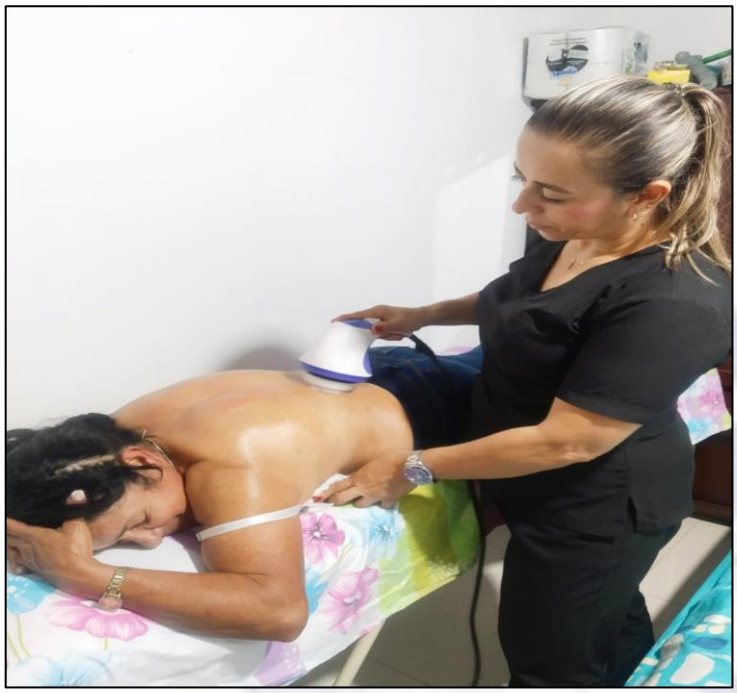
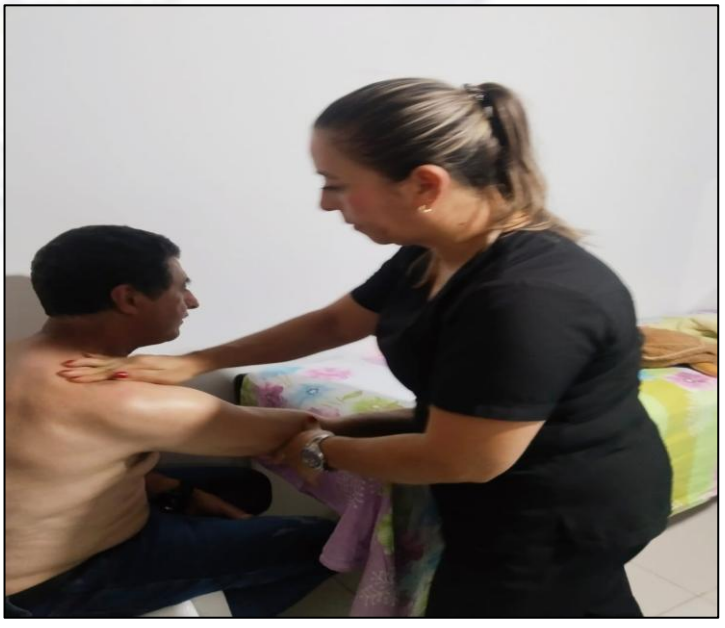
FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS TERAPIA SEDATIVA ADULTOS MAYORES



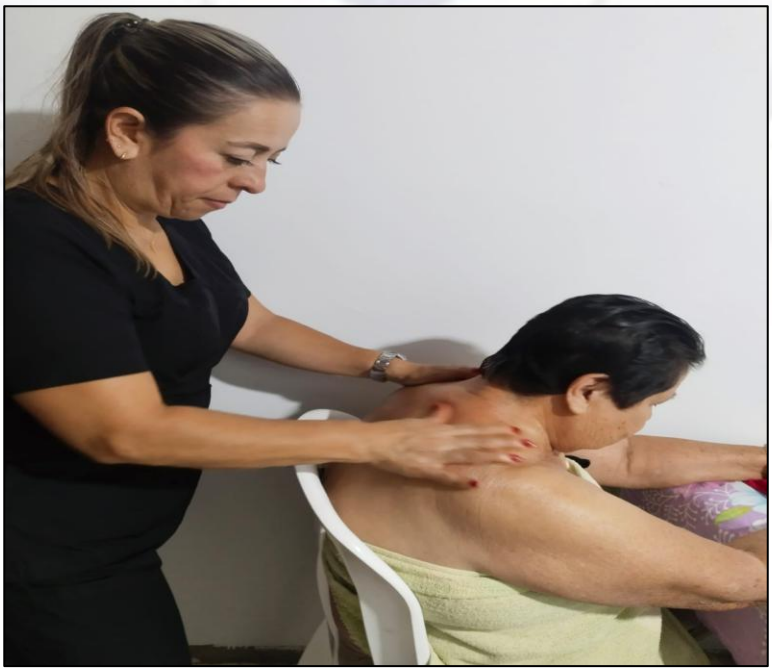


Enciso –Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS TERAPIA SEDATIVA ADULTOS MAYORES



Enciso –Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS TERAPIA SEDATIVA ADULTOS MAYORES

Enciso –Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS CHARLA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO

Enciso –Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

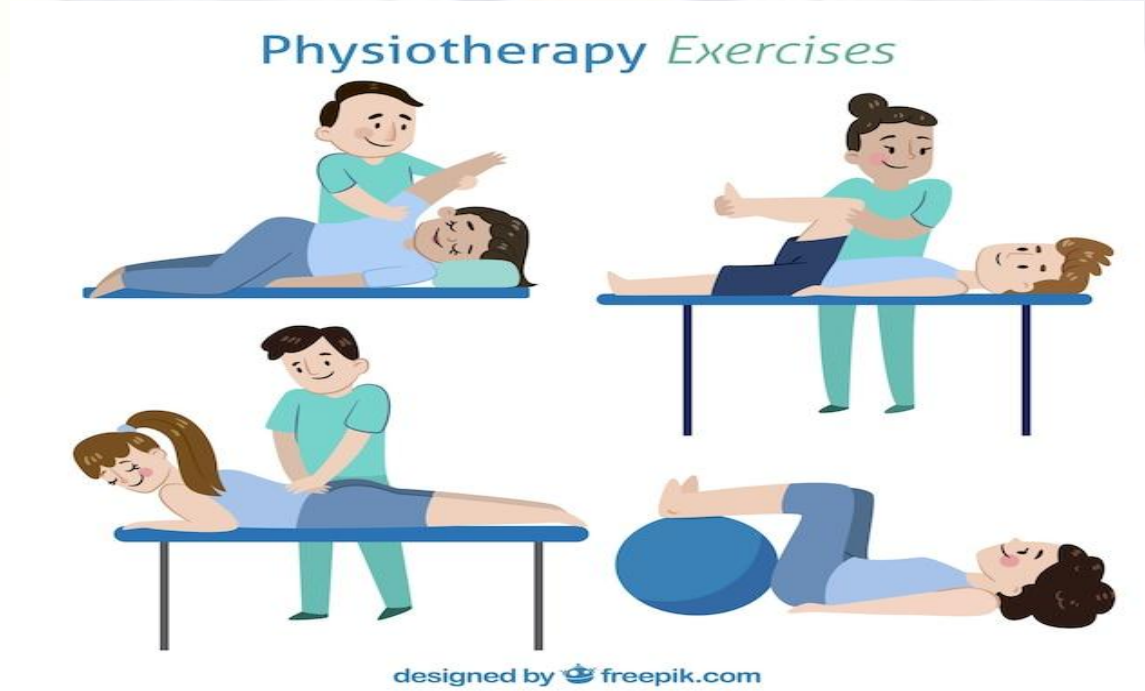
BENEFICIOS DE LA FISIOTERAPIA EN EL ADULTO MAYOR

Entre los **beneficios físicos** de la fisioterapia se encuentran:

- Aumenta la fuerza muscular.
- Mejora el equilibrio.
- Incrementa la agilidad y el movimiento de las articulaciones.
- Reeduca la marcha.
- Favorece la coordinación y el control postural.
- Reduce las molestias y el dolor.
- Previene posibles patologías, accidentes cardiovasculares y problemas de circulación**.**

Por otro lado, las terapias y técnicas de fisioterapia para los Adultos mayores **también favorecen el estado psicológico y anímico**:

- Contribuyen a que la persona mayor tenga más confianza en sí misma y más energía para realizar actividades de la vida diaria.
- Combate el estrés y la ansiedad.
- Mejora la calidad del sueño.



Enciso –Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

INFORME DE FISIOTERAPIA

PERIODO: Diciembre 1 hasta 17 de Diciembre 2025

POBLACION : ADULTO MAYOR CENTRO VIDA VEREDA EL PAUJIL MUNICIPIO DE MATANZA SANTANDER

ACTIVIDAD # 1 TERAPIA SEDATIVA ADULTOS MAYORES

OBJETIVO GENERAL:

- Mejorar y/o mantener la condición de salud del adulto mayor integrante del centro vida de vereda El Paujil Matanza Santander, mediante la aplicación de técnicas fisioterapéuticas sedativas con el fin de disminuir dolor, mejorar calidad de vida, prevenir complicaciones por enfermedades crónicas relacionadas con el proceso de envejecimiento del adulto mayor, principalmente las osteomusculares.
- Valorar el estado actual del sistema músculo esquelético en los Adultos Mayores del Centro vida.

.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Disminuir dolor en la región corporal tratada.
- Disminuir retracciones musculares.
- Aumentar arcos de movilidad articular.
- Aumentar fuerza muscular de miembros superiores y/o inferiores según sea el caso.

.

MATERIALES DE TRABAJO:

- Camillas(1)
- Paquete caliente(2)
- Equipo de electro estimulación (tens)
- Ultrasonido portátil
- Masajeador
- Aceite mineral y gel conductor
- Toallas(6)
- Theraband – Balón

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

POBLACION: Adulto mayor integrante del Centro Vida FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA del municipio de MATANZA SANTANDER .

ACTIVIDAD N°1 TERAPIA SEDATIVA

DESCRIPCION DE UNA SESION DE FISIOTERAPIA

Una sesión de fisioterapia es un encuentro clínico terapéutico entre el paciente y el fisioterapeuta, cuyo objetivo es promover, mantener o recuperar el movimiento , Mejorar la funcionalidad del cuerpo y Disminuir dolor , a través de la aplicación de medios físicos, técnicas manuales, ejercicios terapéuticos y educación al paciente. Esta se desarrolla generalmente en los siguientes pasos:

1.Recepción y Entrevista Inicial

El fisioterapeuta recibe al paciente, de forma verbal se indaga sobre o se realiza una anamnesis detallada si es la primera vez que el Adulto ingresa a terapia. Se recogen datos sobre el motivo de consulta, antecedentes médicos, síntomas, nivel de dolor y limitaciones funcionales.

2. Plan de Tratamiento Personalizado

Basado en los hallazgos de la valoración, o en la descripción dada por el Adulto se diseña un plan terapéutico con objetivos SMART (específicos, medibles, alcanzables, relevantes para mejorar estado de salud y calidad de vida del Adulto). Este puede incluir:

* Agentes físicos (electroterapia)

* Técnicas manuales (masoterapia, movilizaciones, manipulaciones)

* Ejercicio terapéutico (activos, asistidos o resistidos)

* Educación postural y recomendaciones.

3. Ejecución de la Terapia Física

Durante la sesión se aplican las técnicas y ejercicios según cada paciente . Se tiene en cuenta la respuesta individual y tolerancia a cada herramienta terapéutica .

4. Cierre y Recomendaciones

Se hace una retroalimentación del progreso observado. Se dan recomendaciones para casa (ejercicios domiciliarios, autocuidados y ahorro articular).Es importante resaltar que ***SOLO SE APLICA LAS HERRAMIENTAS TERAPEUTICAS QUE EL ADULTO MAYOR PERMITA***

FINAL: Una vez culmina la sesión, el paciente egresa en condiciones normales y se le recuerda aplicar las recomendaciones de autocuidado dadas.

CONCLUSIÓN

Una sesión de fisioterapia no solo es una intervención técnica y científica, sino también un acto de cuidado humano, donde el fisioterapeuta acompaña al paciente-Adulto no solo en su recuperación física, sino también en su bienestar integral.

Además los adultos mayores A QUIENES SE LES REALIZO TERAPIA , posterior a la culminación de esta manifiestan los cambios positivos, la sensación de bienestar y la disminución del dolor de los diversos segmentos corporales tratados y se les recuerda los cuidados que deben tener posterior al tratamiento aplicado con el fin de prolongar estas sensaciones obtenidas.

RECOMENDACIONES

- Continuar realizando en casa los ejercicios activos y de estiramiento muscular que se enseñan durante la ejecución de la sesión de manejo sedativo, con el fin de alcanzar los objetivos planteados inicialmente.
- Tener en cuenta las recomendaciones dadas de autocuidado, ahorro articular y de mantenimiento de la condición de salud del adulto mayor Integrante del centro vida del Municipio de Carcasí Santander , con el fin de generar una sensación de bienestar con una visión más positiva de la vida y de su proceso de envejecimiento.
- Asistir puntual y de forma continua a todas las actividades y sesiones programadas de manejo sedativo planeadas por el CENTRO VIDA ya que de la constancia y de la aplicación de las recomendaciones dadas y plan casero seguidas por parte del adulto mayor depende el éxito del tratamiento.

ACTIVIDAD # 2 CHARLA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO

OBJETIVO: Brindar información al Adulto mayor sobre el autocuidado, como un acto de Amor Propio mediante la realización de pequeñas practicas día a día .

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD : Para la realización de la actividad se organiza la grupo en círculo y utilizando un lenguaje de fácil comprensión se explica en que consiste el autocuidado , cuáles son los tipos de autocuidado y como practicar los diferentes tipos de autocuidado.

Qué es el autocuidado?

El autocuidado es cuidar constantemente nuestra salud física, mental y emocional. Es reconocer nuestras necesidades y atenderlas con responsabilidad. Es una manera de mostrarnos amor propio y de prevenir el desgaste que puede traer el ritmo acelerado de la vida diaria. Cuidarnos a nosotros mismos incluye hábitos básicos como dormir bien, alimentarnos sanamente o hacer ejercicio, hasta poner límites, darnos espacios de descanso o buscar ayuda profesional cuando la necesitamos. Practicar el autocuidado nos permite vivir de forma más equilibrada, sentirnos mejor con nosotros mismos y tener relaciones más saludables con los demás.

Características del autocuidado: El autocuidado es una práctica personal que se manifiesta de muchas formas. Estas son algunas de sus principales características:

- **Es intencional y consciente**: No ocurre por accidente, sino que requiere tomar decisiones activas para cuidar de uno mismo.
- **Es individualizado**: Cada persona tiene necesidades distintas, por lo tanto, el autocuidado varía según lo que cada quien necesita para sentirse bien.
- **Es constante y diario**: No se trata de hacer algo por ti una vez al mes, sino de mantener hábitos y acciones regulares que te ayuden a estar en equilibrio.
- **Incluye todas las áreas del bienestar**: El autocuidado abarca la salud física, mental, emocional, social y espiritual.
- **Implica establecer límites saludables**: Saber decir “no” y proteger tu tiempo y energía es parte fundamental del autocuidado.
- **Promueve la prevención**: Ayuda a evitar el agotamiento, el estrés crónico o problemas de salud al atender las señales del cuerpo y la mente a tiempo.
- **Fomenta la responsabilidad personal**: Nos recuerda que somos los principales responsables de nuestro bienestar y que merecemos priorizarnos.

Tipos de Autocuidado

1. **Autocuidado físico**

Se trata de **cuidar tu cuerpo físico y tu salud**.

Ideas de autocuidado físico

- Tener una vida activa, evitando el estrés.
- Dormir de 6 a 8 horas diarias
- Tomar descansos breves entre una actividad y otra
- Crear espacios para actividades de ocio y recreativas
- Alimentación saludable
- Mantén una dieta balanceada
- Hidrátarse con frecuencia
- Higiene personal diaria
- Realizar actividad física mínimo 3 veces por semana

2**.Autocuidado mental**

A grandes rasgos, se trata de aquellas **actividades que mantienen la mente sana**, y de los hábitos que ejercitan el pensamiento creativo y el pensamiento crítico.

Ideas de autocuidado intelectual

- Aprender algo nuevo todos los días
- Capacitarse continuamente para adquirir nuevas habilidades
- Tener buena higiene del sueño
- Leer con frecuencia
- Practicar juegos de destreza mental, como sopa de letras , crucigramas ajedrez, rompecabezas, memoria, etc.
- Realiza actividades artísticas que despierten la creatividad..
- Intenta alguna manualidad

3. **Autocuidado emocional**

La clave principal para el autocontrol emocional, es **estar conscientes de lo que estamos sintiendo**, sin juzgar las emociones como “buenas o malas”, “negativas o positivas”, “dolorosas o placenteras”. Es importante comprender que las emociones tienen la función de regular nuestra realidad, sin ellas no se puede actuar de manera efectiva. Por lo tanto, si cierta circunstancia provoca “miedo”, no es

recomendable que se niegue, sino que se identifique, se acepte, y actuar de acuerdo a lo que se piense.

Ideas de autocuidado emocional

- Ser honesto/a acerca de los sentimientos. Pregúntarse con frecuencia “Esto que está ocurriendo, ¿qué me hace sentir? ¿Esto que siento, qué me está indicando?”
- Darse un espacio para analizar y reflexionar aquello que realmente no te está funcionando.
- Acepta tus emociones sin juzgarlas. Llorar cuando lo necesites.
- Expresar los sentimientos de forma asertiva
- Aprender a perdonarse por los errores y fracasos, también perdonar a los demás por sus equivocaciones y descuidos
- Consultar a un especialista en salud mental cuando sientas que no puedes solucionar tus problemas solos.
- Meditar.
- Realiza actividades que ayuden a cultivar el buen humor, la tranquilidad y la empatía
- Tomarse el tiempo para estar con un amigo o familiar que realmente lo escuche.

4. Autocuidado Social

Las relaciones sociales son parte de la naturaleza humana. Procurar relaciones constructivas nos da grandes beneficios, por ejemplo, nos impulsa a lograr nuestros objetivos y a sentirnos queridos y valorados. **La conexión con otras personas es necesaria** para entender que no estamos solos y llevar una vida plena.

Ideas de autocuidado social

- Buscar relaciones constructivas, y evita relaciones destructivas
- Salir a compartir con amigos participar en actividades recreativas
- Mantener contacto con aquellos que están a la distancia
- Unirse a grupos de personas que compartan tus intereses.
- Aprender a iniciar y mantener conversaciones con gente nueva.

CONCLUSION

El autocuidado es un hábito que podemos incorporar a nuestra vida cada día. Es importante empezar con pequeños actos hasta que se vuelva una rutina. No importa en qué etapa de la vida estemos, **es indispensable incorporar prácticas de autocuidado** en nuestro día a día. Cuidarme a mí mismo, significa preguntarme con cierta frecuencia qué necesito, y darme una respuesta franca, para hacer lo que está bien para mí en el momento en que me lo estoy preguntando.
Debemos tomar en cuenta, que **somos seres biológicos, racionales, emocionales, sociales y espirituales**, por lo tanto, nuestras necesidades de autocuidado deben estar guiadas en satisfacer dichas dimensiones.

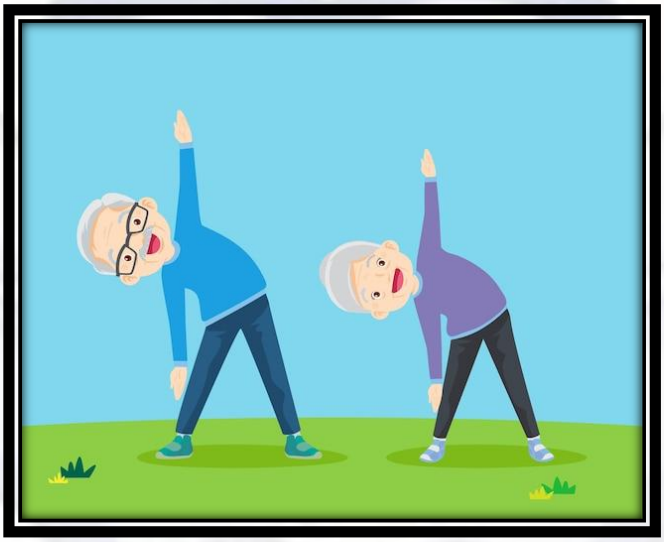
LURY CAROLINA LOPEZ ACEROS

RP O12598 SANTA FE DE BOGOTA

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME ACTIVIDAD FÍSICA

“Preservar la movilidad, fortalecer la autonomía y prolongar una vida activa y saludable”



1 - 17 DE DICIEMBRE DEL 2025

LUZ ADRIANA ESPEJO URIBE
TECNICO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

PERIODO: 1 - 17 de diciembre de 2025

OBJETIVO GENERAL: Contribuir al mejoramiento de la salud física, el bienestar emocional y la interacción social de las personas de la tercera edad mediante la implementación de actividades físicas adaptadas a sus capacidades y necesidades**.**

OBJETIVOS ESPECIFICOS ACTIVIDAD FISICA:

1. Promover la movilidad articular, el fortalecimiento muscular y el equilibrio en los adultos mayores mediante la aplicación de ejercicios físicos adaptados a su edad y capacidades funcionales.
2. Favorecer la interacción social y el trabajo en equipo a través de la implementación de actividades grupales que contribuyan al fortalecimiento de los vínculos entre los participantes.
3. Contribuir al bienestar emocional y al fortalecimiento de la autoestima de los adultos mayores, propiciando un ambiente de respeto, motivación y participación activa durante el desarrollo de las actividades.

MATERIALES DE TRABAJO:

- Pesas para brazos
- Juegos de mesa (dominó)
- Cartas
- Rana
- Bandas elásticas

POBLACION: ADULTOS MAYORES INTEGRANTES DEL CENTRO VIDA DE SANTA CRUZ DE LA COLINA, MATANZA.

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDADES DESARROLLADAS DE ACTIVIDAD FISICA

ACTIVIDAD # 1: Estiramiento corporal

OBJETIVO: Mejorar la flexibilidad, la movilidad articular y la relajación muscular de los adultos mayores mediante la realización de ejercicios de estiramiento seguros y adaptados a sus capacidades, contribuyendo a la prevención de lesiones y al bienestar físico general.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad de estiramiento corporal se desarrolló al inicio, con una duración aproximada de 10 a 15 minutos, en un ambiente tranquilo y seguro. Previamente, se brindaron indicaciones claras a los adultos mayores sobre la correcta ejecución de los movimientos y la importancia de realizar los ejercicios de forma lenta y controlada, respetando sus límites físicos.

Los estiramientos se realizaron de manera progresiva, comenzando por el cuello y los hombros, continuando con brazos, espalda, cadera, piernas y tobillos. Cada ejercicio se mantuvo durante varios segundos, acompañado de una respiración profunda y pausada, favoreciendo la relajación muscular y la movilidad articular.

Durante toda la actividad se supervisó a los adultos mayores para garantizar una correcta postura y prevenir posibles molestias o lesiones. Asimismo, se fomentó un ambiente de calma, respeto y motivación, permitiendo que se sintieran cómodos y participaran activamente en la actividad.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 2: Actividad de entretenimiento cognitivo

OBJETIVO: Estimular las funciones cognitivas de los adultos mayores, tales como la memoria, la atención, el razonamiento y la concentración, mediante actividades lúdicas y recreativas, favoreciendo al mismo tiempo la socialización y el bienestar emocional.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La jornada comenzó con una cálida bienvenida, se llevó a cabo en un ambiente tranquilo y organizado, con una duración aproximada de 40 a 60 minutos. Al inicio, se explicó a los participantes el objetivo de la actividad y las instrucciones de cada juego, asegurando su comprensión y promoviendo la participación activa.Se utilizaron juegos y dinámicas adaptadas a las capacidades cognitivas de los adultos mayores, tales como juegos de memoria, asociación, cálculo sencillo y resolución de problemas. Las actividades se realizaron de manera individual y grupal, fomentando la atención, la concentración y el razonamiento, así como la interacción social entre los participantes.

Durante el desarrollo de la actividad, se brindó acompañamiento y apoyo constante, respetando el ritmo de cada participante y promoviendo un ambiente de respeto, motivación y disfrute. Al finalizar, se reforzó la importancia de estas actividades para el mantenimiento de las funciones cognitivas y el bienestar general.

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 3: RUTINA DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR

OBJETIVO: Mejorar la fuerza y resistencia muscular de los adultos mayores mediante ejercicios adaptados a sus capacidades físicas, contribuyendo al mantenimiento de la movilidad, la autonomía funcional y la prevención de lesiones.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad se inició con una breve explicación sobre la importancia del fortalecimiento muscular y la correcta ejecución de los ejercicios. Se realizó un calentamiento previo de 5 a 10 minutos, con movimientos suaves de articulaciones y estiramientos dinámicos, para preparar los músculos y reducir el riesgo de lesiones.

Posteriormente, los participantes realizaron una serie de ejercicios de fortalecimiento adaptados a sus capacidades físicas, utilizando pesas ligeras, bandas elásticas o el propio peso corporal.
Durante toda la actividad se supervisó la correcta postura y ejecución de los ejercicios, brindando apoyo y motivación constante. La sesión concluyó con un enfriamiento, incluyendo estiramientos suaves y respiración profunda, favoreciendo la relajación muscular y el bienestar general de los adultos mayores.

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 4: CINTAS ELASTICAS DE RESISTENCIA

OBJETIVO: Fortalecer la musculatura y mejorar la resistencia de los adultos mayores mediante ejercicios adaptados con cintas elásticas de resistencia, promoviendo la movilidad, la autonomía funcional y la prevención de lesiones.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad comenzó con una explicación sobre el uso seguro de las cintas elásticas y la importancia del fortalecimiento muscular para mantener la movilidad y la funcionalidad en los adultos mayores. Se realizó un calentamiento previo de 5 a 10 minutos, incluyendo movimientos articulares y estiramientos dinámicos, preparando los músculos para el ejercicio.
Seguidamente, los participantes realizaron ejercicios de fuerza y resistencia utilizando cintas elásticas, enfocados en los principales grupos musculares: brazos, hombros, espalda, abdomen y piernas. Las repeticiones y la intensidad se ajustaron al nivel y capacidades de cada participante, asegurando una práctica segura y efectiva.
Durante toda la sesión se brindó supervisión constante, corrigiendo posturas y ofreciendo apoyo cuando era necesario. La actividad concluyó con un enfriamiento, que incluyó estiramientos suaves y respiración profunda, promoviendo la relajación muscular, la prevención de lesiones y el bienestar general de los adultos mayores.

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 5: CAMINATA ECOLOGICA

OBJETIVO: Promover la actividad física, el bienestar emocional y la conexión con la naturaleza en los adultos mayores mediante la realización de una caminata adaptada a sus capacidades, fomentando la socialización, la movilidad y hábitos de vida saludables.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La caminata ecológica se llevó a cabo en un entorno natural seguro, con rutas planificadas de acuerdo con las capacidades físicas de los adultos mayores, garantizando comodidad y seguridad durante toda la actividad. La duración de la caminata fue de aproximadamente 30 a 45 minutos, incluyendo pausas para descanso y hidratación.

Previo a la caminata, se realizaron ejercicios de calentamiento suaves para preparar músculos y articulaciones, y se ofrecieron indicaciones sobre la postura y el ritmo adecuado para cada participante. Durante la caminata, se fomentó la observación del entorno natural, promoviendo la relajación, la conexión con la naturaleza y la estimulación sensorial.La actividad también incluyó momentos de interacción social, en los que compartieron experiencias y fortalecieron los vínculos grupales. Al finalizar, se realizó un enfriamiento con estiramientos suaves y respiración profunda, favoreciendo la recuperación muscular y el bienestar general de los participantes.

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD #6: BINGO

OBJETIVO: Fomentar la estimulación cognitiva, la socialización y el entretenimiento en los adultos mayores mediante la participación en el juego de bingo, promoviendo la atención, la memoria, la interacción grupal y el bienestar emocional.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad de bingo se llevó a cabo, garantizando que todos los participantes tuvieran visibilidad y acceso a los materiales necesarios. Se inició con una explicación de las reglas del juego, asegurando que todos comprendieran cómo participar y qué objetivos tenía la dinámica.

Durante la actividad, los participantes marcaron los números en sus cartones a medida que se anunciaban, fomentando la atención, la concentración y la memoria. Además, se promovió la interacción social, animando a los adultos mayores a compartir momentos de diversión y motivación mutua.

La sesión se desarrolló en un ambiente de respeto y diversión, asegurando que cada participante pudiera disfrutar del juego a su propio ritmo. Al finalizar, se destacó la importancia de estas actividades lúdicas para el bienestar emocional y la estimulación cognitiva, reforzando los vínculos entre los integrantes del grupo.

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email. **fundacionlazosfraternos@hotmail.com**
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

CONCLUSIONES

- Las actividades físicas adaptadas a las capacidades de los adultos mayores contribuyen significativamente al mejoramiento de la movilidad, fuerza y equilibrio, favoreciendo la autonomía funcional y la prevención de lesiones.

- La implementación de dinámicas grupales y recreativas, como caminatas, juegos o actividades con bandas elásticas, estimula la socialización y fortalece los vínculos interpersonales, promoviendo un ambiente de respeto y motivación.

- Las actividades físicas también tienen un impacto positivo en el bienestar emocional y la autoestima de los participantes, generando sensación de logro, disfrute y relajación.

- La combinación de ejercicios físicos, actividades cognitivas y recreativas permite un enfoque integral del cuidado de los adultos mayores, abordando tanto la salud física como la mental y social.

LUZ ADRIANA ESPEJO URIBE

TECNICO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME DE ACTIVIDADES

CATHERINE RODRIGUEZ GUERRERO

1 - 17 de diciembre de 2025

R.L FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

RECOMENDACIONES GENERALES ALIMENTACION ADULTOS MAYORES

1. Planificar comidas balanceadas incluyendo una variedad de alimentos de los cinco grupos.

2. Ingerir al día, 2 PORCIONES de fruta, 3 de hortalizas, especialmente de colores brillantes y sabores fuertes tales como papaya, mangó, espinaca, zanahoria, repollo y cebolla lila, entre otros.

3. Consumir 3 porciones de cereales altos en fibra para evitar problemas gastrointestinales, alimentar las bacterias protectoras del intestino, regular niveles de colesterol LDL y glucosa en sangre. La fibra contribuye, además, a prevenir o controlar la obesidad, ciertos tipos de cáncer, enfermedades del corazón y diabetes.

4. Preferir una variedad de aves y carnes magras con bajo contenido de grasa como opciones de alimentos proteicos. Aumentar también la variedad y cantidad de legumbres (habichuelas), pescados y mariscos.

5. Consumir 2 tazas de leche descremada o baja en grasa durante todo el día. Si no tolera la leche, puede sustituir con productos lácteos bajos o libres de lactosa o ingerir porciones más pequeñas. Otras opciones son yogur y queso

6. Ingerir alimentos ricos en calcio y vitamina D como la leche baja en grasa, yogur, salmón y sardinas enlatados con sus huesos, legumbres (habichuelas) y tofú.

7. Enfatizar en nutrientes como el potasio, vitamina B12, hierro, zinc, ácidos grasos polinsaturados (Omega 3) para proteger los sistemas inmunológico y nervioso.

8. Consumir cantidades adecuadas de líquidos para prevenir la deshidratación, evitar el estreñimiento y asegurar una mejor utilización de los medicamentos.

9. Alcanzar un peso corporal saludable y mantenerse físicamente activo, fuerte e independiente, de acuerdo a su estado de salud, reduce el riesgo de desarrollar enfermedades y discapacidad lo que mejorará su calidad de vida.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

10. Estar activo al menos 3 días a la semana es un buen objetivo. Los adultos de cualquier edad necesitan al menos 30 minutos de actividad física de intensidad moderada diariamente o 150 minutos (2 ½ horas) cada semana.

11. Limitar el consumo de bebidas alcohólicas (si las ingiere) a no más de un trago o bebida al día para, entre otras cosas, evitar el riesgo de sufrir una caída y la interacción del alcohol con los medicamentos. Un trago equivale a 12 onza de cerveza, 1 ½ onzas de ron o 5 onzas de vino.

12. Realzar el sabor de los alimentos con hierbas y especias en lugar de sal. Las personas de 50 años o más no deben exceder más de 2/3 cucharaditas de sal al día.

13. Limitar el consumo de azúcar diario a no más de 6 cucharaditas las mujeres y 9 cucharaditas los hombres.

14. Seleccionar alimentos bajos en sodio.

15. Preferir alimentos fortificados con vitamina B12 (ej. cereales fortificados).

16. Agregar frutas y hortalizas en rodajas o pre cortadas a las comidas y meriendas.

17. Consumir agua, té, jugo 100% y caldo claro bajo en sodio en lugar de bebidas azucaradas o refrescos para hidratarse.

18. Consultar al médico y al profesional de Nutrición y Dietética licenciado, si observa cambios en el apetito o en el deseo de comer y en el estado de salud.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA DE LA INGESTA ALIMENTARIA SUMINISTRADA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

INCLUYE: MEDIA MAÑANA, ALMUERZO Y MEDIA TARDE

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

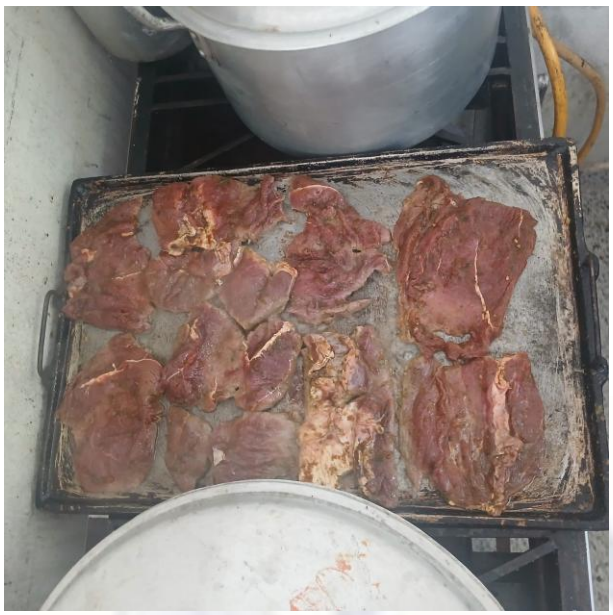
FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2



–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ENCUENTRO E INTEGRACIÓN DE EXPERIENCIAS, SABERES Y VIVENCIAS DEL ADULTO MAYOR EN LOS CENTRO POBLADOS DEL PAUJIL Y SANTA CRUZ DE LA COLINA

PERIODO 01 – 17 DE DICIEMBRE DE 2025

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

R/L LURY CAROLINA LOPEZ ACEROS

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

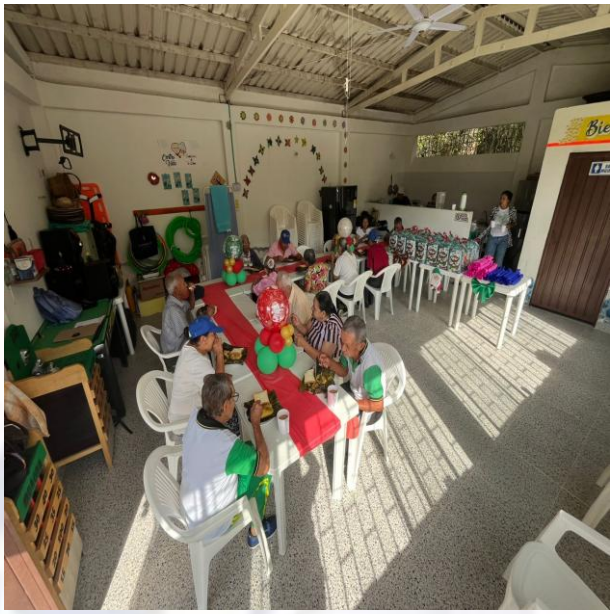
OBJETIVO

Contribuir al bienestar integral y al fortalecimiento del sentido de reconocimiento y acompañamiento social de los beneficiarios mediante la entrega de anchetas navideñas, como un gesto solidario que promueva la dignificación, la inclusión y el compartir en el marco de la época navideña.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2



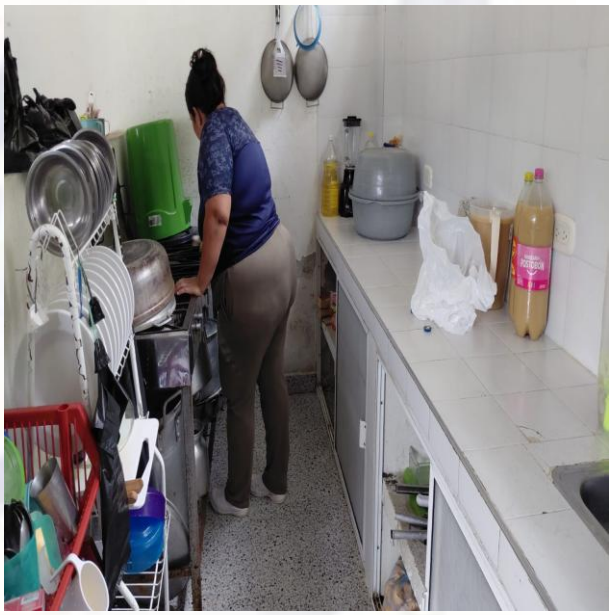
–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ADECUACION DE INSTALACIONES

1. **Limpieza y desinfección del centro vida.**

Garantizar condiciones óptimas de higiene, orden y salubridad en las instalaciones, mediante la realización de actividades de aseo y limpieza, con el fin de proporcionar un ambiente seguro, digno y adecuado para el bienestar, la salud y la atención integral de los usuarios y del personal.



–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACONDICIONAMIENTO LOCATIVO

Mejorar y adecuar las condiciones físicas y funcionales de las instalaciones mediante acciones de acondicionamiento locativo, con el fin de garantizar espacios seguros, accesibles y confortables que favorezcan la atención integral, la permanencia y el bienestar de los usuarios y del personal.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME DE ACTIVIDADES

CATHERINE RODRIGUEZ GUERRERO

1 - 17 de diciembre de 2025

R.L FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

RECOMENDACIONES GENERALES ALIMENTACION ADULTOS MAYORES

1. Planificar comidas balanceadas incluyendo una variedad de alimentos de los cinco grupos.

2. Ingerir al día, 2 PORCIONES de fruta, 3 de hortalizas, especialmente de colores brillantes y sabores fuertes tales como papaya, mangó, espinaca, zanahoria, repollo y cebolla lila, entre otros.

3. Consumir 3 porciones de cereales altos en fibra para evitar problemas gastrointestinales, alimentar las bacterias protectoras del intestino, regular niveles de colesterol LDL y glucosa en sangre. La fibra contribuye, además, a prevenir o controlar la obesidad, ciertos tipos de cáncer, enfermedades del corazón y diabetes.

4. Preferir una variedad de aves y carnes magras con bajo contenido de grasa como opciones de alimentos proteicos. Aumentar también la variedad y cantidad de legumbres (habichuelas), pescados y mariscos.

5. Consumir 2 tazas de leche descremada o baja en grasa durante todo el día. Si no tolera la leche, puede sustituir con productos lácteos bajos o libres de lactosa o ingerir porciones más pequeñas. Otras opciones son yogur y queso

6. Ingerir alimentos ricos en calcio y vitamina D como la leche baja en grasa, yogur, salmón y sardinas enlatados con sus huesos, legumbres (habichuelas) y tofú.

7. Enfatizar en nutrientes como el potasio, vitamina B12, hierro, zinc, ácidos grasos polinsaturados (Omega 3) para proteger los sistemas inmunológico y nervioso.

8. Consumir cantidades adecuadas de líquidos para prevenir la deshidratación, evitar el estreñimiento y asegurar una mejor utilización de los medicamentos.

9. Alcanzar un peso corporal saludable y mantenerse físicamente activo, fuerte e independiente, de acuerdo a su estado de salud, reduce el riesgo de desarrollar enfermedades y discapacidad lo que mejorará su calidad de vida.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

10. Estar activo al menos 3 días a la semana es un buen objetivo. Los adultos de cualquier edad necesitan al menos 30 minutos de actividad física de intensidad moderada diariamente o 150 minutos (2 ½ horas) cada semana.

11. Limitar el consumo de bebidas alcohólicas (si las ingiere) a no más de un trago o bebida al día para, entre otras cosas, evitar el riesgo de sufrir una caída y la interacción del alcohol con los medicamentos. Un trago equivale a 12 onza de cerveza, 1 ½ onzas de ron o 5 onzas de vino.

12. Realzar el sabor de los alimentos con hierbas y especias en lugar de sal. Las personas de 50 años o más no deben exceder más de 2/3 cucharaditas de sal al día.

13. Limitar el consumo de azúcar diario a no más de 6 cucharaditas las mujeres y 9 cucharaditas los hombres.

14. Seleccionar alimentos bajos en sodio.

15. Preferir alimentos fortificados con vitamina B12 (ej. cereales fortificados).

16. Agregar frutas y hortalizas en rodajas o pre cortadas a las comidas y meriendas.

17. Consumir agua, té, jugo 100% y caldo claro bajo en sodio en lugar de bebidas azucaradas o refrescos para hidratarse.

18. Consultar al médico y al profesional de Nutrición y Dietética licenciado, si observa cambios en el apetito o en el deseo de comer y en el estado de salud.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA DE LA INGESTA ALIMENTARIA SUMINISTRADA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

INCLUYE: MEDIA MAÑANA, ALMUERZO Y MEDIA TARDE

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ENCUENTRO E INTEGRACIÓN DE EXPERIENCIAS, SABERES Y VIVENCIAS DEL ADULTO MAYOR EN LOS CENTRO POBLADOS DEL PAUJIL Y SANTA CRUZ DE LA COLINA

PERIODO 01 – 17 DE DICIEMBRE DE 2025

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

R/L LURY CAROLINA LOPEZ ACEROS

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

OBJETIVO

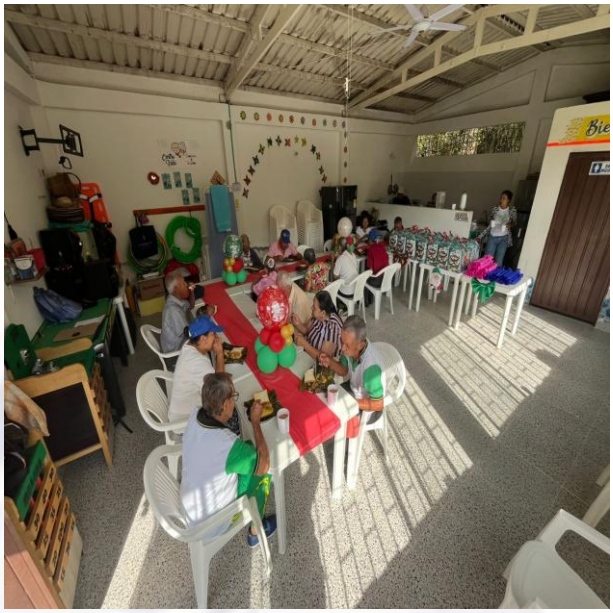
Contribuir al bienestar integral y al fortalecimiento del sentido de reconocimiento y acompañamiento social de los beneficiarios mediante la entrega de anchetas navideñas, como un gesto solidario que promueva la dignificación, la inclusión y el compartir en el marco de la época navideña.

CORREGIMIENTO SANTA CRUZ DE LA COLINA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2



CORREGIMIENTO EL PAUJIL

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

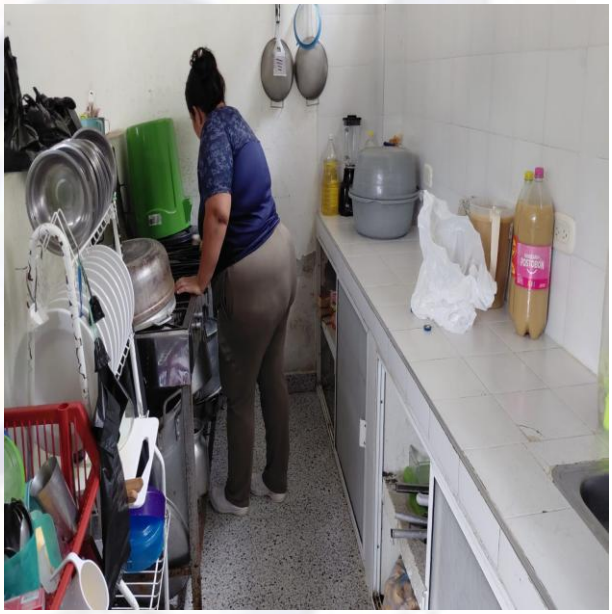
–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ADECUACION DE INSTALACIONES

1. **Limpieza y desinfección del centro vida.**

Garantizar condiciones óptimas de higiene, orden y salubridad en las instalaciones, mediante la realización de actividades de aseo y limpieza, con el fin de proporcionar un ambiente seguro, digno y adecuado para el bienestar, la salud y la atención integral de los usuarios y del personal.



–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACONDICIONAMIENTO LOCATIVO

Mejorar y adecuar las condiciones físicas y funcionales de las instalaciones mediante acciones de acondicionamiento locativo, con el fin de garantizar espacios seguros, accesibles y confortables que favorezcan la atención integral, la permanencia y el bienestar de los usuarios y del personal.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME DE ENFERMERÍA EL PAUJIL

"El cuidado se convierte en un acto permanente de humanidad"

GLENDY JOHANA SANTAFE RANGEL
AUXILIAR DE ENFERMERÍA

1-17 DE DICIEMBRE DE 2025

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

OBJETIVOS

GENERAL

Promover la adopción y el fortalecimiento de hábitos de vida saludable en la población adulta mayor, orientados a mejorar su bienestar físico, mental y social, mediante estrategias educativas, preventivas y de acompañamiento que favorezcan el autocuidado y la calidad de vida.

ESPECÍFICOS

1. Fomentar en los adultos mayores el conocimiento y la práctica de hábitos saludables relacionados con la alimentación balanceada, la hidratación adecuada y la actividad física acorde a su condición funcional.
2. Sensibilizar a la población adulta mayor sobre la importancia del autocuidado, la prevención de enfermedades crónicas y la adherencia a prácticas que contribuyan al mantenimiento de su estado de salud y funcionalidad.
3. Fortalecer el bienestar emocional y la integración social de los adultos mayores mediante actividades participativas que promuevan estilos de vida activos, relaciones interpersonales saludables y un envejecimiento digno y autónomo.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

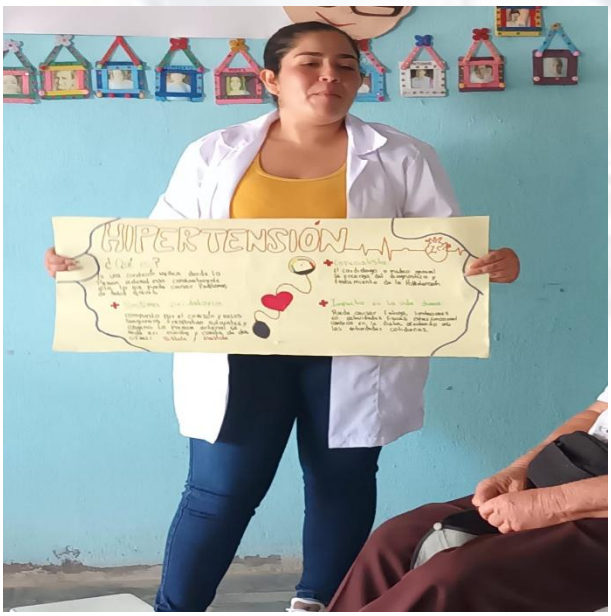
DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

Actividad #1: Charla educativa sobre enfermedades de riesgo cardiovascular

Se realizó una charla educativa dirigida a los adultos mayores, orientada a sensibilizar sobre las principales enfermedades de riesgo cardiovascular, tales como hipertensión arterial, diabetes mellitus, dislipidemias y enfermedad coronaria.

Durante la actividad se abordaron factores de riesgo modificables, signos de alarma, medidas de prevención y la importancia de la adherencia a estilos de vida saludable, incluyendo alimentación balanceada, actividad física regular y control médico periódico.

La metodología fue participativa, permitiendo la resolución de dudas y el intercambio de experiencias, con el fin de fortalecer el conocimiento y la toma de decisiones informadas frente al cuidado de la salud cardiovascular.



fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

Actividad #2: Jornada de actividad física con enfoque en ahorro articular

Se desarrolló una jornada práctica de actividad física adaptada a la población adulta mayor, con orientación hacia ejercicios de bajo impacto y medidas de ahorro articular.

La actividad incluyó ejercicios de calentamiento, movilidad articular, fortalecimiento muscular leve, equilibrio y estiramientos, realizados bajo supervisión y con indicaciones específicas para prevenir lesiones.

Se enfatizó en la correcta ejecución de los movimientos, el respeto por los límites individuales y la importancia de la actividad física regular como estrategia para mantener la funcionalidad, la autonomía y el bienestar general.

Actividad # 3: Toma de medidas antropométricas y signos vitales como apoyo a la estrategia de nutrición saludable

Se llevó a cabo una jornada de valoración individual que incluyó la toma de medidas antropométricas (peso, talla, índice de masa corporal y circunferencia abdominal) y el control de signos vitales (presión arterial, frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria), como apoyo a la estrategia de nutrición saludable. Esta actividad permitió identificar el estado nutricional y cardiovascular de los participantes, detectar factores de riesgo y orientar recomendaciones personalizadas en alimentación, autocuidado y seguimiento clínico, fortaleciendo el enfoque preventivo y la atención integral del adulto mayor.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

CONCLUSIONES

1. Las actividades educativas y prácticas realizadas permitieron fortalecer el conocimiento de los adultos mayores sobre las enfermedades de riesgo cardiovascular, promoviendo una mayor conciencia frente a la prevención, el autocuidado y la adopción de hábitos de vida saludable.
2. La jornada de actividad física con enfoque en ahorro articular evidenció la importancia de implementar ejercicios adaptados a las condiciones funcionales de los adultos mayores, contribuyendo al mantenimiento de la movilidad, la autonomía y la prevención de lesiones.
3. La toma de medidas antropométricas y el control de signos vitales facilitaron la identificación temprana de factores de riesgo nutricional y cardiovascular, permitiendo orientar recomendaciones individualizadas y reforzar la estrategia de nutrición saludable.
4. La articulación de actividades educativas, de valoración clínica y de práctica física favoreció un abordaje integral del adulto mayor, fortaleciendo la promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.
5. Las intervenciones desarrolladas demostraron ser pertinentes y bien aceptadas por la población adulta mayor, evidenciando la necesidad de dar continuidad a este tipo de estrategias para mejorar la calidad de vida y fomentar un envejecimiento activo y saludable.

GLENDY JOHANA SANTAFE RANGEL

AUXILIAR DE ENFERMERIA

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

18 de diciembre de 2025

REFERENCIA: PAZ Y SALVO.

La presente para informar que la señora **Lury Carolina López Aceros con CC. 63.396.192 de Málaga, Santander**, en calidad de representante legal de la **Fundación Lazos Fraternos de Amor y Esperanza NIT 900956647-2** arrendatario del inmueble ubicado en la vereda El Paujil, corregimiento la colina; se encuentra a paz y salvo por concepto de canon de arrendamiento así como los servicios públicos del lugar, desde la fecha 01 al 17 de diciembre de 2025), con el objeto de la prestación de servicios el centro de bienestar CENTRO VIDA.

Cordialmente,

Blanca Gomez Vera

Blanca Gómez Vera
Propietaria del inmueble

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

CERTIFICACIÓN

Por medio de la presenta la **Fundación Lazos Fraternos de Amor y Esperanza** identificada con **NIT 900956947-2** certifica a la fecha del 18 de diciembre de 2025 que:

Se encuentra a paz y salvo con:

1. Compromisos laborales, contables y administrativos.
2. Pago a proveedores.
3. Nómina del talento humano.
4. Pagos de seguridad social y parafiscales.

En constancia, se firma.

Lury Carolina López Aceros

CC. 63.396.192 de Málaga.

RL Fundación Lazos Fraternos de Amor y Esperanza

NOTA: Para fines de verificación puede contactarse al teléfono: 3168324748.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

ESSA
Grupo·epm

TU CUENTA: 80226
Datos Personales

Periodo facturado:
Tú energía ha sido subsidiada en un
$111,017
-$44,208
$77,911
23/DIC/2025

Calculo del consumo:
Componentes del costo unitario $/kWh

Datos Comerciales:
Datos Técnicos:
Calidad del Servicio:

Concepto energía ESSA
Total servicio:
$66,809

Alumbrado público
Base gravable $111,017
Tarifa impuesto alumbrado público(AP) 10%
Impuesto municipal alumbrado público $11,102
Total impuesto AP:
$11,102

Essa en casa y otros servicios
Concepto Valor Saldo
Total otros servicios

Estado Financiaciones y Diferidos
Concepto Deuda Inicial Tasa Cuota Saldo Fecha Inicial Fecha Final

Tu Cuenta: 80226
Este es el valor que pagas sin impuesto de alumbrado público
Total: $66,809
Total: $77,911
Este es el valor que pagas por servicio de energía, impuesto de alumbrado público, otros conceptos

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME DE ACTIVIDADES

COORDINACIÓN

BLANCA GOMEZ VERA

1-17 DE DICIEMBRE DE 2025

R.L FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INTRODUCCIÓN

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

RECOMENDACIONES PARA ALIMENTAR ADULTOS MAYORES

1. Planificar comidas balanceadas incluyendo una variedad de alimentos de los cinco grupos.

2. Ingerir al día, 2 PORCIONES de fruta, 3 de hortalizas, especialmente de colores brillantes y sabores fuertes tales como papaya, mangó, espinaca, zanahoria, repollo y cebolla lila, entre otros.

3. Consumir 3 porciones de cereales altos en fibra para evitar problemas gastrointestinales, alimentar las bacterias protectoras del intestino, regular niveles de colesterol LDL y glucosa en sangre. La fibra contribuye, además, a prevenir o controlar la obesidad, ciertos tipos de cáncer, enfermedades del corazón y diabetes.

4. Preferir una variedad de aves y carnes magras con bajo contenido de grasa como opciones de alimentos proteicos. Aumentar también la variedad y cantidad de legumbres (habichuelas), pescados y mariscos.

5. Consumir 2 tazas de leche descremada o baja en grasa durante todo el día. Si no tolera la leche, puede sustituir con productos lácteos bajos o libres de lactosa o ingerir porciones más pequeñas. Otras opciones son yogur y queso

6. Ingerir alimentos ricos en calcio y vitamina D como la leche baja en grasa, yogur, salmón y sardinas enlatados con sus huesos, legumbres (habichuelas) y tofú.

7. Enfatizar en nutrientes como el potasio, vitamina B12, hierro, zinc, ácidos grasos polinsaturados (Omega 3) para proteger los sistemas inmunológico y nervioso.

8. Consumir cantidades adecuadas de líquidos para prevenir la deshidratación, evitar el estreñimiento y asegurar una mejor utilización de los medicamentos.

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

9. Alcanzar un peso corporal saludable y mantenerse físicamente activo, fuerte e independiente, de acuerdo a su estado de salud, reduce el riesgo de desarrollar enfermedades y discapacidad lo que mejorará su calidad de vida.

10. Estar activo al menos 3 días a la semana es un buen objetivo. Los adultos de cualquier edad necesitan al menos 30 minutos de actividad física de intensidad moderada diariamente o 150 minutos (2 ½ horas) cada semana.

11. Limitar el consumo de bebidas alcohólicas (si las ingiere) a no más de un trago o bebida al día para, entre otras cosas, evitar el riesgo de sufrir una caída y la interacción del alcohol con los medicamentos. Un trago equivale a 12 onza de cerveza, 1 ½ onzas de ron o 5 onzas de vino.

12. Realzar el sabor de los alimentos con hierbas y especias en lugar de sal. Las personas de 50 años o más no deben exceder más de 2/3 cucharaditas de sal al día.

13. Limitar el consumo de azúcar diario a no más de 6 cucharaditas las mujeres y 9 cucharaditas los hombres.

14. Seleccionar alimentos bajos en sodio.

15. Preferir alimentos fortificados con vitamina B12 (ej. cereales fortificados).

16. Agregar frutas y hortalizas en rodajas o pre cortadas a las comidas y meriendas.

17. Consumir agua, té, jugo 100% y caldo claro bajo en sodio en lugar de bebidas azucaradas o refrescos para hidratarse.

18. Consultar al médico y al profesional de Nutrición y Dietética licenciado, si observa cambios en el apetito o en el deseo de comer y en el estado de salud.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

MEDIA MAÑANA - ALMUERZO – MEDIA TARDE

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

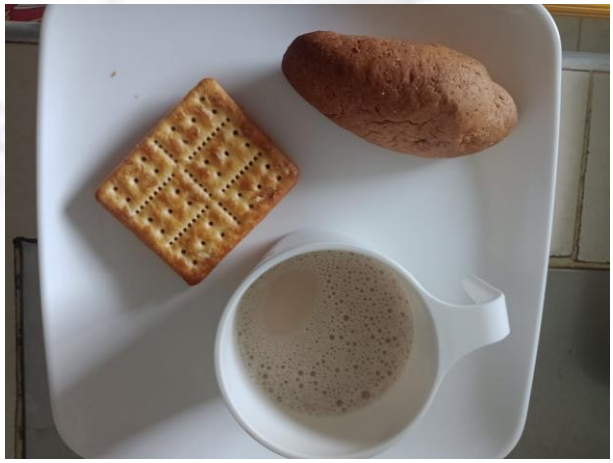
FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2



–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

APOYOS A ACTIVIDADES DE MANUALIDADES

OBJETIVO

COLABORAR EN LAS DIFERENTES ACTIVIDADES QUE REALICE LA ENCARGADA DE LAS MANUALIDADES DEL CENTRO VIDA.

ACTIVIDAD #1: Silueta de árbol de navidad**.**

Desarrollar en los adultos mayores Habilidades y reanudar el desarrollo de la imaginación al decorar

ACTIVIDAD #2: Muñeca**.**

Desarrollar en los Adultos Mayores la creatividad, principalmente la motricidad fina, aunque también se activan componentes de la motricidad cognitiva y sensorial mediante la elaboración y en manejo de diferentes clases de materiales.

ACTIVIDAD #3: Faroles.

El objetivo de la elaboración de faroles es fortalecer la funcionalidad de las manos y la agilidad mental del adulto mayor, mientras se rescatan tradiciones culturales que promueven su integración social y alegría emocional dentro del Centro Vida.

ACTIVIDAD #4: Armado de pesebre.

El objetivo de la elaboración del pesebre busca la colaboración e integración de los adultos mayores del centro vida va más allá de la tradición religiosa.

El objetivo es activar recuerdos de la infancia y tradiciones familiares, evocar estas vivencias ayuda a mantener la continuidad de la identidad personal y reduce la desorientación.

ACTIVIDAD #5: Silueta vela.

El objetivo de la elaboración de la silueta es fortalecer la funcionalidad de las manos y la agilidad mental del adulto mayor.

ACTIVIDAD #6: Nacimiento con palos de paleta.

Fomentar el uso de materiales económicos y accesibles, demostrando que la creatividad no tiene límites de edad y que pueden transformar objetos cotidianos en obras de arte.

ACTIVIDAD #7: Papa Noel en plato.

El objetivo de la elaboración de faroles es fortalecer la funcionalidad de las manos y la agilidad mental buscando la creatividad del adulto mayor.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

ACTIVIDAD DE MANUALIDADES

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

APOYO A LA CLAUSURA E INTEGRACIÓN DE FIN DE AÑO

OBJETIVO

Contribuir al bienestar integral y al fortalecimiento del sentido de reconocimiento y acompañamiento social de los beneficiarios mediante la entrega de anchetas navideñas, como un gesto solidario que promueva la dignificación, la inclusión y el compartir en el marco de la época navideña.

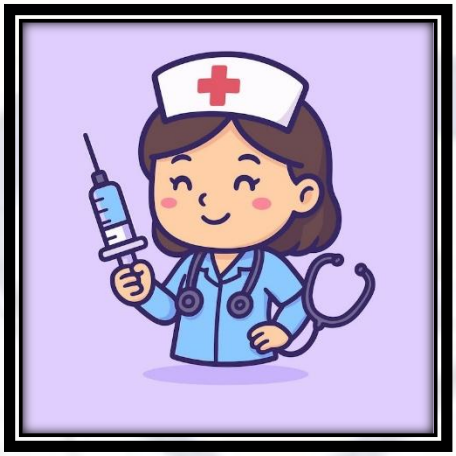
Blanca Gómez Vera

Coordinadora

–Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME ENFERMERÍA CENTRO VIDA SANTA CRUZ DE LA COLINA



KAREN DAYANNA FERNANDEZ PEÑA
AUXILIAR DE ENFERMERÍA

PERIODO: 1-17 DE DICIEMBRE DE 2025

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

INTRODUCCIÓN

El Centro Vida Santa Cruz de la Colina tiene como propósito ofrecer una atención integral e interdisciplinaria a los adultos mayores del corregimiento. Este acompañamiento se realiza mediante una comunicación constante y cercana, considerando tanto su estado físico como su bienestar emocional. La atención se brinda con un trato humano, respetuoso y orientado a mejorar la calidad de vida de cada beneficiario.

OBJETIVOS

GENERAL

Efectuar el monitoreo del estado de salud de los adultos mayores del centro vida, con el fin de mantener o reducir el riesgo de complicaciones en sus patologías existentes, a través de cuidados de enfermería.

ESPECÍFICOS	Descripción
1. Evaluar y registrar signos vitales	Obtener un control básico del estado de salud de los usuarios
2. Fomentar hábitos de vida saludable	Charlas educativas adaptadas a las realidades de los adultos mayores
3. Control de asistencia	Registro de adultos mayores en planillas correspondientes
4. Brindar apoyo en actividades	Contribuir a la adecuada ejecución de actividades con profesionales del centro

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

PROCEDIMIENTO PARA TOMA DE SIGNOS VITALES EN ADULTOS MAYORES

Preparación:

- Asegurarse de que el adulto mayor haya permanecido en reposo durante al menos 20 minutos.

- Informar al adulto mayor sobre el procedimiento y obtener su consentimiento.

- Posicionar al adulto mayor de manera cómoda y segura.

Medición:

- Utilizar instrumentos adecuados:

  - Tensiómetro digital para presión arterial

  - Termómetro de mercurio para temperatura

Registrar los siguientes parámetros:

  - Presión arterial

  - Frecuencia cardíaca

  - Temperatura

Registro y Seguimiento:

- Organizar y registrar los datos obtenidos en una libreta correspondiente.

- Realizar el registro de manera semanal para seguimiento y análisis.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

PROCEDIMIENTO PARA TALLA Y PESO EN ADULTOS MAYORES

Medición de Peso:

- Ubicar al adulto mayor en frente de la báscula.
- Ayudar al adulto mayor a subir a la báscula.
- Registrar el peso.

Medición de Talla:

- Colocar la cinta métrica en la pared a una altura adecuada.
- Ubicar al adulto mayor de pie, con los pies juntos y la espalda recta.
-

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

- Colocar una regla en la parte superior de la cabeza del adulto mayor, asegurándose de que esté nivelada.

- Registrar la talla.

CHARLAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD

Objetivo:

Fomentar estilos de vida saludables y prevenir enfermedades en individuos y comunidades a través de encuentros educativos y participativos.

Metodología:

- Actividades y orientaciones sobre el autocuidado dirigidas a familias y personas.
-

- Detección de riesgos y enfermedades.
- Apoyo para adoptar prácticas de vida saludable como método de vida.

Temas Tratados:

- Enfermedades cardiovasculares
- La importancia de realizar actividad física

VISITA DOMICILIARIA

Se realiza la visita domiciliaria a los adultos mayores que no hayan podido asistir al centro vida por dificultades de desplazamiento.

APOYO A COORDINACIÓN

Se brinda apoyo a los adultos mayores para desarrollar destrezas y habilidades a través de:

- Actividades manuales
- Interacción personalizada
- Supervisión del avance físico y mental mediante dinámicas específicas.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACOMPAÑAMIENTO A DEPORTE Y RECREACIÓN

Se brinda acompañamiento a todos los integrantes, con especial atención a aquellos con dificultades motrices. Se les apoya y anima a participar en actividades y ejercicios de estiramiento previo, adaptados a su condición, para lograr un avance en su condición motriz.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

fundacionlazosfraternos@hotmail.com

CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

VIGILANCIA EN HORAS DE ALMUERZO Y MINUTA SERVIDA

Se organiza a los adultos mayores y se distribuyen los platos en los horarios correspondientes:

- Media mañana
- Almuerzo
- Media tarde

Se verifica el cumplimiento de la minuta y se supervisa el consumo de alimentos.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

CONCLUSIONES

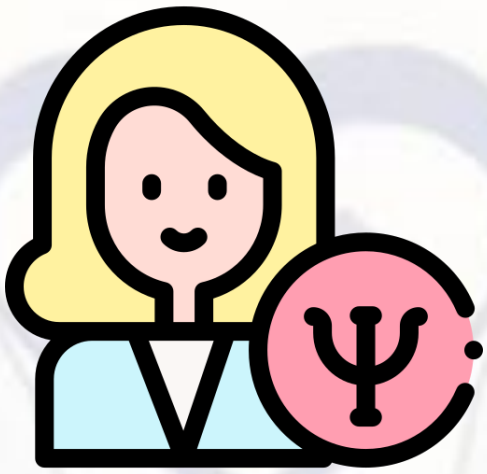
Como Técnico Laboral en Auxiliar de Enfermería, he tenido el privilegio de brindar atención integral y humanizada a los adultos mayores del Centro Vida Santa Cruz de la Colina, enfocándome en mejorar su calidad de vida a través de charlas y consejos que pueden servir para ello. A través del trabajo en equipo con otros profesionales y el apoyo de la comunidad, hemos contribuido al bienestar y mejora en la calidad de vida de esta población. Es un privilegio poder servir y acompañar a quienes han dedicado su vida a construir un mejor futuro para nosotros. Su sabiduría, experiencia y resiliencia son una fuente de inspiración constante. Estoy agradecido por la oportunidad de ser parte de este proceso y contribuir al bienestar de nuestros adultos mayores.

KAREN DAYANNA FERNANDEZ PEÑA

AUXILIAR DE ENFERMERIA

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

INFORME DE ACTIVIDADES



LIZETH PAOLA SALAZAR

PSICÓLOGA

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

INFORME DE ACTIVIDADES

Periodo: 01 al 12 de diciembre de 2025.

OBJETIVOS

Objetivo general

Sensibilizar a los adultos mayores de los municipios de Paujil y Santa Cruz de la Colina sobre la importancia del bienestar emocional, la integración social y el fortalecimiento de los vínculos afectivos durante la época navideña, promoviendo espacios de reflexión, acompañamiento y participación comunitaria.

Objetivos específicos

1. Fomentar la reflexión en los adultos mayores sobre el valor de la Navidad como un espacio de encuentro, esperanza y reconocimiento de su rol dentro de la familia y la comunidad.

2. Promover la expresión emocional y el fortalecimiento de la autoestima en los adultos mayores mediante actividades lúdicas, recreativas y participativas acordes a la época navideña.

3. Incentivar la integración social y el sentido de pertenencia comunitaria de los adultos mayores a través de actividades colectivas que favorezcan la interacción, el apoyo mutuo y la convivencia.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647-2

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS

1. Corregimiento El Paujil

Se realizó una jornada de sensibilización navideña dirigida a adultos mayores del municipio de Paujil, la cual incluyó un espacio de bienvenida, reflexión guiada sobre el significado de la Navidad y su impacto en el bienestar emocional, así como una dinámica participativa orientada a compartir experiencias, recuerdos y mensajes de esperanza.

Adicionalmente, se desarrollaron actividades lúdicas y recreativas con temática navideña, promoviendo la integración social, la expresión emocional y el fortalecimiento de los lazos comunitarios en un ambiente de respeto y acompañamiento.

2. Corregimiento Santa Cruz de la Colina

En el municipio de Santa Cruz de la Colina se llevó a cabo una actividad comunitaria de sensibilización navideña con adultos mayores, enfocada en resaltar la importancia del autocuidado, el reconocimiento personal y el valor de la experiencia de vida durante la época decembrina.

La jornada incluyó un espacio de diálogo participativo, actividades recreativas alusivas a la Navidad y momentos de convivencia grupal, orientados a fortalecer el sentido de pertenencia, la autoestima y la interacción social entre los participantes.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647-2

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647-2

CONCLUSIONES

1. Las actividades de sensibilización realizadas con adultos mayores durante la época navideña demostraron ser espacios efectivos para fortalecer el bienestar emocional, la autoestima y el sentido de pertenencia comunitaria, especialmente en una etapa del año asociada a cambios emocionales y riesgo de aislamiento social.
2. La participación activa de los adultos mayores evidenció la necesidad de generar espacios seguros de escucha, expresión emocional y reconocimiento de su experiencia de vida, lo cual contribuye positivamente a su percepción de valor personal y social.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

3. Las estrategias lúdicas, recreativas y reflexivas con enfoque cultural y contextual facilitaron la integración social y promovieron relaciones interpersonales más cercanas entre los participantes, disminuyendo sentimientos de soledad y fortaleciendo los vínculos comunitarios.
4. Se identificó que las intervenciones comunitarias con enfoque psicosocial y participativo son bien aceptadas por este grupo poblacional y representan una oportunidad para promover envejecimiento activo, salud mental y cohesión social en contextos rurales y semiurbanos.

RECOMENDACIONES

1. Dar continuidad a este tipo de intervenciones comunitarias a lo largo del año, no solo en época navideña, incorporándolas como parte de programas permanentes de bienestar, envejecimiento activo y salud mental para adultos mayores.
2. Integrar un enfoque interdisciplinario en futuras actividades, vinculando profesionales de salud, trabajo social, psicología y líderes comunitarios, con el fin de abordar de manera integral las necesidades emocionales, sociales y funcionales de los adultos mayores.
3. Diseñar actividades diferenciadas según el nivel de funcionalidad, intereses y condiciones de salud de los participantes, garantizando inclusión, accesibilidad y participación activa de todos los adultos mayores.

LIZETH PAOLA SALAZAR

Psicóloga

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647-2

INFORME ACTIVIDAD FÍSICA

"Envejecer no significa parar; significa moverse con propósito. El ejercicio es tu mejor medicina para una vida plena, llena de energía, conexión y alegría. ¡Tu cuerpo te lo agradecerá hoy y siempre!"

CLARA MARCELA RANGEL GARCIA

1 - 17 DE DICIEMBRE DE 2015

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

INTRODUCCIÓN

OBJETIVO GENERAL

Promover hábitos y estilos de vida saludable en la población adulto mayor mediante la realización de actividad física diaria con el fin de mejorar la condición física del adulto y prevenir enfermedades causadas por el sedentarismo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Mejorar las cualidades físicas como fuerza, flexibilidad, equilibrio, coordinación y propiocepción.
- Mejorar la capacidad cardio pulmonar mediante la caminata.
- Prevenir la progresión de enfermedades.

MATERIALES DE TRABAJO:

- Ula – Ula Bailable.
- Pimpones.
- Juegos didácticos para la memoria.
- Sonidos aerobics.
- Cartones de huevos.
- Juego de rana.

POBLACION: Adultos mayores integrantes del centro vida El Paujil - Municipio de Matanza, Santander.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647-2

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

ACTIVIDAD #1: Rumba terapia con Ula - Ula.

Mejorar la condición física integral del adulto mayor a través de la rumbaterapia con ula – ula, enfocándose en la recuperación de la elasticidad, el perfeccionamiento de la coordinación y el estímulo de la estabilidad.

Actividad física dirigida tanto para miembros superiores como para miembros inferiores.

Desarrollo de la actividad: Se inicia la actividad con ejercicios de calentamiento para cada una de las articulaciones del cuerpo humano iniciando con cabeza-cuello, miembros superiores, tronco superior e inferior y miembros inferiores, se realizan ejercicios de estiramiento muscular para cada uno de los grupos musculares de forma individual, se realiza con un mínimo de 5 repeticiones, manteniendo cada uno de ellos por un tiempo no inferior a los 15 segundos.

- Ejercicios de respiración, durante toda la realización de la actividad, se les recuerda y enseña.
- Al son de diferentes ritmos musicales como (merengue, salsa, carranga, tropical entre otros) se INICIA la actividad de bailar alrededor de los **ula, ula** haciendo movimientos suaves alrededor de ellos intentando realizar alguna clases de ejercicios con algunas partes de nuestros grupos musculares tanto de miembros superiores como de miembros inferiores se le recuerda la importancia del manejo correcto del patrón respiratorio, ya que este influye directamente en la capacidad de rendimiento físico, culminado esto se realizan ejercicios de estiramiento muscular.

ACTIVIDAD # 2: Zumba.

El objetivo principal de la zumba en adultos mayores (específicamente la modalidad Zumba Gold) es promover un envejecimiento activo mediante el movimiento rítmico adaptado, buscando mejorar la calidad de vida a través de mejorar la salud cardiovascular, coordinación y equilibrio, mantenimiento musco esquelético.

Desarrollo de la actividad: La actividad se ejecutó en la cede del centro vida ubicada el caserío del paujil una vez ubicados allí se da inicio al desarrollo de la actividad atendiendo el siguiente orden: Ejercicios de calentamiento al ritmo de la música, suaves de bajo impacto ya que solo nos encontramos con adultos mayores.

- Iniciamos movimientos suaves a medida nos vamos ubicando alrededor formando una media luna donde podamos observar sin dificultas los pasos a seguir.

- Movimientos de baile de bajo impacto, fáciles de seguir, que mejoran equilibrio, coordinación y salud cardiovascular, enfocándose en pasos laterales y frontales (como el básico de salsa y la "uve"), movimientos suaves de cadera y brazos, y elevación de rodillas, adaptados a la capacidad individual para tonificar el cuerpo sin forzar la espalda, ideales para mantener la mente y el cuerpo activos con música y alegría.

- Seguidamente realizamos Giros suaves de cadera dibujando ochos, movimientos laterales de cadera y hombros, y elevar brazos hacia el techo o al frente coordinados con las piernas. La actividad finaliza con ejercicios de estiramiento muscular tanto para miembros superiores e inferiores, estos se realizarán atendiendo las indicaciones dadas.

ACTIVIDAD #3: Pasar el aro.

Sin soltarse de las manos, el grupo debe mover el aro para que pase por el cuerpo de cada participante, recorriendo todo el círculo hasta volver al punto de partida.

Desarrollo de la actividad: Para la ejecución de la actividad se llevaron a los Adultos a la cancha que se encuentra ubicado frente al parque del corregimiento el paujil.

- La actividad inicia con ejercicios de calentamiento iniciando, caminando por una línea recta mínimo de 5 veces o según tolerancia del Adulto.

- Sin soltarse de las manos, el grupo debe mover el aro para que pase por el cuerpo de cada participante, recorriendo todo el círculo hasta volver al punto de partida.

- continuamos con el desarrollo de la actividad inicial que es pasar el aro por el cuerpo donde encontramos involucrada la Mejora de la coordinación motora, la flexibilidad articular y el equilibrio.

- La actividad finaliza con la ejecución de estiramiento muscular tanto para miembros superiores como para miembros inferiores.

ACTIVIDAD #4: Saltar aros al estilo baile carranguero.

Es una de las actividades lúdico-deportivas más completas para la tercera edad, ya que combina la recreación con la terapia física funcional y un poco de música.

Desarrollo de la actividad: nos reunimos con los adultos en la sede del centro vida el paujil, donde incluimos a nuestra actividad música carranguera para animar la participación.

- Se inicia la actividad con ejercicios de calentamiento para cada una de las articulaciones del cuerpo humano iniciando con cabeza-cuello, miembros superiores, tronco superior e inferior y miembros inferiores, posterior a esto se realizan ejercicios de estiramiento muscular para cada uno de los grupos musculares de forma individual.

- Iniciamos la actividad mostrando que se quiere realizar sobre la línea de aros que se encuentran en piso y así damos por iniciada la actividad incluyendo la música vamos pasando de aro en aro como cuando bailamos carranga.

- En esta actividad estamos ejecutando varias funcionalidades físicas como la coordinación motriz. También realizamos fortalecimiento del equilibrio dinámico Al realizar el movimiento de "salto" o paso largo, el cuerpo queda por un instante apoyado en una sola pierna. Esto ayuda a: Entrenar los músculos estabilizadores del tobillo y la cadera.

Con esta actividad buscamos que se trabaje el Fomento de la Autonomía Funcional siendo como objetivo final es que el abuelito mantenga la capacidad de levantar los pies correctamente (evitando el "arrastre de pies" común en la edad avanzada), lo que le permite subir escaleras o sortear obstáculos en la calle con confianza.

ACTIVIDAD #5: Juego de rana.

El objetivo central es sincronizar la vista con el movimiento del brazo y la mano. al calcular la distancia y la fuerza necesarias para lanzar el disco o la ficha hacia la boca de la rana, se estimula la precisión motriz fina, que suele deteriorarse con la edad.

Desarrollo de la actividad: El juego de la Rana (o Sapo) es una de las actividades tradicionales más recomendadas en 2025 para programas de envejecimiento activo como el "Centro Vida", ya que combina la recreación con beneficios terapéuticos específicos.

Uno a uno pasamos a hacer los lanzamientos del aro buscando acumular la mayoría de los puntos y así finalizar el juego con un ganador.

ACTIVIDAD # 6 JUEGOS DE MESA.

OBJETIVO: MEJORAR LA COORDINACION MOTRIZ FINA, LA CAPACIDAD PARA REALIZAR MOVIMIENTOS PRECISOS Y CONTROLADOS, AGILIDAD, CONCENTRACION Y ATENCION, MEJORAMIENTO DE LA DESTRESA MANUAL**.**

DESARROLLO: se da los juegos de mesa según su preferencia a cada grupo de adultos mayores.

En estos juegos de mesa encontramos un eje fundamental para la estimulación Cognitiva y Memoria. Juegos como el "Memoria" o el dominó obligan a recordar fichas y posiciones, El ajedrez o el parqués requieren planificar estrategias, tomar decisiones y resolver problemas complejos.

Buscamos crear espacios de interacción que fortalezcan los lazos afectivos, Sentido de Pertenencia. El participar el Centro Vida ayuda al adulto mayor a sentirse parte activa de una comunidad.

ACTIVIDAD #7: Juegos de memoria.

El objetivo principal es ejercitar la memoria a corto plazo. al mostrar una secuencia de colores (por ejemplo: pelota roja en el hueco 1, azul en el 3), el adulto mayor debe retener esa información visual y reproducirla, lo que fortalece las conexiones neuronales relacionadas con la retención de datos inmediatos.

Desarrollo de la actividad: Mediante un ejemplo tipo tablero se observa el diseño a plasmar en el cartón de huevos con las pelotas.

- Cada adulto mayor tiene su cartón pelotas y su tablero de diseño.
- Manipular pelotas de ping-pong o de espuma y encajarlas en los huecos del cartón de huevos tiene objetivos físicos claros:
- Mejora la fuerza y precisión de los dedos.
- Alinea la percepción visual con la ejecución del movimiento del brazo y la mano.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647-2

ACTIVIDAD #8: Actividad de manualidades.

Se realiza de forma conjunta la socialización, orientación y supervisión de las manualidades a cargo de la coordinación del centro vida.
Se adjunta la evidencia en el informe de actividades de la coordinación.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647-2

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647-2

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647-2

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA APOYO A MANUALIDADES

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647-2

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647-2

Email. fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

CONCLUSIONES

1. El apoyo a la actividad física en los adultos mayores favorece el mantenimiento de la movilidad, la independencia funcional y el bienestar físico y emocional, contribuyendo a una mejor calidad de vida.

2. La instrucción en manualidades promueve la estimulación cognitiva, la coordinación motora fina y la creatividad, además de fortalecer la autoestima y el sentido de utilidad en esta población.

3. La combinación de actividad física y manualidades fomenta la participación social, reduce el sedentarismo y el aislamiento, y refuerza hábitos saludables que impactan positivamente en la salud integral del adulto mayor.

CLARA MARCELA RANGEL GARCIA
TECNICO EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

INFORME DE MANUALIDADES

"Manos que crean, corazones que inspiran"

LUZ ADRIANA ESPEJO URIBE

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

PERIODO: 1 - 17 de diciembre de 2025

OBJETIVO GENERAL: Fomentar la creatividad, la destreza manual y la expresión artística en los adultos mayores mediante la realización de actividades de manualidades, promoviendo al mismo tiempo la socialización, la autoestima y el bienestar emocional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Desarrollar la destreza manual y la coordinación motora fina mediante la elaboración de diferentes manualidades adaptadas a las capacidades de los participantes.
2. Estimular la creatividad y la imaginación a través de la realización de proyectos artísticos que permitan la expresión personal.
3. Fomentar la socialización y el trabajo en equipo, promoviendo la interacción, el respeto y la colaboración entre los participantes.
4. Contribuir al bienestar emocional y la autoestima, generando un ambiente motivador y de satisfacción personal durante la actividad.

MATERIALES DE TRABAJO MANUALIDADES:

- Foamy
- Colores

POBLACION: ADULTOS MAYORES INTEGRANTES DEL CENTRO VIDA DE SANTA CRUZ DE LA COLINA, MATANZA.

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

ACTIVIDAD # 1: Flor navideña

OBJETIVO: Desarrollar la creatividad, la destreza manual y la coordinación motora fina de los adultos mayores mediante la elaboración de flores navideñas, promoviendo la expresión artística, la socialización y el disfrute durante la actividad.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad comenzó con una explicación sobre los materiales y pasos a seguir, mostrando a los participantes cómo manipular el foamy de manera segura y cómo ensamblar las diferentes partes de la flor navideña. Se proporcionó todo el material necesario: foamy de color verde, tijeras con punta redonda, silicona en barra y otros accesorios decorativos.

Se inició la elaboración de la flor mediante el recorte de pétalos y hojas, siguiendo plantillas adaptadas a las capacidades motrices de los adultos mayores. Posteriormente, los pétalos se ensamblaron y se decoraron, fomentando la creatividad y la expresión artística de cada participante.
Durante la actividad, se brindó apoyo individual y supervisión constante, asegurando que cada participante pudiera realizar los pasos de forma segura y correcta. Se promovió un ambiente de interacción social y motivación, permitiendo que los adultos mayores compartieran ideas, experiencias y se sintieran valorados por sus logros.
Finalmente, se presentaron las flores terminadas y se realizó una breve reflexión sobre la actividad, destacando la importancia de las manualidades para estimular la creatividad, la coordinación motora y el bienestar emocional de los participantes.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com

CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 2: Bota navideña

OBJETIVO: Desarrollar la creatividad, la destreza manual y la coordinación motora fina de los adultos mayores mediante la elaboración de botas navideñas con materiales seguros y accesibles, fomentando la expresión artística, la socialización y el disfrute durante la actividad.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad comienza con una bienvenida cálida, los participantes comenzaron con el recorte de las piezas siguiendo las plantillas, adaptando los movimientos a sus capacidades motrices. Posteriormente, procedieron al ensamblaje de las piezas y a la decoración de la bota con detalles creativos, fomentando la expresión artística y la imaginación.
Durante toda la actividad se ofreció apoyo individual y supervisión constante, garantizando que los adultos mayores realizaran la manualidad de manera segura y correcta. Además, se promovió un ambiente de interacción social, donde los participantes compartieron ideas y experiencias, fortaleciendo la convivencia y el sentido de logro personal.
Al finalizar, se expusieron las botas terminadas y se realizó una breve reflexión sobre la actividad, destacando su importancia para estimular la creatividad, la coordinación motora fina y el bienestar emocional de los participantes.

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

ACTIVIDAD # 3: Decorar con color

OBJETIVO: Fomentar la creatividad, la expresión artística y la coordinación motora fina en los adultos mayores mediante la realización de manualidades con colores, promoviendo al mismo tiempo la socialización y el bienestar emocional.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: Los adultos mayores iniciaron la actividad aplicando colores de manera libre o siguiendo patrones, fomentando la creatividad, la expresión artística y la concentración. Durante el desarrollo, se ofreció acompañamiento individual y supervisión, asegurando la correcta utilización de los materiales y promoviendo un ambiente seguro y cómodo.
La actividad también permitió la interacción social, ya que los participantes compartieron ideas, técnicas y experiencias mientras coloreaban. Al finalizar, se realizó una breve reflexión sobre la actividad, destacando su importancia para estimular la creatividad, mejorar la coordinación motora fina y favorecer el bienestar emocional de los participantes.

ACTIVIDAD # 4: Arbolito de navidad

OBJETIVO: Desarrollar la creatividad, la destreza manual y la coordinación motora fina de los adultos mayores mediante la elaboración de un arbol de Navidad con foamy, fomentando la expresión artística, la socialización y el disfrute durante la actividad.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: Los participantes iniciaron la actividad recortando las piezas siguiendo las plantillas y adaptando los movimientos a sus capacidades motrices. Posteriormente, ensamblaron las piezas para formar el árbol y lo decoraron a su gusto, fomentando la creatividad, la expresión artística y la imaginación.
Durante toda la sesión se brindó apoyo individual y supervisión constante, garantizando la correcta ejecución de cada paso y la seguridad de los adultos mayores. Además, se promovió un ambiente de interacción social y motivación, donde los adultos mayores compartieron ideas y experiencias.
Al finalizar, se presentaron los árboles terminados y se realizó una breve reflexión sobre la actividad, destacando su importancia para estimular la creatividad, la coordinación motora fina y el bienestar emocional de los adultos mayores.

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

Nit 900.956.647 -2

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com

CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ACTIVIDAD # 5: SECCION DE BIENESTAR Y CUIDADO PERSONAL

OBJETIVO: Promover el bienestar físico, emocional y social de los adultos mayores mediante actividades de cuidado personal y estética, fomentando la autoestima, la relajación y la socialización.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La actividad se inició con el arreglo de uñas y cuidado de manos, realizando limpieza, limado y aplicación de crema hidratante, adaptando cada paso a las capacidades motrices de los adultos mayores. Posteriormente, se aplicaron mascarillas faciales y técnicas sencillas de relajación, promoviendo la hidratación de la piel y el bienestar emocional de los participantes.
Durante toda la sesión se ofreció acompañamiento individual y supervisión, asegurando la correcta aplicación de los productos y el uso seguro de los materiales. Además, se fomentó un ambiente de socialización y motivación, permitiendo que los adultos mayores compartieran experiencias, comentarios y disfrutaran de la actividad en grupo.
Al finalizar, se realizó una reflexión sobre la importancia del cuidado personal para la autoestima, la higiene y el bienestar general, destacando cómo estas actividades contribuyen al bienestar físico, emocional y social de los participantes.

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

CONCLUSIONES

1. Las actividades de manualidades permiten a los adultos mayores desarrollar la creatividad, la imaginación y la destreza manual, favoreciendo la coordinación motora fina y la precisión en los movimientos.

2. La realización de manualidades contribuye al bienestar emocional y la autoestima, generando satisfacción personal, motivación y sensación de logro en los participantes.

3. Estas actividades fomentan la socialización y el trabajo en grupo, fortaleciendo los vínculos interpersonales y creando un ambiente de respeto, colaboración y diversión.

4. La combinación de manualidades con distintos materiales y técnicas proporciona un enfoque integral, estimulando tanto las habilidades cognitivas como las emocionales y sociales de los adultos mayores.

LUZ ADRIANA ESPEJO URIBE

EDUCADOR DE MANUALIDADES

Email: fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

INFORME DE ACTIVIDADES

DIANA BUITRAGO RIVERA

DIETISTA

FUNDACIÓN LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

INFORME DE ACTIVIDADES

Periodo: 01 - 17 de diciembre de 2025

OBJETIVOS

General

Promover una nutrición responsable y una alimentación saludable de alto contenido nutricional en la población adulta mayor, orientada a mantener y mejorar su estado nutricional, funcional y de salud, mediante estrategias educativas, de seguimiento clínico y de acompañamiento interdisciplinario que fortalezcan el autocuidado y la calidad de vida.

Específicos

1. Educar a los adultos mayores sobre el valor nutricional de los alimentos y la función que cumplen los diferentes nutrientes en el organismo, favoreciendo la toma de decisiones informadas frente a su alimentación diaria.
2. Sensibilizar a la población adulta mayor acerca de los beneficios de una alimentación balanceada y los efectos negativos que pueden generar ciertos hábitos alimentarios inadecuados sobre su salud física y clínica.
3. Fortalecer el seguimiento del estado nutricional, físico y clínico de los adultos mayores mediante la articulación continua con el servicio de enfermería, promoviendo una atención integral y oportuna.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Actividad #1: Acercamiento a las necesidades de la población mediante valoración antropométrica (seguimiento).

Se realizará una jornada de socialización inicial orientada a identificar las necesidades nutricionales de los adultos mayores, a través de la valoración antropométrica individual (peso, talla, índice de masa corporal, circunferencia abdominal u otros indicadores pertinentes).

Esta actividad, permitirá establecer un diagnóstico nutricional de la población, sensibilizar a los participantes sobre su estado de salud y orientar de manera personalizada las recomendaciones nutricionales.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

Actividad #2: Acompañamiento y seguimiento continuo con apoyo del servicio de enfermería

Se desarrollará un proceso de socialización permanente en articulación con el servicio de enfermería, enfocado en el seguimiento del estado nutricional, físico y clínico de los adultos mayores. Esta actividad incluirá controles periódicos, orientación en autocuidado, identificación temprana de riesgos nutricionales y refuerzo de hábitos saludables, favoreciendo la adherencia a las recomendaciones y la continuidad del cuidado integral.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

Actividad #3: Charla de socialización sobre el valor nutricional de los grupos alimentarios

Se llevará a cabo una charla educativa y participativa dirigida a los adultos mayores, orientada a socializar el valor nutricional de cada grupo alimentario, su función en el organismo, los beneficios que aportan a la salud y los posibles efectos negativos de un consumo inadecuado.

La actividad promoverá la comprensión práctica de una alimentación equilibrada y fomentará cambios positivos en los hábitos alimentarios.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647-2

MINUTAS

SEMANA 1				
	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
MERIENDA MAÑANA	Chocolate negro y pan integral.	Café con leche, arepa de queso de harina pan.	Avena en leche y mantecada.	Colada con galleta saltin, queso.
ALMUERZO	Sopa de avena. Arroz blanco. Chanfaina con verdura (zanahoria y arveja). Yuca al vapor. Jugo de lulo.	Sopa de patacón. Guiso de habichuela Filete de trucha. Pure de papa. Jugo de mora.	Sopa de verduras. Arroz blanco. Carne en bistec. Ensalada de remolacha, zanahoria y mayonesa). Plátano acaramelado. Jugo de Guayaba.	Sopa de frijol. Arroz al perejil. Carne a la plancha. Ensalada de sal. Papa salada. Jugo de tomate de árbol.
MERIENDA ONCE TARDE	Fruta entera y galleta de panadería.	Fruta entera y galleta tipo leche.	Gelatina con galleta.	Fruta entera y galleta de leche.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647-2

SEMANA 2					
	DÍA 5	**DÍA 6**	**DÍA 7**	**DÍA 8**	**DÍA 9**
MERIENDA MAÑANA	Avena en leche con galleta.	Chocolate con arepa de harina pan.	Fruta picada.	Sándwich con café.	Yogurt y galleta saltin.
ALMUERZO	Sopa de cuchuco de cebada. Arroz de palito. Pechuga a la plancha. Papa amarilla al vapor. Jugo de guayaba.	Mute de maíz. Arroz y yuca. Aguacate. Limonada.	Sopa de avena. Espagueti con pollo. Pure de papa. Ensalada tropical (papaya, mango y piña). Naranjada.	Ensalada agridulce. Pernil de pollo al horno. Rollo de papa con queso. Jugo de mora.	Crema de verdura. Arroz. Bagre en salsa. Lentejas. Limonada
MERIENDA ONCE TARDE	Galleta integral con fruta (de cosecha).	Queso con bocadillo.	Gelatina con galleta waffer.	Torta de frutas.	Fruta entera.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647 -2

SEMANA 3			
	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
MERIENDA MAÑANA	Chocolate negro y tostada integral.	Fruta picada.	Avena y arepa blanca.
ALMUERZO	Sopa de cebada perlada. Arroz blanco. Goulash de verduras (carne de res, arveja, habichuela, zanahoria). Plátano acaramelado. Jugo de mango.	Sopa de fideos. Arroz de zanahoria. Albóndigas de carne. Patacón. Ensalada Rusa (arveja, zanahoria, habichuela, salchicha). Jugo de guayaba.	Sopa de verduras. Arroz. Carne sudada con papá. Tajada de Plátano Maduro. Ensalada de sal. jugo de mora.
MERIENDA ONCE TARDE	Fruta entera banano y vaso de leche.	Queso y bocadillo.	Fruta entera y galleta de leche.

fundacionlazosfraternos@hotmail.com
CEL: 3168324748

CONCLUSIONES

1. Las actividades desarrolladas permitieron identificar de manera oportuna el estado nutricional de los adultos mayores mediante la valoración antropométrica, facilitando el reconocimiento de riesgos nutricionales y la orientación de acciones de cuidado acordes a las necesidades individuales y colectivas de la población intervenida.
2. Las charlas de socialización sobre el valor nutricional de los alimentos y los grupos alimentarios favorecieron el aumento del conocimiento y la sensibilización de los adultos mayores frente a la importancia de una alimentación saludable, balanceada y de alto contenido nutricional.
3. La combinación de estrategias educativas, de seguimiento clínico y de participación activa facilitó una mayor adherencia a las recomendaciones nutricionales, promoviendo cambios positivos en los hábitos alimentarios y una mejor percepción del bienestar general.

Diana Paola Buitrago Rivera
Nutricionista Dietista
MND 02278
Especialista en Epidemiología

DIANA BUITRAGO RIVERA

DIETISTA

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	NIT	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	900956647
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA		
CIUDAD/MUNICIPIO:	ENCISO	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CL 5 3 - 34	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):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**7999610808**		TIPO DE PLANILLA:		E-EMPLEADOS
PERIODO COTIZACIÓN	MES:	diciembre	PERIODO COTIZACIÓN	MES:	enero
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO:	2025	SALUD:	AÑO:	2026
DÍAS DE MORA:		0			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2025/12/18	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		2017999740

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
9003360047	25-14	25-14 COLPENSIONES	1	$ 113.900
8002248088	230301	230301-PORVENIR	5	$ 569.500
		SUBTOTAL:	6	**$ 683.400**
CAJA DE COMPENSACIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8902015787	CCF40	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	6	$ 171.000
		SUBTOTAL:	6	**$ 171.000**
RIESGOS PROFESIONALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8600111536	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	6	$ 45.000
		SUBTOTAL:	6	**$ 45.000**

VALOR SIN MORA:	**$ 899.400**
VALOR MORA:	**$ 0**
TOTAL PAGADO:	**$ 899.400**

NIT_901.905.751-1

Cimitarra, 3 de diciembre de 2025

ASUNTO: CERTFICACIÓN A AFILIACIÓN

Por medio de la presente, certificamos la afiliación de las siguientes 60 personas a nuestra empresa PRE-EXCEQUIALES JARDINES DE PAZ, identificada con NIT 901905751-6, en calidad de colaborador de la Fundación Lazos Fraternos de Amor y Esperanza, identificada con NIT 900956647-2, ubicada en el municipio de Matanza, corregimiento de Paugil y Santa Cruz de la Colina, por un período comprendido entre el 1 de diciembre y el 17 de diciembre de 2025.

Anexo información de personal afiliado.

NIT_901.905.751-1

N.º	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867
4	EMILIA LOZANO	28247244
5	ERASMO LUNA	5721531
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480
16	ZORAIDA BARAJAS	28247116
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190

18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450
22	JULIO IBAÑEZ	91463147
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557

24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379
28	MARINA MARTINEZ	37824390
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177
31	ROSALBINA MENDOZA DE MELENDEZ	28333031
32	CARMEN ROSA VERA ALVAREZ	28333583
33	MAURA RAMIREZ DE MENDOZA	28244306
34	LEONOR ARIAS	28333256

35	GUILLERMINA BARRIOS DE RODRIGUEZ	28244317
36	LUCILA DURAN DE RIVERA	28331103
37	MARIA AMINTA VILLAMIZAR MENDOZA	28244317

38	EVANGELINA RODRIGUEZ BARRIO	28241430
39	REYES MANTILLA	5.685.623
40	OFELIA DIAZ PEÑARANDA	28333329
41	LUIS ERNESTO PICON MORALES	5685563
42	ELVIRA GOMEZ DE VARGAS	28244301
43	CARLOS HUMBERTO GELVEZ GELVEZ	5685591
44	ELADIO ELIAS GELVEZ GELVEZ	5685612
45	JOSE GABRIEL OSORIO BAUTISTA	5669649
46	FELSOMINA LUNA DE OCHOA	28344876
47	JOSE MARIA RIVERA	2122568
48	NINFA DIAZ	5432205
49	BENJAMIN BOHOORQUEZ	5721546
50	GONZALO RIVERA MELENDEZ	5722532

51	ELVA GELVEZ ORTEGA	28336346
52	HERNAN GELVEZ GELVEZ	91461327
53	ANASTACIA DIAZ PEÑARANDA	29332978
54	HERNANDO MELENDEZ FLOREZ	5685590
55	OVIDIO ANGARITA MELENDEZ	2152375
56	ANTONIO MARIA ESCALANTE	91218388
57	MARIO ARIAS	5723192
58	ANIBAL GARCIA SALON	91211470

59	SAUL ENRRIQUE OCHOA TEJADA	5007046
60	MARINA VARGAS BECERRA	28244245

Un cordial saludo,

MARIA RUTH PERE POLO
CC. 63.252.926.
Representante Legal

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA			Fecha	17	12	2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Aníbal García
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M. Escalante F.
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	MarioAlfonsoArias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Henrique Ochoa Teja.

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA — Fecha 16 / 12 / 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	
2	Aminta Villamizar	28.244.317	
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	
4	Aníbal García salón	91.211.470	
5	Antonio María Escalante	91.218.388	
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arios
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arios
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique ochoa teja

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA			Fecha	15	12	2025
	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA			
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla			
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar			
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz			
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia			
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M. Escalante f.			
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B			
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez			
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera			
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez			
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez			
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Gomez			
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina			
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio			
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera			
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B			
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez			

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique ochoa teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA | Fecha 12 12 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastacio Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	antonio m Escalante f.
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	EliHe Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gevez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Gomez
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzolo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillermo B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	MarioAlfonsoArias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Mendoza
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique Ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA — Fecha 11 12 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M. Escalante
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Moises Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique Ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA		Fecha	10	12	2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastacia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio m Escalante. f.
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alfonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Henrique ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA | Fecha | 09 | 12 | 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M. Escalante
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gevez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Gomez
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	MarioAlbertoArias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de M
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique Ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA — Fecha 05 12 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	
2	Aminta Villamizar	28.244.317	
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	
4	Aníbal García salón	91.211.470	
5	Antonio María Escalante	91.218.388	
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alcides Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Mendoza
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique ochoa teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA | Fecha | 04 | 12 | 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastacia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M Escalante f.
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gevez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B.
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz.
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Pérez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de M
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique ochoa Teja

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz.
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de M
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Henrique ochoa Teja

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA | Fecha | 03 | 12 | 2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M Escalante
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelio Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de M.
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique Ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA			Fecha	07	12	2025
	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA			
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla			
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar			
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz			
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia			
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M Escalante			
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B			
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez			
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera			
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eladio Gelvez			
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez			
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas			
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina			
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio			
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera			
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B			
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez			

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor Maria Monsalvias
23	Mario Arias	5.723.192	
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Meléndez de Mendoza
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Henrique Ochoa T.

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA	Fecha	01	12	2025

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M. Escalante
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eladio Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	GBarriosB
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	Mario Alonso Arias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza Melendez
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique Ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA

NIT 900.956.647

CENTRO VIDA CORREGIMIENTO PAUJIL, MATANZA

LISTADO DE ASISTENCIA			Fecha	D	M	**2025**

	NOMBRE	CÉDULA	FIRMA O HUELLA
1	Reyes Mantilla	5.685.623	Reyes Mantilla
2	Aminta Villamizar	28.244.317	Aminta Villamizar
3	Anastasia Díaz Peñaranda	28.332.978	Anastasia Diaz
4	Aníbal García salón	91.211.470	Anibal Garcia
5	Antonio María Escalante	91.218.388	Antonio M Escalante f
6	Benjamín Bohórquez	5.721.546	Benjamin B
7	Carlos Humberto Gélvez Gélvez	5.685.591	Carlos H Gelvez
8	Carmen Rosa Vera	28.333.583	Carmen Rosa Vera
9	Eladio Elias Gélvez Gélvez	5.685.612	Eliaz Gelvez
10	Elva Gelvez Ortega	28.336.346	Elva Gelvez
11	Elvira Vargas Gómez	28.244.301	Elvira Vargas
12	Evangelina Rodríguez	28.241.430	Evangelina
13	Felsomina Luna Osorio	28.344.876	Felsomina Luna Osorio
14	Gonzalo Rivera Meléndez	5.722.532	Gonzalo Rivera
15	Guillerma Barrios de Rodríguez	28.244.295	Guillerma B
16	Hernán Gelvez Gélvez	91.461.327	Hernan Gelvez

FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
NIT 900.956.647

17	Hernando Meléndez	5.685.590	
18	José Gabriel Osorio	5.669.649	Gabriel Osorio
19	José María Rivero	2.122.568	
20	Leonor Arias	28.333.250	Leonor Arias
21	Lucila Duran	28.331.103	Lucila Duran
22	Luis Ernesto Picor	5.685.563	Luis Ernesto Picor
23	Mario Arias	5.723.192	MarioAlbaroArias
24	Maura Ramírez de Mendoza	28.244.306	Maura Ramirez
25	Ninfa Díaz	5.432.205	
26	Ofelia Díaz Peñaranda	28.333.329	Ofelia Diaz
27	Ovidio Angarita Meléndez	2.152.375	Ovidio Angarita
28	Baudilio Perez	5.430.170	Baudilio Perez
29	Rosalbina Meléndez de Mendoza	5.430.170	Rosalbina Mendoza de Mendoz
30	Saul Enrrique Ochoa Teja	5,007.046	Saul Enrrique ochoa Teja

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elías Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de león
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira.

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	maria Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de leon
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 16/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazàbal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	Maria Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA : 15/12/25.**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis P Landazábal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta Vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 12/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiña
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

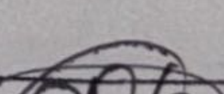
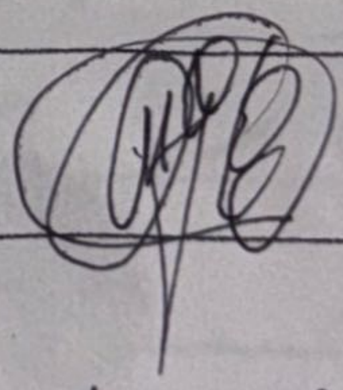
16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta Vega de leon
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA : 11/12/25**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	Maria Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta Vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 10/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA : 09/12/25**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macías
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA : 06/12/25**

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez.
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de león
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 05/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez.
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Luperca Macías
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de leon
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 04/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez.
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis D Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	maria Lupercia macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta Vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 03/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	Mario Neira

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	Maria Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de león
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	

Scanned with CamScanner

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 02/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazàbal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda. Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	María Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta Vega de León
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	.5722177	Mario Mira

FUNDACION LAZOS FRATERNOS
DE AMOR Y ESPERANZA
Nit 900.956.647 -2

ASISTENCIA CENTRO VIDA - SANTA CRUZ DE LA COLINA **FECHA :** 01/12/25

Nº	NOMBRE Y APELLIDO COMPLETO	CEDULA DE CIUDADANIA	FIRMA O HUELLA
1	BLANCA MARIA SUAREZ VILLAMIZAR	28351873	
2	PEDRO ELIAS ESTUPIÑAN	2154107	Pedro Elias Estupiñan
3	ELCIDA SEPULVEDA	28331867	
4	EMILIA LOZANO	28247244	
5	ERASMO LUNA	5721531	Erasmo Luna
6	ESPERANZA GUTIERREZ DE GARCIA	27789267	Esperanza Gutierrez
7	EVA APARICIO ARAQUE	37745408	
8	EVANGELISTA CASTILLO BARRIOS	91463930	
9	FRANCISCO VARGAS MANRIQUE	4975118	
10	GILBERTO CRUZ LOZANO	5721197	Gilberto Cruz L
11	GUILLERMINA GARCIA PAEZ	41764552	Guillermina
12	JOAQUIN CABALLERO	5722417	
13	LUIS ALBERTO LANDAZABAL	5723476	Luis A Landazabal
14	MARIA BENIGNA PAEZ DELGADO	28247330	
15	OFELIA VILLAMIZAR PAEZ	28241480	

Scanned with CamScanner

16	ZORAIDA BARAJAS	28247116	Zoraida Barajas
17	ELVA MARIANA GUERRERO PEÑARANDA	28331190	
18	HERMOGENES BARAJAS ALDANA	2122879	Hermogenes Barajas A.
19	CARMEN ROSA NIÑO	28331201	
20	PABLO PINTO MENDEZ	5724935	
21	ELDA LACHE DE PINTO	28332450	Elda. Lache
22	JULIO IBAÑEZ	91463147	
23	ANSELMO GUTIERREZ MORENO	5567557	
24	ANTONIO MEDINA LOZANO	2154823	Antonio Medina Lozano
25	MARIA LUPERCIA MACIAS	23156719	Maria Lupercia Macias
26	ROSA SERRANO MARTINEZ	63480436	
27	BERTA VEGA DE LEON	24030379	Berta vega de leon
28	MARINA MARTINEZ	37824390	
29	JOSE OMAR GRANADOS LIZCANO	9.055.364	
30	MARIO NEIRA GONZALEZ	5722177	Mario Neira

aportes en línea

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 63396192		LOPEZ ACEROS LURY CAROLINA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cra 15 e n 105 75 edifi davinci 1608	BUCARAMANGA-SANTANDER	6940889	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-12	2025-12	1988776970	9496128834	I	2026/01/23	2025/12/09	BANCOLOMBIA	0	$452,900

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				NOVEDADES															PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES				
No.	Identificación		Nombre	ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte	Exonerado SENA e ICBF	Total Aportes
1	CC	63396192	LOPEZ LURY																		25-14	30	$1,463,500	$234,200	EPS005	30	$1,463,500	$183,000		0	$0	$0	14-23	30	$1,463,500	$35,700	0	$0	$0	No	$452,900
Total			**Afiliados(1)**																				$1,463,500	$234,200			$1,463,500	$183,000			$0	$0			$1,463,500	$35,700		$0	$0		$452,900

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 63396192		LOPEZ ACEROS LURY CAROLINA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cra 15 e n 105 75 edifi davinci 1608	BUCARAMANGA-SANTANDER	6940889	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-12	2025-12	1988776970	9496128834	I	2026/01/23	2025/12/09	BANCOLOMBIA	0	$452,900

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$234,200	$0	$0	$234,200
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$234,200	$0	$0	$234,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$35,700	$0	$0	$35,700
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$35,700	$0	$0	$35,700
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$183,000	$0	$0	$183,000
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	1	$183,000	$0	$0	$183,000
TOTAL				1	$452,900	$0	$0	$452,900

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	63559348
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			DIANA PAOLA BUITRAGO RIVERA
CIUDAD/MUNICIPIO:	BUCARAMANGA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CALLE 31 # 29-55	TELÉFONO:	6320629
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	SUCURSAL	SUCURSAL / DEPENDENCIA:	002 - DIANA
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:			**7995210058**	TIPO DE PLANILLA:			I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	diciembre	AÑO 2025	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	diciembre	AÑO 2025
DÍAS DE MORA:		0					
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2025/12/10		NÚMERO AUTORIZACIÓN:		1995467891	

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
25-14	25-14 COLPENSIONES	1	$ 254.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 254.800	$ 0	$ 254.800
SUBTOTALES:										**$ 254.800**	**$ 0**	**$ 254.800**

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	$ 199.100	$ 0	$ 0	$ 0	$ 199.100	$ 0	$ 0	$ 199.100
SUBTOTALES:													**$ 199.100**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 199.100**

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	$ 16.700	$ 16.700	$ 0	$ 0	$ 16.700
SUBTOTALES:									**$ 16.700**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 16.700**

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 SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	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 ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
1	CC 63559348	BUITRAGO RIVERA DIANA PAOLA	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.592.186				NO																	25-14 COLPENSIONES	30	$ 1.592.186	$ 254.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 254.800	EPS005-SANITAS S.A.	30	$ 1.592.186	$ 199.100	$ 0	$ 199.100	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.592.186	63559348	$ 16.700		$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 470.600

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 63549884	0	LIZETH PAOLA NINO SALAZAR	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	8299	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-1	CRA 45 33 A 53		6951300			LIZ.LIZETH@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-12	2025-12	35571282	I	2025-12-15	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	487.600	0	BANCO COLPATRIA
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	35571282	2026-01-22	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES															DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN	Tipo Cot.	Sub. Tipo Cot.	Total	Exento de Parafiscales	Actividad Económica
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	IBC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	IBC	Cot	IBC	Cot.	ARL	IBC	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.					
1	CC 63549884	NIÑO SALAZAR LIZETH PAOLA	1.680.000																	0			30	30	0	30	PROTECCION -230201	1.680.000	268.800	0	0	SANITAS-EPS005	1.680.000	210.000	SIN CCF-SINCCF	0	0	1.680.000	8.800	0,00522	0	0	0	0	0	59	0	487.600	N	1829901

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 63549884	0	LIZETH PAOLA NINO SALAZAR	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	8299	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-1	CRA 45 33 A 53		6951300			LIZ.LIZETH@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-12	2025-12	35571282	I	2025-12-15	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	487.600	0	BANCO COLPATRIA
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	35571282	2026-01-22	Pagada							

TOTALES IBC				
IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
1.680.000	1.680.000	1.680.000	0	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 1)				1	268.800	0	0	0	268.800
PROTECCION	230201	800229739	0	1	268.800	0	0	0	268.800
EPS(Administradoras: 1)				1	210.000	0	0	0	210.000
SANITAS	EPS005	800251440	6	1	210.000	0	0	0	210.000
ARP(Administradoras: 1)				1	8.800	0	0	0	8.800
POSITIVA	14-23	860011153	6	1	8.800	0	0	0	8.800
Gran Total					487.600	0	0	0	487.600

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	NIT	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	900956647
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE AMOR Y ESPERANZA
CIUDAD/MUNICIPIO:	ENCISO	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CL 5 3 - 34	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):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:			**7999610808**	TIPO DE PLANILLA:			E-EMPLEADOS
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	diciembre	AÑO 2025	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	enero	AÑO 2026
DÍAS DE MORA:			0				
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):			2025/12/18	NÚMERO AUTORIZACIÓN:			2017999740

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
25-14	25-14 COLPENSIONES	1	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 113.900	$ 0	$ 113.900
230301	230301-PORVENIR	5	$ 569.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 569.500	$ 0	$ 569.500
SUBTOTALES:										**$ 683.400**	**$ 0**	**$ 683.400**

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.	6		$ 0	$ 0		$ 0	$ 45.000	$ 45.000	$ 0	$ 0	$ 45.000
SUBTOTALES:									**$ 45.000**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 45.000**

TOTAL APORTES A CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE		APORTES	MORA	VALOR PAGADO
CCF40	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	6	$ 171.000	$ 0	$ 171.000
SUBTOTALES:			**$ 171.000**	**$ 0**	**$ 171.000**

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	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DIAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
1	CC 1005109636	FERNANDEZ PEÑA KAREN DAYANNA	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															230301-PORVENIR	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0
2	CC 1095918688	RODRIGUEZ GUERRERO CATHERINE	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															230301-PORVENIR	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0
3	CC 1098691006	GUTIERRES REYES DIANA MARCELA	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															25-14 COLPENSIONES	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0
4	CC 1100893874	RANGEL GARCIA CLARA MARCELA	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															230301-PORVENIR	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0
5	CC 1100895824	ESPEJO URIBE LUZ ADRIANA	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															230301-PORVENIR	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0
6	CC 28335529	FLOREZ SERRANO ROSMIRA	COT. TIEMPO PARCIAL		$ 1.423.500				NO	01	30															230301-PORVENIR	14	$ 711.750	$ 113.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 113.900			$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.423.500		$ 7.500	14	$ 711.750	CCF40-COMFENALCO SANTANDER	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 899.400

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 1005109636

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	KAREN DAYANNA	Apellidos	FERNANDEZ PEÑA
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	1005109636
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	230301-PORVENIR
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 1095918688

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	CATHERINE	Apellidos	RODRIGUEZ GUERRERO
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	1095918688
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	230301-PORVENIR
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 1098691006

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	DIANA MARCELA	Apellidos	GUTIERRES REYES
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	1098691006
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	25-14 COLPENSIONES
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 1100893874

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	CLARA MARCELA	Apellidos	RANGEL GARCIA
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	1100893874
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	230301-PORVENIR
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 1100895824

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	LUZ ADRIANA	Apellidos	ESPEJO URIBE
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	1100895824
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	230301-PORVENIR
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES

SOPORTE DE PAGO PARA EL COTIZANTE CC 28335529

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Nombre ó Razón Social	FUNDACION LAZOS FRATERNOS DE		
Tipo Identificación	NIT	Número de Identificación	900956647
Ciudad/Municipio	ENCISO	Departamento	SANTANDER
Dirección	CL 5 3 - 34	Teléfono	6616839
Tipo Empresa	PRIVADA	Actividad Económica	Otras actividades profesionales,
Tipo Aportante	01-EMPLEADOR	Clase Aportante	B-MENOS DE 200 COTIZANTES
Forma Presentación	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			SI

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

Número Planilla	**7999610808**	Tipo de Planilla	E-EMPLEADOS
Periodo Cotización Otros	diciembre / 2025	Periodo Cotización Salud	enero / 2026
Dias de Mora	0	Fecha Pago	2025/12/18
Número Autorización	2017999740		

INFORMACIÓN BÁSICA

Nombres	ROSMIRA	Apellidos	FLOREZ SERRANO
Tipo de Identificación	CC	Número de Identificación	28335529
Tipo cotizante	COT. TIEMPO PARCIAL	Subtipo Cotizante	
Colombiano Temporalmente en el Exterior	NO	Extranjero no obligado a cotizar Pensión	NO
COTIZANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA) :			NO
Departamento	SANTANDER	Municipio	MATANZA
Salario Básico	$ 1.423.500	Tipo de Salario	

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
01	30															

APORTES REALIZADOS A SEGURIDAD SOCIAL

PENSIÓN			
Dias	14	Administradora	230301-PORVENIR
Tarifa	16,000 %	IBC	$ 711.750
FSP - Solidaridad	$ 0	Cotización Obligatoria	$ 113.900
Aportes Voluntarios Empleador	$ 0	FSP - Subsistencia	$ 0
		Aportes Voluntarios Cotizante	$ 0
		Total Aporte	**$ 113.900**

RIESGOS PROFESIONALES			
Dias	30	Administradora	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE
Clase de Riesgo	I	IBC	$ 1.423.500
Centro de Trabajo		Tarifa	0,522 %
		Total Aporte	**$ 7.500**

APORTES REALIZADOS A PARAFISCALES

Administradora	Dias Cotizados	Tarifa	IBC	Total Aporte
CCF40-COMFENALCO SANTANDER	14	4,000 %	$ 711.750	$ 28.500

TOTAL PAGADO:	**$ 149.900**