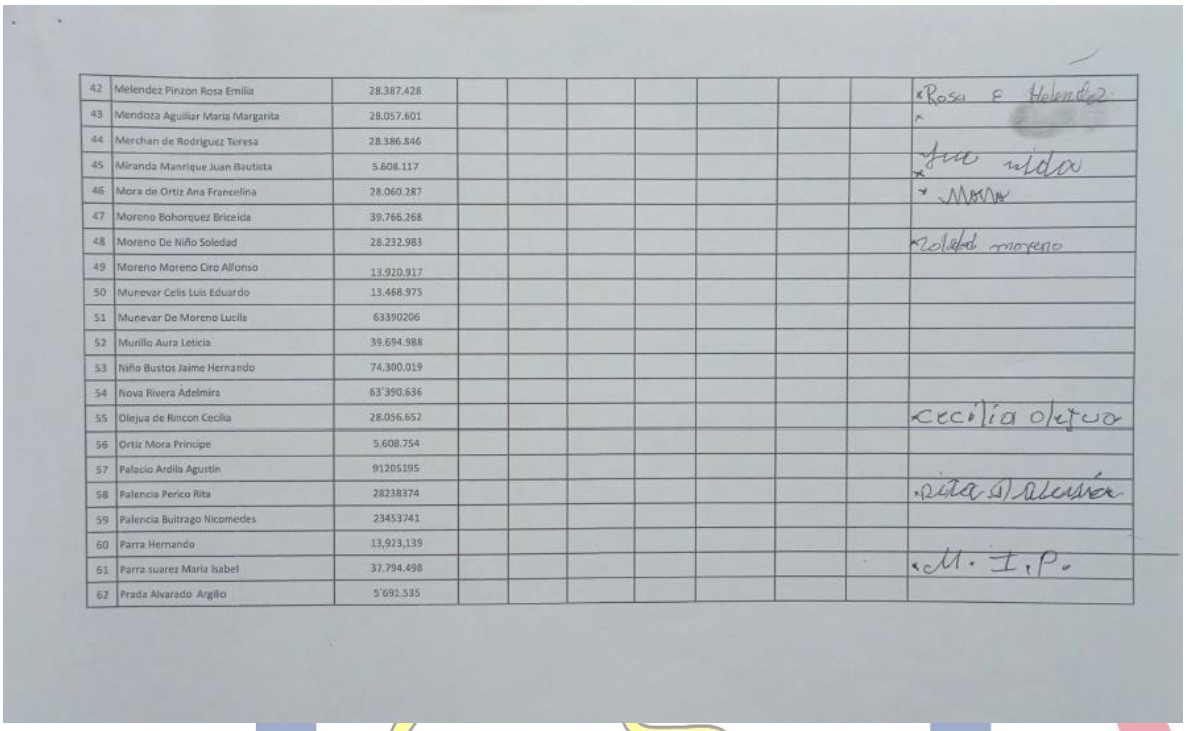


LISTADO DE USUARIOS

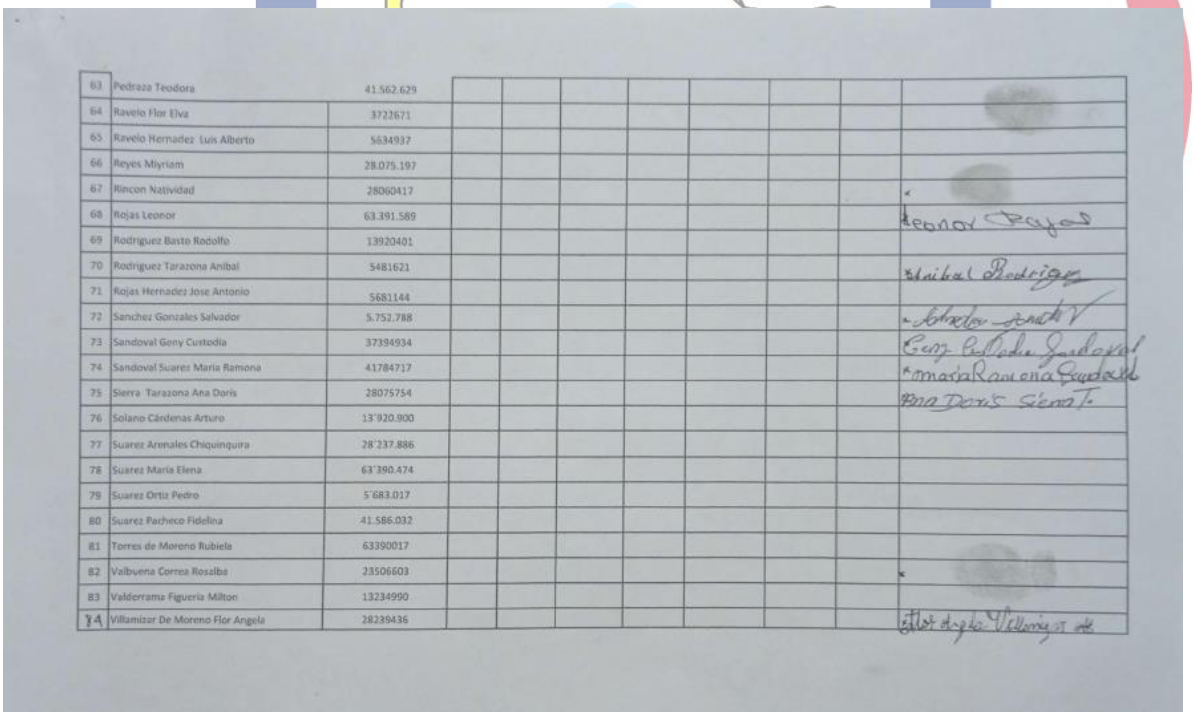
DEPORTES

FECHA: Del 23/10 al 21/11 del 2025

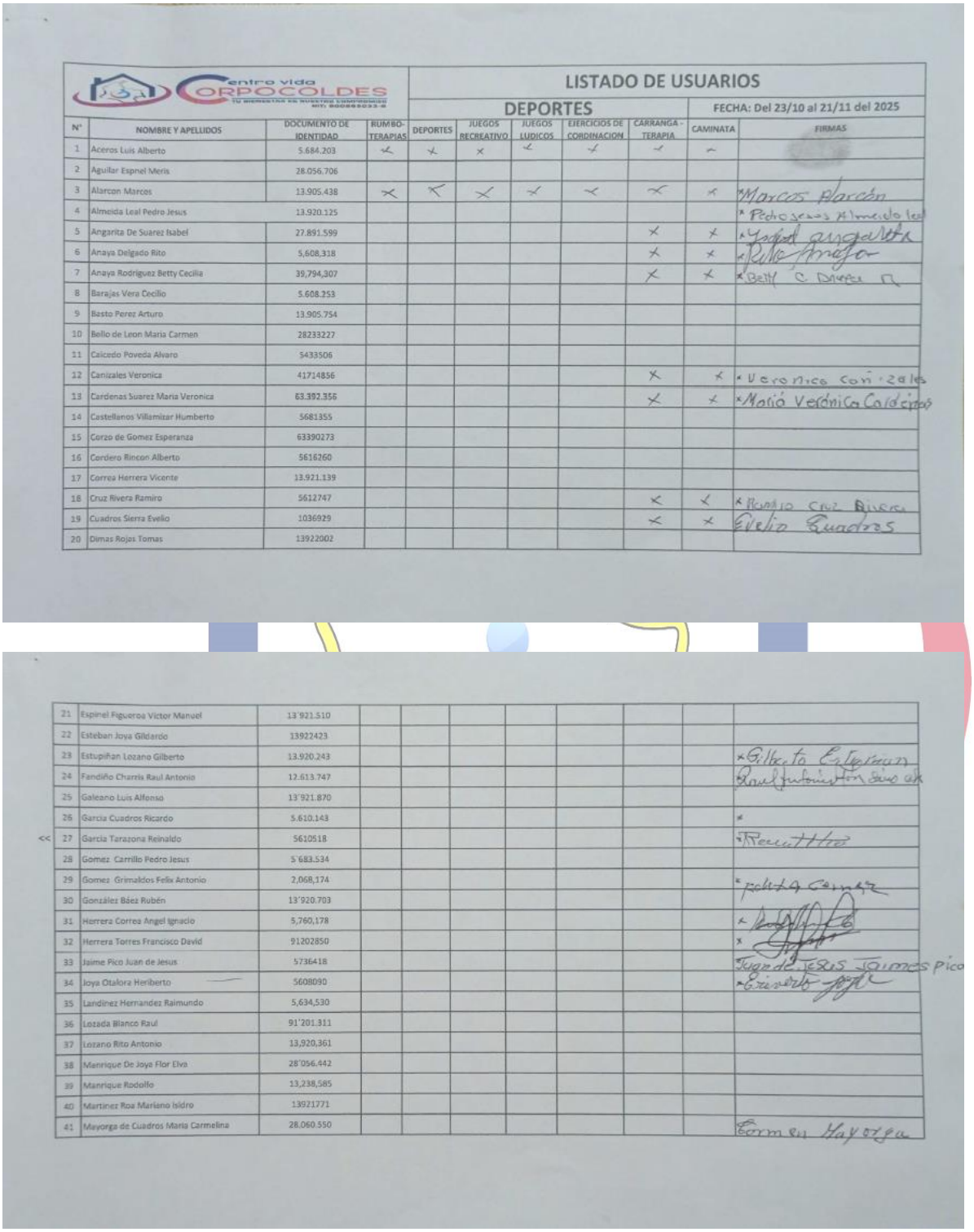
N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	RUMBO-TERAPIAS	DEPORTES	JUEGOS RECREATIVO	JUEGOS LUDICOS	EJERCICIOS DE CORDINACION	CARRANGA - TERAPIA	CAMINATA	FIRMAS
1	Aceros Luis Alberto	5.684.203	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
2	Aguilar Espnel Meris	28.056.706								
3	Alarcon Marcos	13.905.438	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Marcos Alarcón
4	Almeida Leal Pedro Jesus	13.920.125								Pedro Jesus Almeida Leal
5	Angarita De Suarez Isabel	27.891.599						✓	✓	Isabel Angarita
6	Anaya Delgado Rito	5,608,318						✓	✓	Rito Anaya
7	Anaya Rodriguez Betty Cecilia	39,794,307						✓	✓	Betty C Diaz
8	Barajas Vera Cecilio	5.608.253								
9	Basto Perez Arturo	13.905.754								
10	Bello de Leon Maria Carmen	28233227								
11	Calcedo Poveda Alvaro	5433506								
12	Canizales Veronica	41714856						✓	✓	Veronica Canizales
13	Cardenas Suarez Maria Veronica	63.392.356						✓	✓	María Verónica Cardenas
14	Castellanos Villamizar Humberto	5681355								
15	Corzo de Gomez Esperanza	63390273								
16	Cordero Rincon Alberto	5616260								
17	Correa Herrera Vicente	13.921.139								
18	Cruz Rivera Ramiro	5612747						✓	✓	Ramiro Cruz Rivera
19	Cuadros Sierra Evelio	1036929						✓	✓	Evelio Cuadros
20	Dimas Rojas Tomas	13922002								
21	Espinel Figueroa Victor Manuel	13'921.510								
22	Esteban Joya Gildardo	13922423								
23	Estupiñan Lozano Gilberto	13.920.243								Gilberto Estupiñan
24	Fandiño Charris Raul Antonio	12.613.747								Raul Antonio Fandiño Charris
25	Galeano Luis Alfonso	13'921.870								
26	Garcia Cuadros Ricardo	5.610.143								
27	Garcia Tarazona Reinaldo	5610518								Reinaldo
28	Gomez Carrillo Pedro Jesus	5'683.534								
29	Gomez Grimaldos Felix Antonio	2,068,174								Felix Gomez
30	González Báez Rubén	13'920.703								
31	Herrera Correa Angel Ignacio	5,760,178								
32	Herrera Torres Francisco David	91202850								
33	Jaime Pico Juan de Jesus	5736418								Juan de Jesus Jaimes Pico
34	Joya Otalora Heriberto	5608090								Heriberto
35	Landinez Hernandez Raimundo	5,634,530								
36	Lozada Blanco Raul	91'201.311								
37	Lozano Rito Antonio	13,920,361								
38	Manrique De Joya Flor Elva	28'056.442								
39	Manrique Rodolfo	13,238,585								
40	Martinez Roa Mariano Isidro	13921771								
41	Mayorga de Cuadros Maria Carmelina	28.060.550								Carmen Mayorga



42	Melendez Pinzon Rosa Emilia	28.387.428								Rosa E Helen 62
43	Mendoza Aguiliar Maria Margarita	28.057.601								
44	Merchan de Rodriguez Teresa	28.386.846								
45	Miranda Manrique Juan Bautista	5.608.117								
46	Mora de Ortiz Ana Francelina	28.060.287								
47	Moreno Bohorquez Briceida	39.766.268								
48	Moreno De Niño Soledad	28.232.983								
49	Moreno Moreno Ciro Alfonso	13.920.917								
50	Munevar Celis Luis Eduardo	13.468.975								
51	Munevar De Moreno Lucila	63390206								
52	Murillo Aura Leticia	39.694.988								
53	Niño Bustos Jaime Hernando	74.300.019								
54	Nova Rivera Adelmira	63'390.636								
55	Olejua de Rincon Cecilia	28.056.652								Cecilia Olejua
56	Ortiz Mora Principe	5.608.754								
57	Palacio Ardila Agustin	91205195								
58	Palencia Perico Rita	28238374								Rita D. Alcaiva
59	Palencia Buitrago Nicomedes	23453741								
60	Parra Hernando	13,923,139								
61	Parra suarez Maria Isabel	37.794.498								M. I. P.
62	Prada Alvarado Argilio	5'691.535								



63	Pedraza Teodora	41.562.629								
64	Ravelo Flor Elva	3722671								
65	Ravelo Hernadez Luis Alberto	5634937								
66	Reyes Miyriam	28.075.197								
67	Rincon Natividad	28060417								
68	Rojas Leonor	63.391.589								Leonor Rojas
69	Rodriguez Basto Rodolfo	13920401								
70	Rodriguez Tarazona Anibal	5481621								Anibal Rodrigu
71	Rojas Hernadez Jose Antonio	5681144								
72	Sanchez Gonzales Salvador	5.752.788								Salvador Sanch
73	Sandoval Geny Custodia	37394934								Geny Custodia Sandoval
74	Sandoval Suarez Maria Ramona	41784717								Maria Ramona Sandoval
75	Sierra Tarazona Ana Doris	28075754								Ana Doris Sierra T.
76	Solano Cárdenas Arturo	13'920.900								
77	Suarez Arenales Chiquinquira	28'237.886								
78	Suarez Maria Elena	63'390.474								
79	Suarez Ortiz Pedro	5'683.017								
80	Suarez Pacheco Fidelina	41.586.032								
81	Torres de Moreno Rubiela	63390017								
82	Valbuena Correa Rosalba	23506603								
83	Valderrama Figueria Milton	13234990								
84	Villamizar De Moreno Flor Angela	28239436								Flor Angela Villamizar de



Centro vida CORPOCOLDES

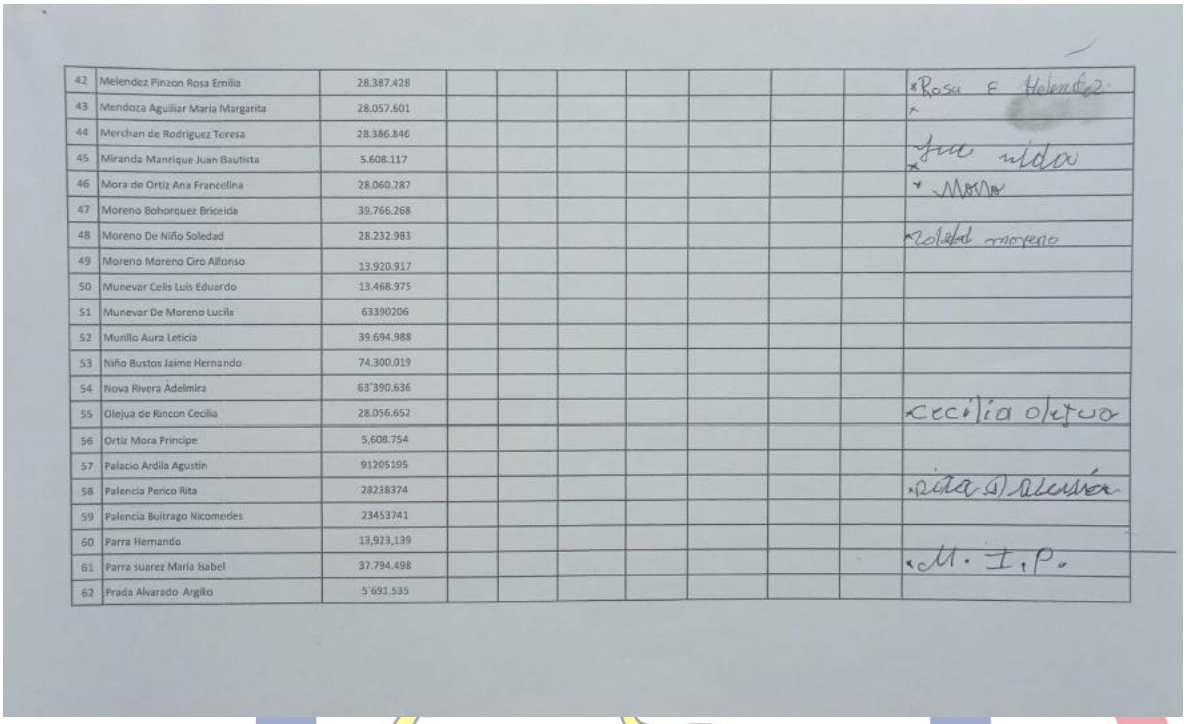
LISTADO DE USUARIOS

DEPORTES

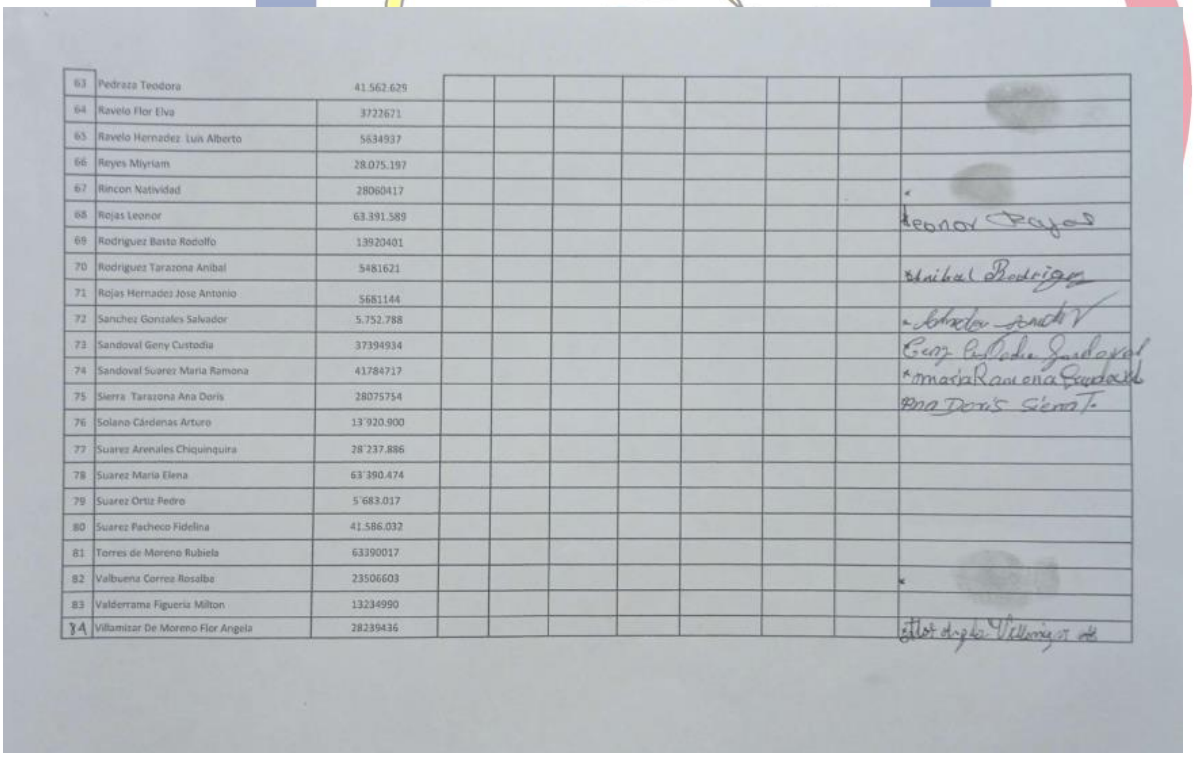
FECHA: Del 23/10 al 21/11 del 2025

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	RUMBO-TERAPIAS	DEPORTES	JUEGOS RECREATIVO	JUEGOS LUDICOS	EJERCICIOS DE CORDINACION	CARRANGA - TERAPIA	CAMINATA	FIRMAS
1	Aceros Luis Alberto	5.684.203	✓	✓	✓	✓	✓	✓	~	
2	Aguilar Espnel Meris	28.056.706								
3	Alarcon Marcos	13.905.438	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	*Marcos Alarcón
4	Almeida Leal Pedro Jesus	13.920.125								* Pedro Jesus Almeida Leal
5	Angarita De Suarez Isabel	27.891.599						✓	✓	* Isabel Angarita
6	Anaya Delgado Rito	5,608,318						✓	✓	* Rito Anaya
7	Anaya Rodriguez Betty Cecilia	39,794,307						✓	✓	*Betty C. Diaz
8	Barajas Vera Cecilio	5.608.253								
9	Basto Perez Arturo	13.905.754								
10	Bello de Leon Maria Carmen	28233227								
11	Caicedo Poveda Alvaro	5433506								
12	Canizales Veronica	41714856						✓	✓	* Veronica Canizales
13	Cardenas Suarez Maria Veronica	63.392.356						✓	✓	*Maria Veronica Cardenas
14	Castellanos Villamizar Humberto	5681355								
15	Corzo de Gomez Esperanza	63390273								
16	Cordero Rincon Alberto	5616260								
17	Correa Herrera Vicente	13.921.139								
18	Cruz Rivera Ramiro	5612747						✓	✓	* Ramiro Cruz Rivera
19	Cuadros Sierra Evelio	1036929						✓	✓	Evelio Cuadros
20	Dimas Rojas Tomas	13922002								
21	Espinel Figueroa Victor Manuel	13'921.510								
22	Esteban Joya Gildardo	13922423								
23	Estupiñan Lozano Gilberto	13.920.243								*Gilberto Estupiñan
24	Fandiño Charris Raul Antonio	12.613.747								Raul Antonio Fandiño Charris
25	Galeano Luis Alfonso	13'921.870								
26	Garcia Cuadros Ricardo	5.610.143								*
27	Garcia Tarazona Reinaldo	5610518								*Reinaldo
28	Gomez Carrillo Pedro Jesus	5'683.534								
29	Gomez Grimaldos Felix Antonio	2,068,174								* Felix Gomez
30	González Báez Rubén	13'920.703								
31	Herrera Correa Angel Ignacio	5,760,178								*
32	Herrera Torres Francisco David	91202850								x
33	Jaime Pico Juan de Jesus	5736418								Juan de Jesus Jaimes Pico
34	Joya Otalora Heriberto	5608090								*Heriberto
35	Landinez Hernandez Raimundo	5,634,530								
36	Lozada Blanco Raul	91'201.311								
37	Lozano Rito Antonio	13,920,361								
38	Manrique De Joya Flor Elva	28'056.442								
39	Manrique Rodolfo	13,238,585								
40	Martinez Roa Mariano Isidro	13921771								
41	Mayorga de Cuadros Maria Carmelina	28.060.550								Carmen Mayorga

Centro vida
CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6



42	Melendez Pinzon Rosa Emilia	28.387.428								Rosa E Melendez
43	Mendoza Aguiliar Maria Margarita	28.057.601								
44	Merchan de Rodriguez Teresa	28.386.846								
45	Miranda Manrique Juan Bautista	5.608.117								
46	Mora de Ortiz Ana Francelina	28.060.287								
47	Moreno Bohorquez Briceida	39.766.268								
48	Moreno De Niño Soledad	28.232.983								
49	Moreno Moreno Ciro Alfonso	13.920.917								
50	Munevar Celis Luis Eduardo	13.468.975								
51	Munevar De Moreno Lucila	63390206								
52	Murillo Aura Leticia	39.694.988								
53	Niño Bustos Jaime Hernando	74.300.019								
54	Nova Rivera Adelmira	63'390.636								
55	Olejua de Rincon Cecilia	28.056.652								cecilia olejua
56	Ortiz Mora Principe	5,608.754								
57	Palacio Ardila Agustin	91205195								
58	Palencia Perico Rita	28238374								Rita D. Alcantara
59	Palencia Buitrago Nicomedes	23453741								
60	Parra Hernando	13,923,139								
61	Parra suarez Maria Isabel	37.794.498								M. I. P.
62	Prada Alvarado Argilo	5'691.535								



63	Pedraza Teodora	41.562.629								
64	Ravelo Flor Elva	3722671								
65	Ravelo Hernadez Luis Alberto	5634937								
66	Reyes Miyriam	28.075.197								
67	Rincon Natividad	28060417								
68	Rojas Leonor	63.391.589								Leonor Rojas
69	Rodriguez Basto Rodolfo	13920401								
70	Rodriguez Tarazona Anibal	5481621								Anibal Rodriguez
71	Rojas Hernadez Jose Antonio	5681144								
72	Sanchez Gonzales Salvador	5.752.788								
73	Sandoval Geny Custodia	37394934								Geny Custodia Sandoval
74	Sandoval Suarez Maria Ramona	41784717								Maria Ramona Sandoval
75	Sierra Tarazona Ana Doris	28075754								Ana Doris Sierra
76	Solano Cárdenas Arturo	13'920.900								
77	Suarez Arenales Chiquinquira	28'237.886								
78	Suarez Maria Elena	63'390.474								
79	Suarez Ortiz Pedro	5'683.017								
80	Suarez Pacheco Fidelina	41.586.032								
81	Torres de Moreno Rubiela	63390017								
82	Valbuena Correa Rosalba	23506603								
83	Valderrama Figueria Milton	13234990								
84	Villamizar De Moreno Flor Angela	28239436								Flor Angela Villamizar de M

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

INFORME DE ACTIVIDADES MANUALES



VERONICA
PENAGOS
INSTRUCTORA

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

2.5 SERVICIO DE MANUALIDADES					
#	OBLIGACION	PRODUCTO	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
	Participar activamente en las activades de acuerdo con sus posibilidades	Con esta actividad se da inicio a la época decembrina y comenzamos con el día de velitas permitiendo a los adultos mayores despertar su espíritu navideño por medio de las manualidades 	Se realizo un farol navideño utilizando cajas recicladas, pinturas, papel celofan,silicona y elementos decorativos, los adultos mayores cortaron, armaron y decoraron su farol logrando con esto trabajar la motricidad fina y fomentando el reciclaje Refuerza la autonomía, ya que ven resultados útiles y bonitos hechos por sus propias manos	28	MEDIO MAGNETICO
	Incentivar la emotividad y el compartir en familia	Las manualidades en los adultos mayores reducen el estrés y la ansiedad 	En esta actividad se elaboraron velas navideñas reutilizando latas de atún y trozos de vela reciclados, los adultos mayores pintaron las latas y prepararon la vela, fue decorado a mano	21	MEDIO MAGNETICO
	Mantener una disposición correcta para realizar actividades que fomentan la armonía y la precisión manual	Se realizó un árbol navideño con los abuelos, esto tiene muchos beneficios emocionales y familiares porque sabemos que es el símbolo de la navidad 	En esta actividad se realizó un dibujo de un árbol navideño y se decoró con plastilina, papel seda y estrellas de papel de varios colores, se trabajó la motricidad fina, la creatividad y la memoria por mediante colores y texturas	28	MEDIO MAGNETICO

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

	Fomentar el uso correcto de utensilios de corte como tijeras	**En esta actividad se realizó un copo de nieve en fomi** 	**Al hacer esta actividad los adultos mayores retomaron el uso de las tijeras, logrando realizar cortes más precisos y afianzando su destreza manual** **Aumenta la autoestima al ver el resultado de su creatividad** **Mantiene la mente activa, previniendo el deterioro cognitivo.**	**21**	**MEDIO MAGNETICO**
	Fomentar la creatividad y uso de materiales ecológicos en actividades navideñas	**Pesebre decorado dentro de una botella reciclable** 	**Al realizar esta actividad los adultos mayores pudieron afianzar su seguridad al momento de utilizar tijeras y se sintieron felices de manejar productos reciclables que cuidan el medio ambiente**	**27**	

FIRMA:



LUZ VERONICA PENAGOS
C.C 33333981
INSTRUCTORA

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

1. PRIMERA ACTIVIDAD FAROLES NAVIDEÑOS

Esta actividad los materiales que se utilizaron fueron cajas de cartón recicladas, pintura, papel celofan,silicona, vela, luces

Los adultos mayores disfrutaron esta actividad donde ellos se relajaron y comenzaron a sentir el espíritu navideño, y el rato de manualidades donde ellos compartieron materiales y de charlas amenas.

Proporciona un sentido de utilidad y propósito, al crear objetos prácticos y decorativos para estas fechas









2. SEGUNDA VELAS EN LATA DE ATUN

en esta actividad los adultos mayores realizaron una vela embazada en latas de atún recicladas, durante esta actividad pudieron afinar su precisión y su coordinación al momento de decorarlo









3. TERCERA ACTIVIDAD DIBUJO ARBOL DE NAVIDAD

Esta actividad se utlizaron materiales como plastilina,colbon, papel ceda y estrellas papel de colores

Combina pinzado,amasado y pegado, y estos fortalecen la destreza manual y la sensibilidad táctil









4. CUARTA ACTIVIDAD COPO DE NIEVE EN FOMI

Esta actividad se utilizó materiales como cartón, Colbón, tijeras, escuadra, lápiz, vinilo, silicona









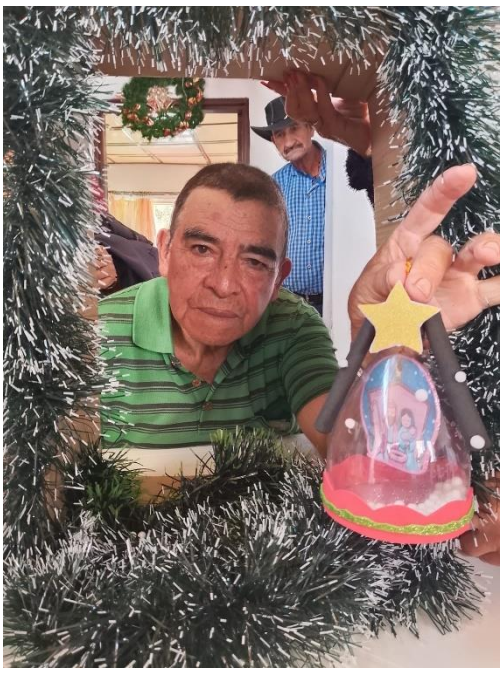
5. PESEBRE EN BOTELLA RECICLABLE

en esta actividad además de fortalecer la motricidad por medio de las manualidades se fomento el espíritu del reciclaje, para esta actividad se utilizaron fomi, botella reciclada, tijeras, silicona fría, y dibujo





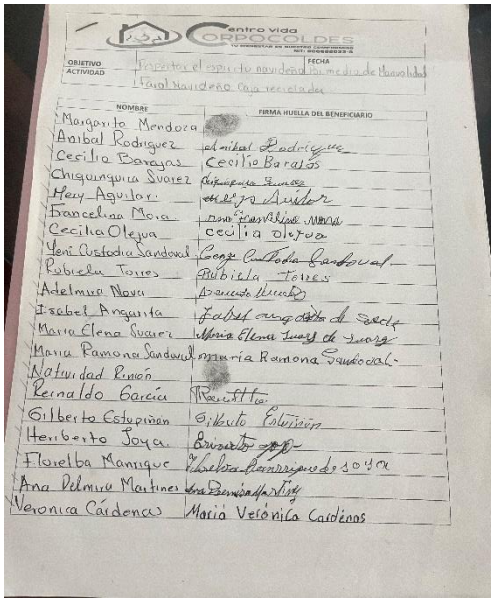




Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

PLANILLAS DE FIRMAS DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD #1

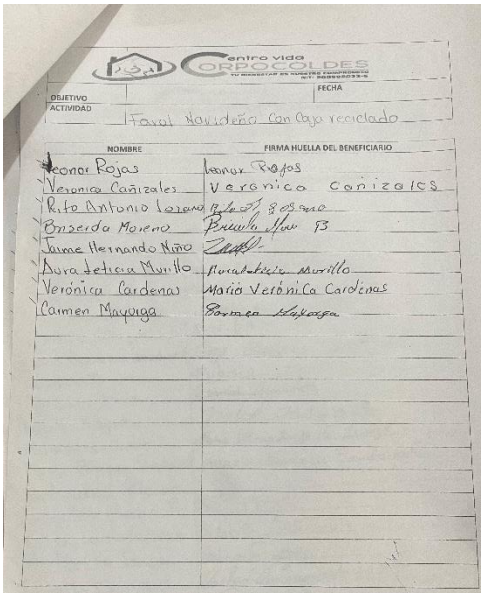


Centro vida CORPOCOLDES

OBJETIVO ACTIVIDAD: Impartir el espíritu navideño a través de la navidad. Fanal navideño con caja reciclada

FECHA

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Margarita Mendoza	
Anibal Rodriguez	Anibal Rodriguez
Cecilia Barajas	Cecilia Barajas
Chiquinquira Suarez	
Mery Aguilar	
Francelina Mora	
Cecilia Olaya	cecilia olaya
Yeni Custodia Sandoval	Yeni Custodia Sandoval
Rubiela Torres	Rubiela Torres
Adelmira Nova	
Isabel Angarita	
Maria Elena Suarez	
Maria Ramona Sandoval	
Natividad Rincón	
Reinaldo Garcia	
Gilberto Estupiñan	
Heriberto Joya	
Florelba Manrique	
Ana Delmira Martinez	
Veronica Cardenas	María Verónica Cardenas



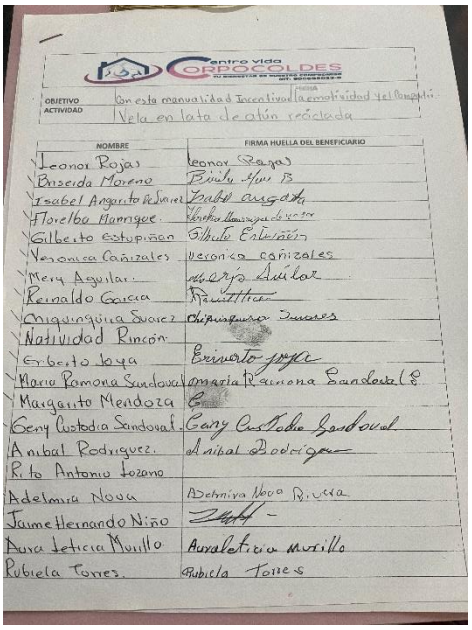
Centro vida CORPOCOLDES

OBJETIVO ACTIVIDAD: Fanal Navideño con caja reciclado

FECHA

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Leonor Rojas	Leonor Rojas
Veronica Cañizales	Veronica Cañizales
Rito Antonio Lozano	
Bonerda Moreno	
Jaime Hernando Niño	
Aura Leticia Murillo	
Verónica Cardenas	María Verónica Cardenas
Carmen Mayorga	Carmen Mayorga

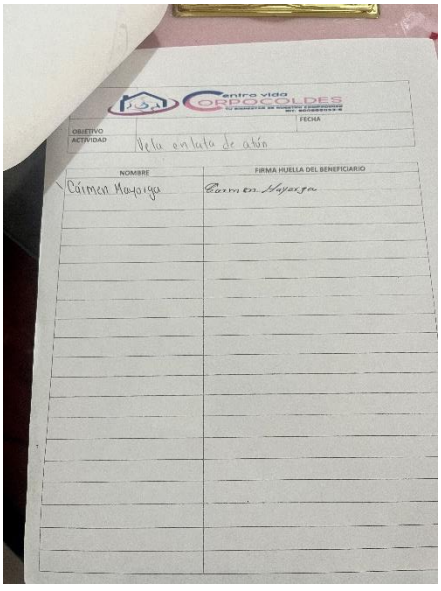
ACTIVIDAD #2



Centro vida CORPOCOLDES

OBJETIVO ACTIVIDAD: Con esta manualidad incentivo la armonía y la unidad en el hogar. Vela en lata de atún reciclada

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Leonor Rojas	Leonor Rojas
Bonerda Moreno	
Isabel Angarita	
Florelba Manrique	
Gilberto Estupiñan	
Veronica Cañizales	Veronica Cañizales
Mery Aguilar	
Reinaldo Garcia	
Chiquinquira Suarez	
Natividad Rincón	
Heriberto Joya	
Maria Ramona Sandoval	
Margarita Mendoza	
Yeny Custodia Sandoval	Yeny Custodia Sandoval
Anibal Rodriguez	Anibal Rodriguez
Rito Antonio Lozano	
Adelmira Nova	
Jaime Hernando Niño	
Aura Leticia Murillo	Aura Leticia Murillo
Rubiela Torres	Rubiela Torres



Centro vida CORPOCOLDES

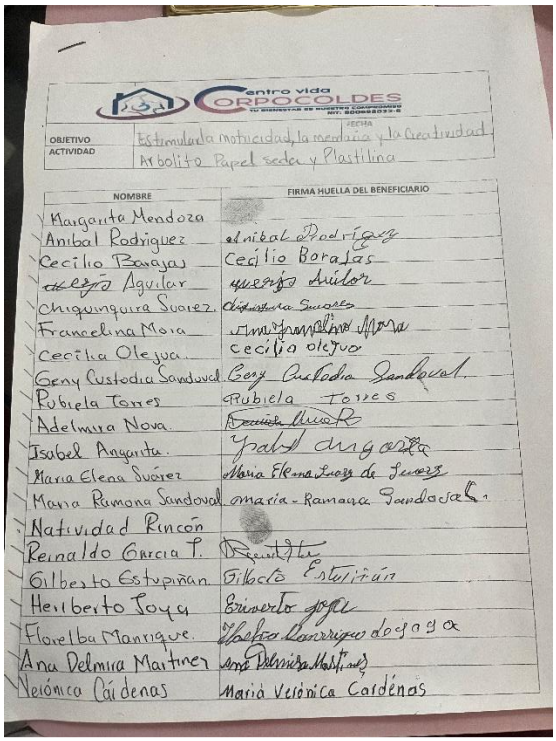
OBJETIVO ACTIVIDAD: Vela en lata de atún

FECHA

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Carmen Mayorga	Carmen Mayorga

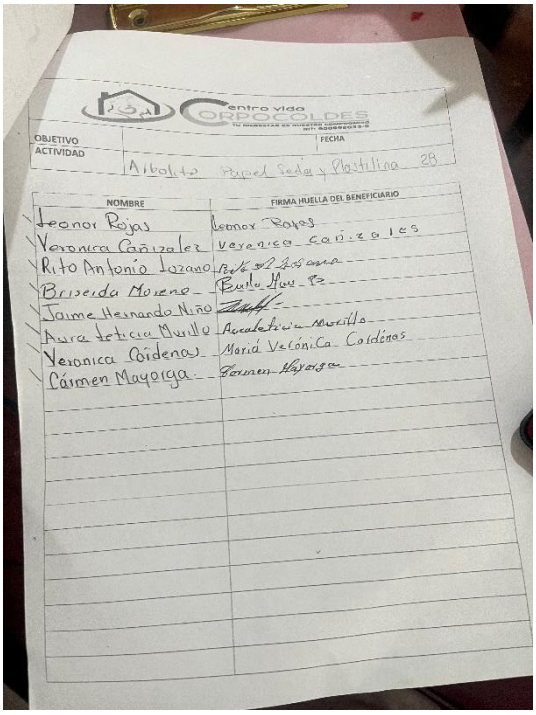
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

ACTIVIDAD #3



OBJETIVO: Estimulando la motricidad, la memoria y la creatividad
ACTIVIDAD: Arbolito Papel seda y Plastilina
FECHA:

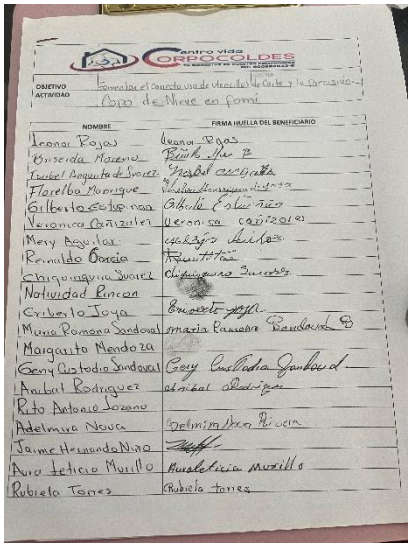
NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Margarita Mendoza	
Anibal Rodriguez	Anibal Rodriguez
Cecilio Barajas	Cecilio Barajas
Olga Aguilar	Olga Aguilar
Chiquinquira Suarez	Chiquinquira Suarez
Francelina Mora	Francelina Mora
Cecilia Olejua	Cecilia Olejua
Geny Custodia Sandoval	Geny Custodia Sandoval
Rubiela Torres	Rubiela Torres
Adelmira Nova	Adelmira Nova
Isabel Angarita	Isabel Angarita
Maria Elena Suarez	Maria Elena Suarez
Maria Ramona Sandoval	Maria Ramona Sandoval
Natividad Rincon	
Reinaldo Garcia T.	Reinaldo
Gilberto Estupiñan	Gilberto Estupiñan
Heriberto Joya	Heriberto Joya
Florelba Manrique	Florelba Manrique
Ana Delmira Martinez	Ana Delmira Martinez
Veronica Cardenas	Maria Veronica Cardenas



OBJETIVO:
ACTIVIDAD: Arbolito Papel Seda y Plastilina 28
FECHA:

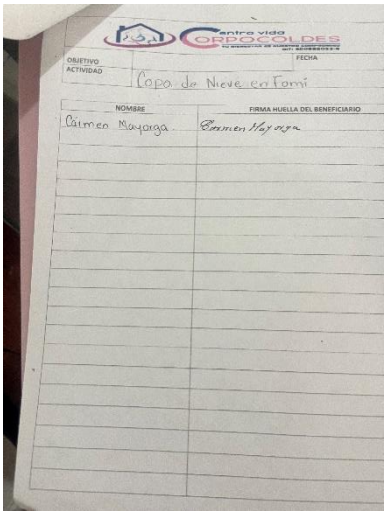
NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Leonor Rojas	Leonor Rojas
Veronica Cañizalez	Veronica Cañizalez
Rito Antonio Lozano	
Briseida Moreno	Briseida Moreno
Jaime Hernando Niño	
Aura Leticia Murillo	Aura Leticia Murillo
Veronica Cardenas	Maria Veronica Cardenas
Carmen Mayorga	Carmen Mayorga

ACTIVIDAD #4



OBJETIVO: Fomentar el conocimiento de vivencias de Cristo y la Navidad
ACTIVIDAD: Copo de Nieve en Foami
FECHA:

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Leonor Rojas	Leonor Rojas
Briseida Moreno	Briseida Moreno
Isabel Angarita de Suarez	Isabel Angarita
Florelba Manrique	Florelba Manrique
Gilberto Estupiñan	Gilberto Estupiñan
Veronica Cañizalez	Veronica Cañizalez
Olga Aguilar	Olga Aguilar
Reinaldo Garcia	Reinaldo
Chiquinquira Suarez	Chiquinquira Suarez
Natividad Rincon	
Heriberto Joya	Heriberto Joya
Maria Ramona Sandoval	Maria Ramona Sandoval
Margarita Mendoza	
Geny Custodia Sandoval	Geny Custodia Sandoval
Anibal Rodriguez	Anibal Rodriguez
Rito Antonio Lozano	
Adelmira Nova	Adelmira Nova Rincon
Jaime Hernando Niño	
Aura Leticia Murillo	Aura Leticia Murillo
Rubiela Torres	Rubiela Torres

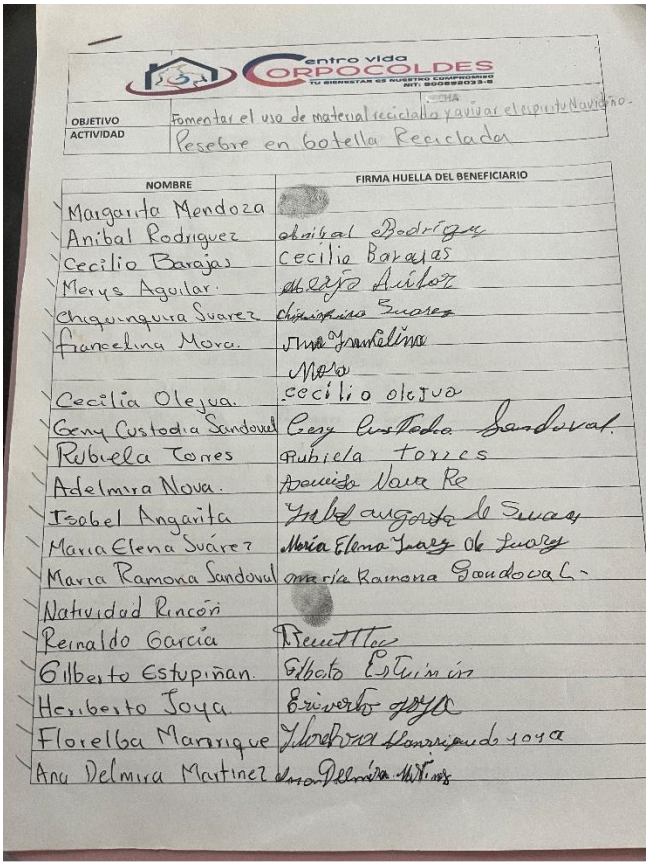


OBJETIVO:
ACTIVIDAD: Copo de Nieve en Foami
FECHA:

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Carmen Mayorga	Carmen Mayorga

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

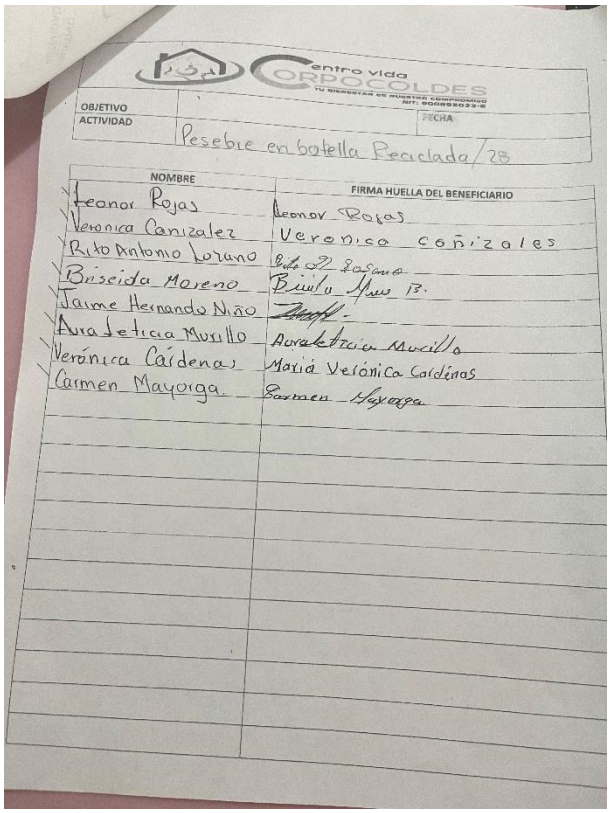
ACTIVIDAD #5



Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO NIT: 900692033-6

OBJETIVO: Fomentar el uso de material reciclable y avivar el espíritu Navideño.
ACTIVIDAD: Pesebre en botella Reciclada
FECHA:

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Margarita Mendoza	
Anibal Rodriguez	Anibal Rodriguez
Cecilio Barajas	Cecilio Barajas
Merys Aguilar	Merys Aguilar
Chagoingura Suarez	Chagoingura Suarez
Francelina Mora	Francelina Mora
Cecilia Olejua	cecilio olejua
Geny Custodia Sandoval	Geny Custodia Sandoval
Rubiela Torres	Rubiela Torres
Adelmira Nova	Adelmira Nova Re
Isabel Angarita	Isabel angarita de Suarez
Maria Elena Suárez	Maria Elena Suarez de Suarez
Maria Ramona Sandoval	maria Ramona Sandoval C.
Natividad Rincón	
Reinaldo García	Reinaldo
Gilberto Estupiñan	Gilberto Estupiñan
Heriberto Joya	Heriberto Joya
Florelba Manrique	Florelba Manrique de Joya
Ana Delmira Martinez	Ana Delmira Martinez



Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO NIT: 900692033-6

OBJETIVO:
ACTIVIDAD: Pesebre en botella Reciclada/23
FECHA:

NOMBRE	FIRMA HUELLA DEL BENEFICIARIO
Leonor Rojas	Leonor Rojas
Veronica Canizalez	Veronica Cañizales
Rito Antonio Lozano	Rito A. Lozano
Briseida Moreno	Briseida Moreno B.
Jaime Hernando Niño	
Ana Leticia Murillo	Ana Leticia Murillo
Verónica Cárdenas	María Verónica Cárdenas
Carmen Mayorga	Carmen Mayorga

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE			
TIPO IDENTIFICACIÓN:	NIT	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	900692033
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	CORPORACION COLOMBIANA PARA EL DESARROLLO SOCIAL CORPOCOLDES		
CIUDAD/MUNICIPIO:	MALAGA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CR 6C 2 - 38	TELÉFONO:	6616839
TIPO APORTANTE:	01-EMPLEADOR	CLASE APORTANTE:	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Otras actividades profesionales, científicas y té
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):	NO		

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA								
NÚMERO PLANILLA:	**4634205892**				TIPO DE PLANILLA:			E-EMPLEADOS
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	noviembre	AÑO	2025	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	diciembre	AÑO 2025
DÍAS DE MORA:	0							
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2025/12/09				NÚMERO AUTORIZACIÓN:	9995038346		

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 227.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.800	$ 0	$ 227.800
SUBTOTALES:										**$ 227.800**	**$ 0**	**$ 227.800**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS005	EPS005-SANITAS S.A.	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 0	$ 178.000
SUBTOTALES:													**$ 178.000**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 178.000**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 7.500	$ 7.500	$ 0	$ 0	$ 7.500
SUBTOTALES:									**$ 7.500**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 7.500**

TOTAL APORTES A CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE		APORTES	MORA	VALOR PAGADO
CCF40	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	1	$ 57.000	$ 0	$ 57.000
SUBTOTALES:			**$ 57.000**	**$ 0**	**$ 57.000**

TOTAL APORTES A OTROS PARAFISCALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE		APORTES	MORA	VALOR PAGADO
PAICBF	PAICBF - ICBF - INSTITUTO DE BIENESTAR FAMILIAR	1	$ 42.800	$ 0	$ 42.800
PASENA	PASENA - SENA	1	$ 28.500	$ 0	$ 28.500
SUBTOTALES:			**$ 71.300**	**$ 0**	**$ 71.300**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																SEGURIDAD SOCIAL																						PARAFISCALES										
																										PENSIÓN									SALUD						ARP																						
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP		APORTES VOLUNTARIOS		INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	CCF		SENA	ICBF	ESAP	MINEDU
																													SUBSISTENCIA	SOLIDARIDAD	EMPLEADOR	EMPLEADO																																					
1	CC 28068279	ORTIZ ANTOLINEZ YIXSA	DEPEND		$ 1.423.500	FIJO		NO																		230301-PORVENIR	30	$ 1.423.500	$ 227.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 227.800	EPS005-SANITAS S.A.	30	$ 1.423.500	$ 178.000	$ 0	$ 178.000	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	30	$ 1.423.500	CCF40-COMFENALCO SANTANDER		$ 57.000	$ 28.500	$ 42.800	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 541.600

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	NIT	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	900692033
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	CORPORACION COLOMBIANA PARA EL DESARROLLO SOCIAL CORPOCOLDES		
CIUDAD/MUNICIPIO:	MALAGA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CR 6C 2 - 38	TELÉFONO:	6616839
TIPO APORTANTE:	01-EMPLEADOR	CLASE APORTANTE:	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Otras actividades profesionales,
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**4634205892**	TIPO DE PLANILLA:	E-EMPLEADOS		
PERIODO COTIZACIÓN	MES: noviembre	PERIODO COTIZACIÓN	MES: diciembre		
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO: 2025	SALUD:	AÑO: 2025		
DÍAS DE MORA:	0				
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2025/12/09	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	9995038346		

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002248088	230301	230301-PORVENIR	1	$ 227.800
		SUBTOTAL:	1	**$ 227.800**
SALUD				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002514406	EPS005	EPS005-SANITAS S.A.	1	$ 178.000
		SUBTOTAL:	1	**$ 178.000**
CAJA DE COMPENSACIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8902015787	CCF40	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	1	$ 57.000
		SUBTOTAL:	1	**$ 57.000**
RIESGOS PROFESIONALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8600111536	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1	$ 7.500
		SUBTOTAL:	1	**$ 7.500**
OTROS PARAFISCALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8999990341	PASENA	PASENA-SENA	1	$ 28.500
8999992392	PAICBF	PAICBF-ICBF	1	$ 42.800
		SUBTOTAL:		**$ 71.300**

VALOR SIN MORA:	**$ 541.600**
VALOR MORA:	**$ 0**
TOTAL PAGADO:	**$ 541.600**

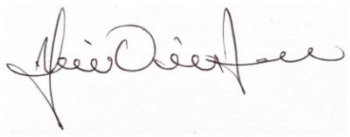
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Luz Marina Gutiérrez con C.C 1096958756, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara a la señora Betty Cecilia Anya Rodríguez con C.C. 39794307.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

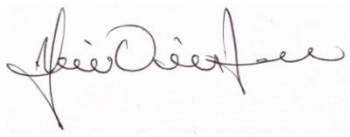
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Urbinda Rodríguez con C.C28237991, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara a la señora María Carmen Bello de León con C.C. 28233227.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

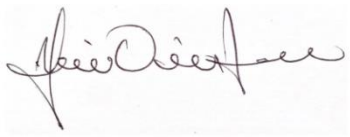
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

El señor Hermenegildo con C.C 2128637, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiario y se ingresara el señor Raimundo Landinez Hernández con C.C. 5634530.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

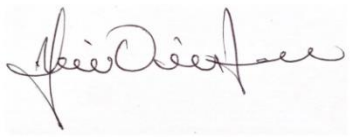
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

El señor Carlos Julio Blanco Torres con C.C 17528679, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiario y se ingresara el señor Jaime Hernando Niño Bustos con C.C. 74300019.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Flor Elda Blando Torres con C.C 40535157, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara al señor Leonicio Llanes con C.C. 5608151.

YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

El señor Jesús María Osorio Fuentes con C.C 13625020, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiario y se ingresara el señor Arturo Basto Pérez con C.C. 13905754.

YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Margarita López Jaimes con C.C 28235892, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara a la señora Graciela Graciela Flórez con C.C. 37259001.

YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

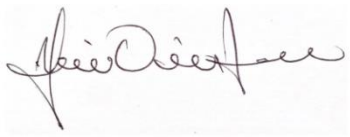
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

El señor Campo Elías Delgado Coronado con C.C 2173105, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiario y se ingresara a la señora Aura Leticia Murillo con C.C. 39694988.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

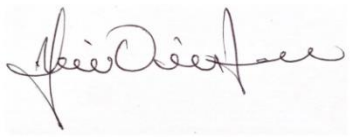
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Rosa María con C.C 28235787, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto, no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara a la señora Fidelina Suarez Pacheco con C.C. 41586032.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal

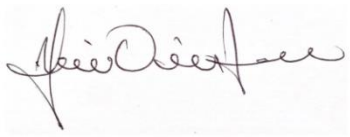
Centro vida CORPOCOLDES
TU BIENESTAR ES NUESTRO COMPROMISO
NIT: 900692033-6

Málaga, 18 de noviembre de 2025

SEÑOR
MAURICIO ZABALA
Secretaria de desarrollo social y económico.
Málaga Santander

Asunto: Notificación de novedad.

La señora Celedonia Balaguera Godoy con C.C 63390286, quien realizo cambio de domicilio, por lo tanto no seguirá siendo beneficiaria y se ingresara a la señora Briseida Moreno Bohórquez con C.C. 39766268.



YIXSA ORTIZ ANTOLINEZ
C.C. 28.068.279 del Cerrito
Representante Legal