Fundación Ayúdanos

ENCUENTROS CULTURALES, DEPORTIVOS Y RECREATIVOS CON LOS ADULTOS MAYORES

Calle 13 # 18-04 Esquina, Barrio Alfonso López
Correo: fundayudanos@hotmail.com
Cel. 301 7332540 / 321 6718494
www.fundacionayudanos.org
Valledupar- Cesar

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 16
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	27	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	8:00	HORA FINAL	09:30
CENTRO DE VIDA			Centro de Vida Boquerón.			DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida Boquerón.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE			Promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.						
TEMA TRATADO			Encuentro cultural, deportivo y recreativo.						
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	Saida Fragoso				

OBJETIVOS

Desarrollar un Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo dirigido a los adultos mayores del corregimiento de Boquerón, con el fin de fortalecer su bienestar físico, emocional y social mediante actividades artísticas, deportivas, recreativas y expresivas que incentiven la integración y el uso positivo del tiempo libre.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Estimular la movilidad y activación física mediante ejercicios suaves y adaptados.

Fomentar la cultura y la memoria colectiva a través de espacios de narración, canto y tradición oral.

Promover dinámicas recreativas que fortalezcan la convivencia y el ánimo del grupo.

Incentivar la participación activa en juegos y actividades deportivas de bajo impacto.

Crear un ambiente de alegría, integración y motivación para los adultos mayores.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo se realizó en las instalaciones del Centro de Vida de Boquerón, donde los adultos mayores participaron con entusiasmo y disposición desde el inicio de la jornada.
Desde temprano se percibió un ambiente de alegría, ya que muchos manifestaron que estas actividades les permiten liberar estrés, distraerse y compartir con sus compañeros.

Comenzamos la jornada con una oración de agradecimiento, donde unimos nuestras voces para pedir salud, fortaleza y un día lleno de bienestar.
Luego ofrecí unas palabras de apertura, explicando que la actividad estaba orientada a promover la cultura, la recreación y el ejercicio adaptado como herramientas esenciales para el bienestar integral.

🏃 1. Activación física y calentamiento

Iniciamos con una rutina de activación física suave para preparar el cuerpo:

Movilidad del cuello, brazos y hombros.

Estiramientos suaves de piernas.

Movimientos de respiración guiada.

Marcha suave en el puesto.

Los abuelos participaron activamente, y muchos expresaron que estos ejercicios les ayudan a aliviar tensiones y mejorar su energía diaria.

🎭 2. Espacio cultural – Memoria, tradición y expresión

A continuación, realizamos un espacio cultural donde los adultos mayores compartieron:

Historias de vida del corregimiento.

Refranes y dichos tradicionales.

Poemas y cantos de su juventud.

Relatos sobre festividades antiguas de Boquerón.

Este momento resaltó la riqueza cultural del grupo y permitió que muchos recuperaran recuerdos valiosos, fortaleciendo el sentido de pertenencia al territorio.

🎉 3. Actividades recreativas y dinámicas grupales

Luego dimos paso a una serie de actividades recreativas orientadas a estimular el ánimo y la convivencia:

Juegos rítmicos con música.

Dinámicas de coordinación y reacción.

Actividades grupales para fortalecer la integración.

Juegos tradicionales adaptados al adulto mayor.

El ambiente se llenó de risas, aplausos y buena energía.
Fue evidente el disfrute del grupo y la motivación por continuar participando.

🏅 4. Actividades deportivas adaptadas

Para finalizar la parte física realizamos actividades deportivas de bajo impacto:

Juegos de lanzamiento suave.

Actividades de precisión en grupo e individuales.

Caminatas cortas dentro del espacio del centro.

Dinámicas con movimientos moderados para fortalecer equilibrio y coordinación.

Los abuelos participaron según su capacidad, demostrando entusiasmo y motivación.

RESULTADOS OBTENIDOS

Altos niveles de participación en todas las actividades programadas.

Mejora notable en la movilidad y activación física del grupo.

Fortalecimiento de la memoria cultural y la expresión oral.

Convivencia positiva y mayor integración entre los adultos mayores.

Incremento del estado de ánimo, motivación y energía.

Reconocimiento del ejercicio y la recreación como herramientas de bienestar.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.






























CENTRO DE VIDA


CENTRO DE VIDA



FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 14 de 16
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 15 de 16
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025





Conclusión de la actividad desarrollada:

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo realizado en el Centro de Vida de Boquerón fue una jornada muy satisfactoria y de gran impacto para los adultos mayores del corregimiento.

Las actividades permitieron integrar cultura, actividad física y recreación, elementos fundamentales para el bienestar integral del adulto mayor.

Los participantes expresaron su alegría, su agradecimiento y la importancia de continuar desarrollando estas iniciativas que impulsan su salud física, emocional y social.

El encuentro cumplió totalmente con el propósito de promover la cultura, el ocio y el aprovechamiento saludable del tiempo libre, consolidando un espacio de unión, motivación y aprendizaje significativo.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACIÓN AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	encuentro cultural, deportivo recreativo	Fecha:	27 Nov

Boqueron

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Cecilia Calle	Cecilia Calle
2	Jose de los Angeles	José Moleano P.
3	Jose de Dios Correa	
4	Jose martin mendez	
5		

ELABORÓ Saida milena fragoso FIRMA SAIDA FRAGOSO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 20
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	26	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:00

CENTRO DE VIDA	Centro de Vida La Victoria.	DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida La Victoria.
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE	Promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.		
TEMA TRATADO	Encuentro cultural, deportivo y recreativo.		

REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	Saida Fragoso

OBJETIVOS

Realizar un Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo en el Centro de Vida La Victoria, con el propósito de fortalecer la participación activa, la integración social, el bienestar físico y el esparcimiento de los adultos mayores mediante actividades dinámicas, artísticas, deportivas y recreativas orientadas al desarrollo humano y al aprovechamiento positivo del tiempo libre.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Fomentar la actividad física a través de ejercicios adaptados, juegos y dinámicas de movimiento.

Brindar un espacio cultural donde los adultos mayores pudieran expresarse, compartir saberes y fortalecer su autoestima.
Promover la recreación como herramienta para mejorar el ánimo y el bienestar emocional.

Potenciar la convivencia y la unión entre los beneficiarios del centro.
Generar un ambiente de participación, alegría y motivación que contribuya a una mejor calidad de vida.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo se llevó a cabo en el Centro de Vida La Victoria, en una jornada diseñada especialmente para los adultos mayores del corregimiento.
Los abuelos llegaron puntualmente, manifestando entusiasmo por participar en una actividad distinta, que rompiera la rutina y les permitiera compartir en comunidad.

Iniciamos con una oración de agradecimiento, donde todos se unieron para pedir bendiciones, salud y un día lleno de bienestar.
Luego ofrecí unas palabras de bienvenida, explicando el propósito del encuentro y resaltando la importancia de dedicar tiempo al movimiento, la cultura y la recreación.

🏃 1. Activación física y ejercicios de movilidad

Comenzamos con una rutina suave de activación corporal:

Movilidad de cuello, hombros, brazos y piernas.

Respiración guiada para oxigenar el cuerpo.

Ejercicios de equilibrio y postura.

Movimientos articulares adaptados a las capacidades del grupo.

Los adultos mayores siguieron el ritmo con entusiasmo, destacando la importancia de estirar, mover el cuerpo y mantener la salud física.

🎭 2. Actividad cultural – Expresión y tradición

Posteriormente realizamos un espacio cultural donde los participantes compartieron:

Historias tradicionales del corregimiento.

Refranes antiguos.

Anécdotas de su juventud.

Canciones y versos propios de la región.

Estos momentos fortalecieron la identidad cultural del grupo y permitieron que muchos recordaran vivencias significativas que los llenaron de emoción.

🎉 3. Actividades recreativas y juegos

Luego dimos paso a dinámicas recreativas diseñadas para estimular mente y cuerpo:

Juegos de coordinación.

Actividades de reacción y atención.

Dinámicas grupales con música.

Juegos de integración donde los abuelos interactuaron entre sí.

El ambiente se llenó de risas, motivación y una energía muy positiva.

🏅 4. Espacio deportivo con juegos adaptados

Se realizaron actividades deportivas de bajo impacto:

Carreras simples con movimiento controlado.

Juegos de lanzamiento.

Actividades de precisión individuales y por equipo.

Estas actividades permitieron despertar el espíritu competitivo sano, fortaleciendo la motivación y la participación.

RESULTADOS OBTENIDOS

Aumento en la participación activa de los adultos mayores.

Mejora en la movilidad, flexibilidad y estado físico general.

Mayor integración y convivencia entre los beneficiarios.

Expresión cultural fortalecida a través de relatos, canciones y anécdotas.

Incremento del bienestar emocional, reflejado en sonrisas, motivación y comentarios positivos.

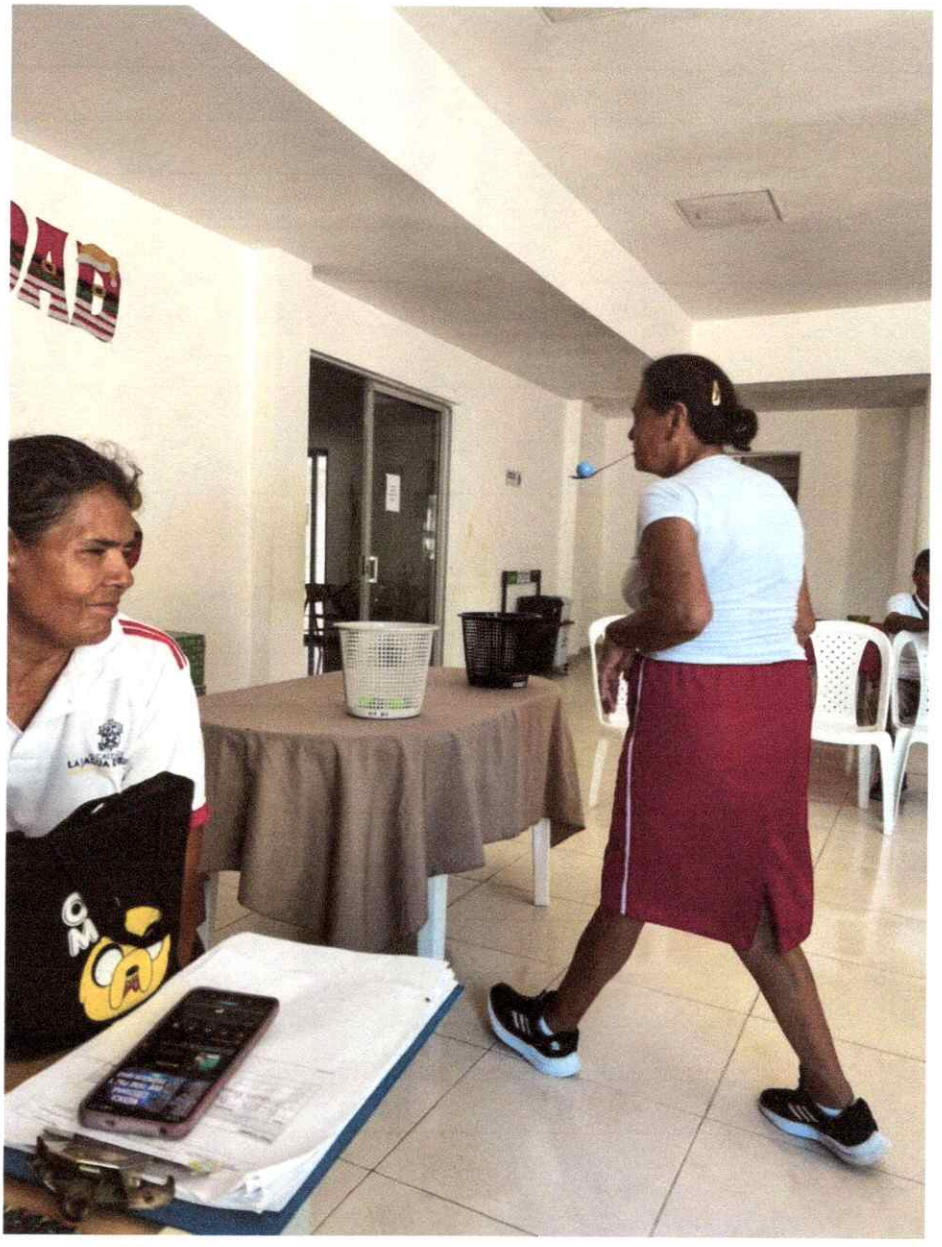
Los abuelos manifestaron sentirse valorados, activos y felices por la actividad realizada.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

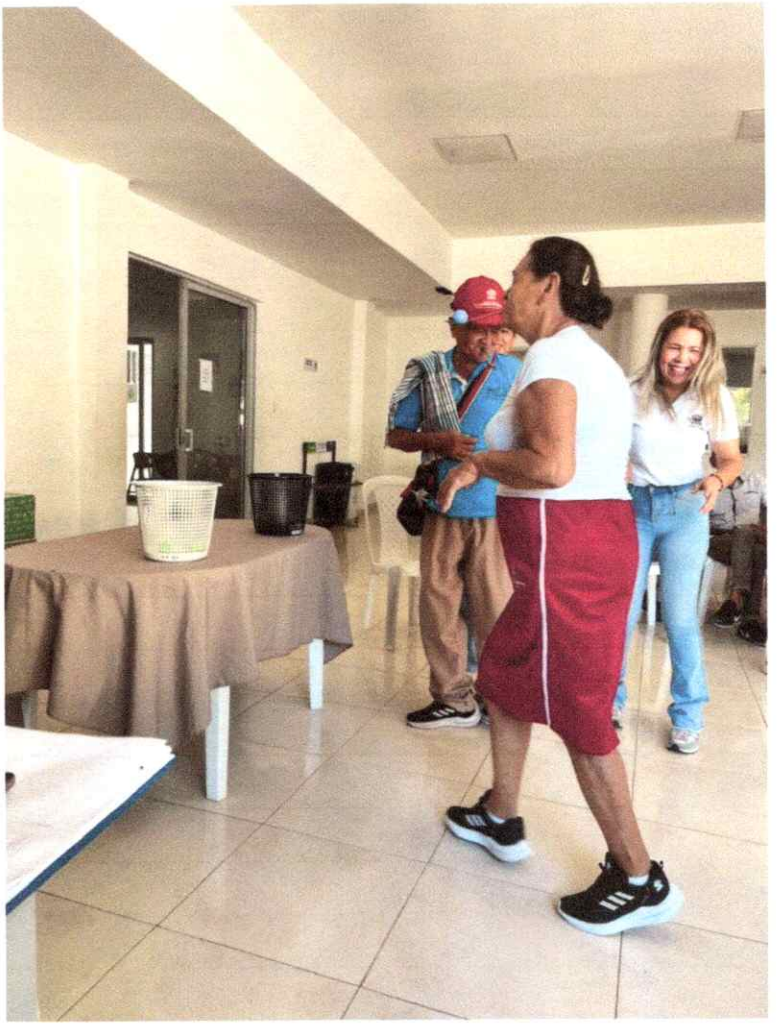
Registro Fotográfico de la Actividad realizada.


FELIZ NAVIDAD

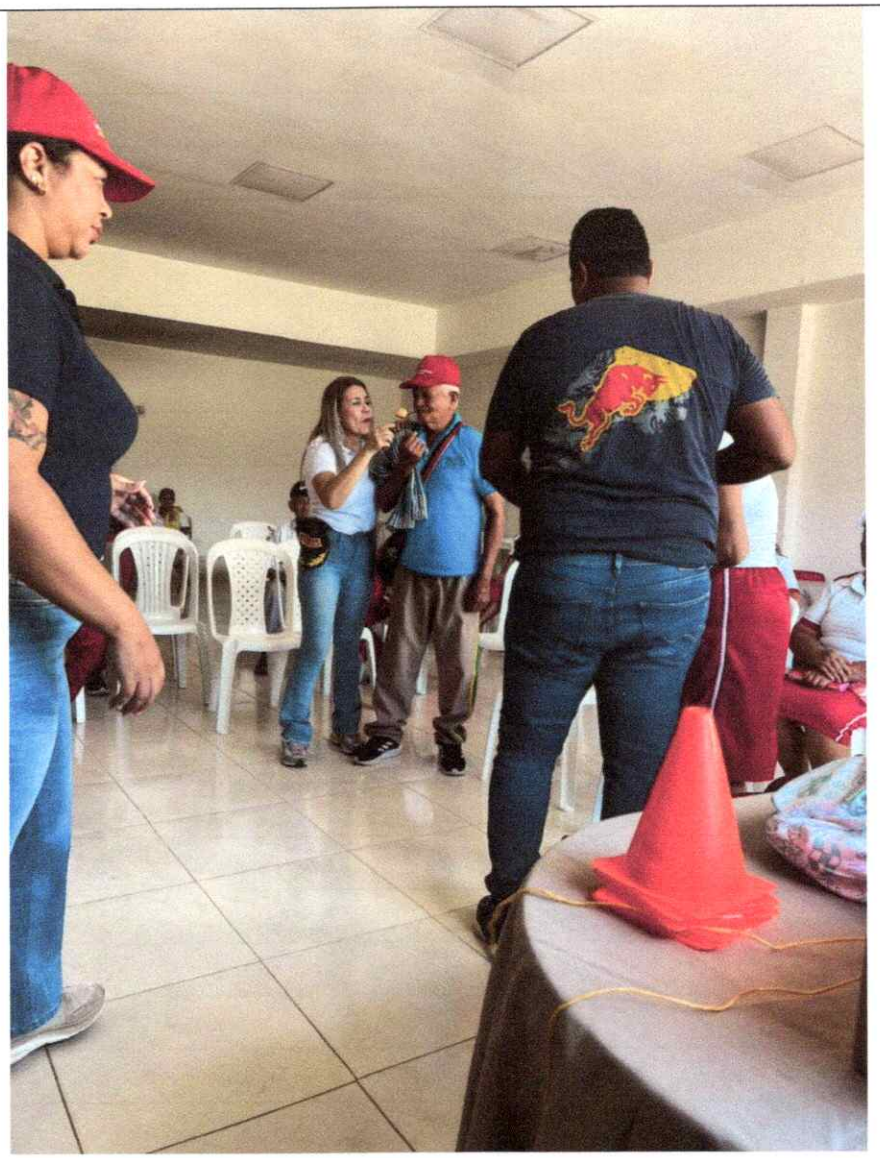












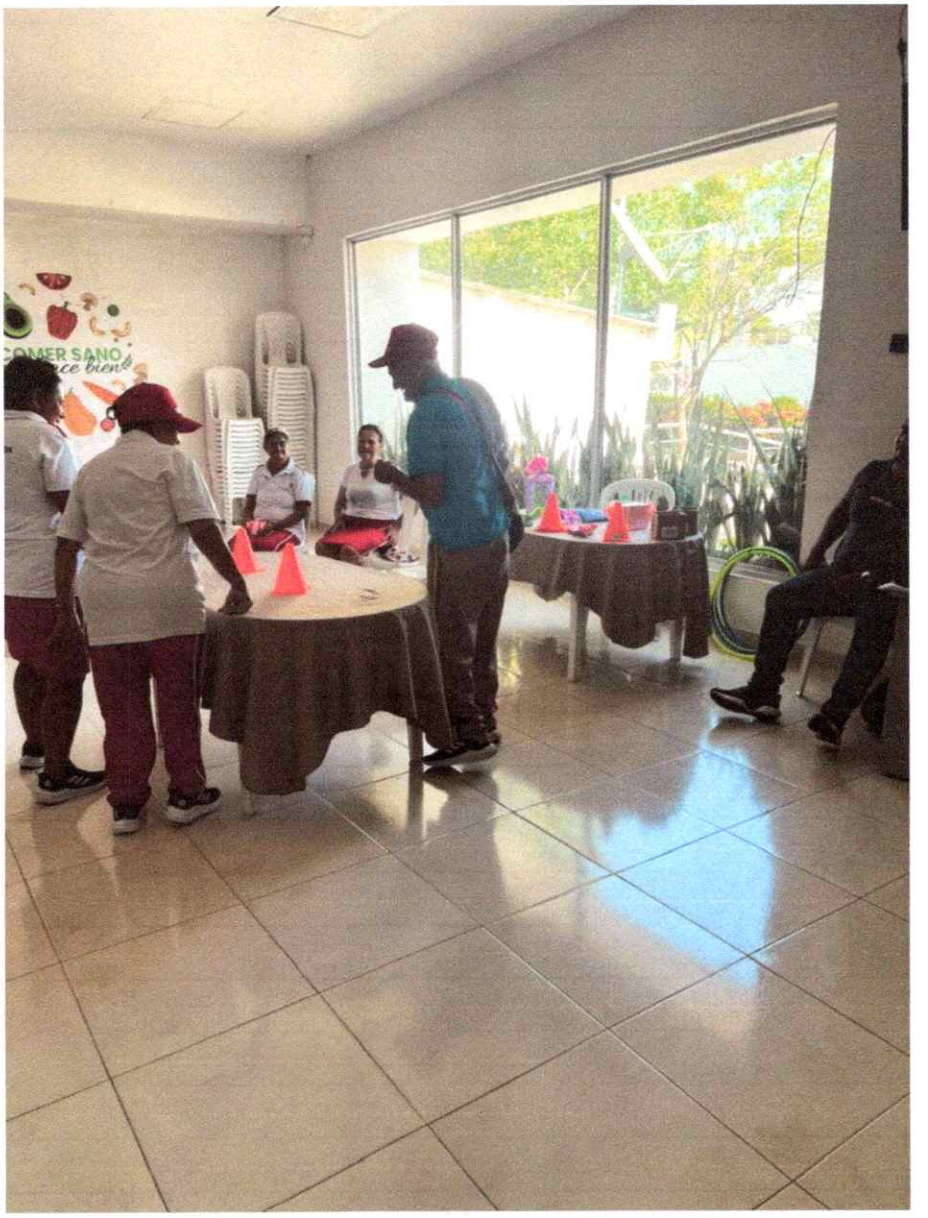

PRÓSPERO 2026
NTRO DE VIDA


NTRO DE VIDA


FELIZ NAVIDAD
PRÓSPERO 2026


FELIZ NAVIDAD
PRÓSPERO 2026


#COMER SANO
nos hace bien

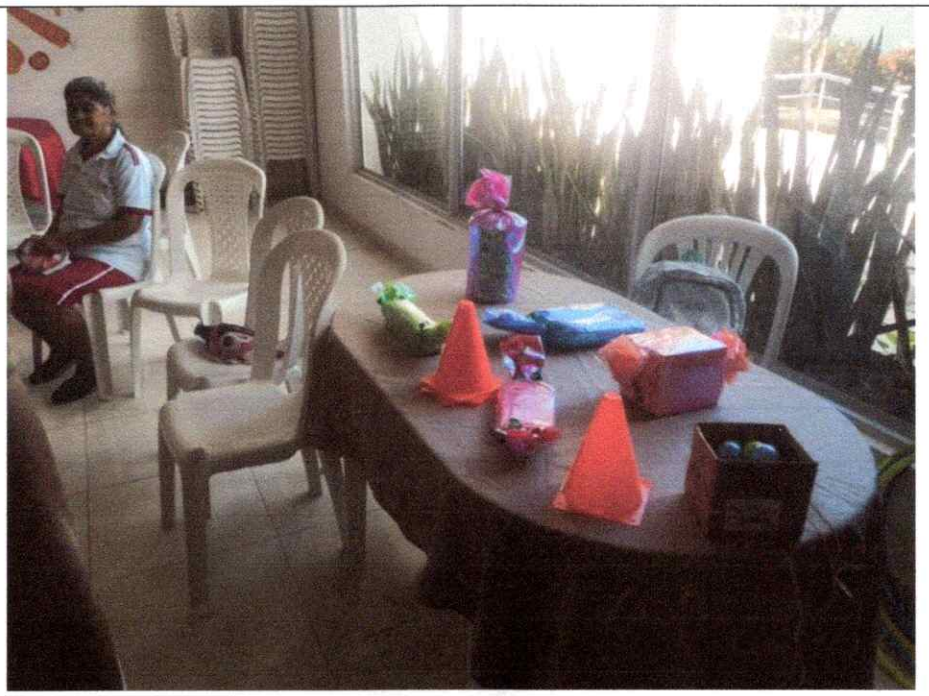

COMER SANO



FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 17 de 20
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025











FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 20 de 20
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Conclusión de la actividad desarrollada:

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo del Centro de Vida La Victoria fue una jornada exitosa y llena de significado para los adultos mayores.

La combinación de movimiento físico, expresión cultural y recreación permitió fortalecer el bienestar integral del grupo, generando un ambiente de alegría, motivación y participación.

La actividad logró los objetivos propuestos: promover el uso positivo del tiempo libre, fortalecer la cultura, estimular el cuerpo a través del ejercicio y fomentar la recreación como herramienta de salud emocional.

Los adultos mayores expresaron satisfacción y agradecimiento, valorando el espacio como una oportunidad para compartir, aprender y sentirse acompañados.

Este encuentro reafirma la importancia de continuar desarrollando actividades que integren cultura, deporte y recreación en beneficio de nuestros adultos mayores.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACION AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	encuentro cultural, deportivo recreativo	Fecha:	26 NOV

Victoria

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Josefa lopez.	Josefa Lopez
2	adonain Marciales	Adonain Marciales
3	Manuel Rodriguez	manuel Franco
4	luis camacho	Luis camacho
5	fenix avendaño	Fenix Avendaño

ELABORÓ Saida milena fragoso FIRMA SAIDA FRAGOSO

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 16
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	20	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:30
CENTRO DE VIDA				Centro de Vida Central.		DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida Central.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				Promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.					
TEMA TRATADO				Encuentro cultural y recreativo.					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		Saida Fragoso			

OBJETIVOS
Desarrollar un Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo orientado a promover la cultura, la actividad física, la integración social y el aprovechamiento positivo del tiempo libre de los adultos mayores del Centro de Vida Central, a través de actividades artísticas, deportivas, recreativas y formativas pensadas especialmente para su bienestar integral. Fomentar la participación activa en actividades culturales y recreativas como espacios de expresión y esparcimiento. Incentivar la actividad física mediante rutinas y dinámicas adaptadas a las capacidades del adulto mayor. Promover la creatividad, el compañerismo y la socialización a través de expresiones artísticas y juegos recreativos. Reforzar el sentido de pertenencia y el uso adecuado del tiempo libre en un ambiente seguro y agradable. Ofrecer un espacio que mejore el estado de ánimo, la motivación y la integración comunitaria.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo se llevó a cabo en las instalaciones del Centro de Vida Mis Años Dorados – Central, en horas de la mañana. Desde temprano los adultos mayores comenzaron a llegar con entusiasmo, comentando lo emocionados que estaban por participar en una jornada especial y diferente.

Iniciamos la actividad con una oración de agradecimiento, donde todos elevaron palabras por la salud, la vida y la oportunidad de compartir en comunidad.
Este momento permitió crear un ambiente de armonía y preparación para las actividades del día.

Luego ofrecí unas palabras de bienvenida, resaltando la importancia de mantener espacios donde puedan disfrutar, moverse, aprender y fortalecer los lazos de amistad que han construido a lo largo del tiempo.

🧘 Activación física y rutina de movimiento

Comenzamos con una rutina suave de:

Movilidad articular de cuello, hombros, brazos y piernas.

Ejercicios de respiración.

Movimientos guiados con música suave.

Estiramientos básicos para preparar el cuerpo.

Los abuelos participaron activamente, siguiendo el ritmo y disfrutando el espacio de movimiento, que les ayuda a mejorar su flexibilidad, circulación y energía.

🎭 Actividad cultural

Después de la activación física dimos paso a un espacio cultural donde los adultos mayores:

Cantaron canciones tradicionales.

Recitaron versos, refranes y anécdotas antiguas.

Compartieron historias relacionadas con el municipio, su cultura y vivencias personales.

Este momento fue muy significativo, ya que permitió reconocer la riqueza cultural presente en cada uno de ellos, su memoria histórica y su capacidad para transmitir saberes.

🎉 Dinámicas recreativas

Continuamos con dinámicas recreativas diseñadas para promover la integración:

Juegos de coordinación.

Rompecabezas grupales.

Rondas musicales y actividades de ritmo.

Juegos de agilidad mental y reacción.

Las risas, comentarios y el ánimo de los abuelos llenaron todo el centro, generando un ambiente de convivencia muy positivo.

🎨 Espacio de expresión creativa

Luego realizamos una pequeña actividad artística donde los beneficiarios:

Dibujaron

Pintaron

Elaboraron mensajes positivos

Decoraron pequeñas tarjetas motivacionales

Este espacio permitió que cada uno expresara emociones, recuerdos y pensamientos a través del arte, fortaleciendo la creatividad y el bienestar emocional.

Se alcanzó una amplia participación, con adultos mayores motivados y activos durante toda la jornada.

Se promovió el uso positivo del tiempo libre mediante actividades físicas, culturales y recreativas.

Mejora en el estado de ánimo, la energía y la integración social del grupo.

Se fortalecieron habilidades como la coordinación, la concentración y la expresión artística.

Los abuelos manifestaron su alegría y agradecieron por compartir actividades diferentes que los sacan de la rutina.

Se reafirmó la importancia de la cultura, el movimiento y la recreación en la vida del adulto mayor.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

_____

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.



























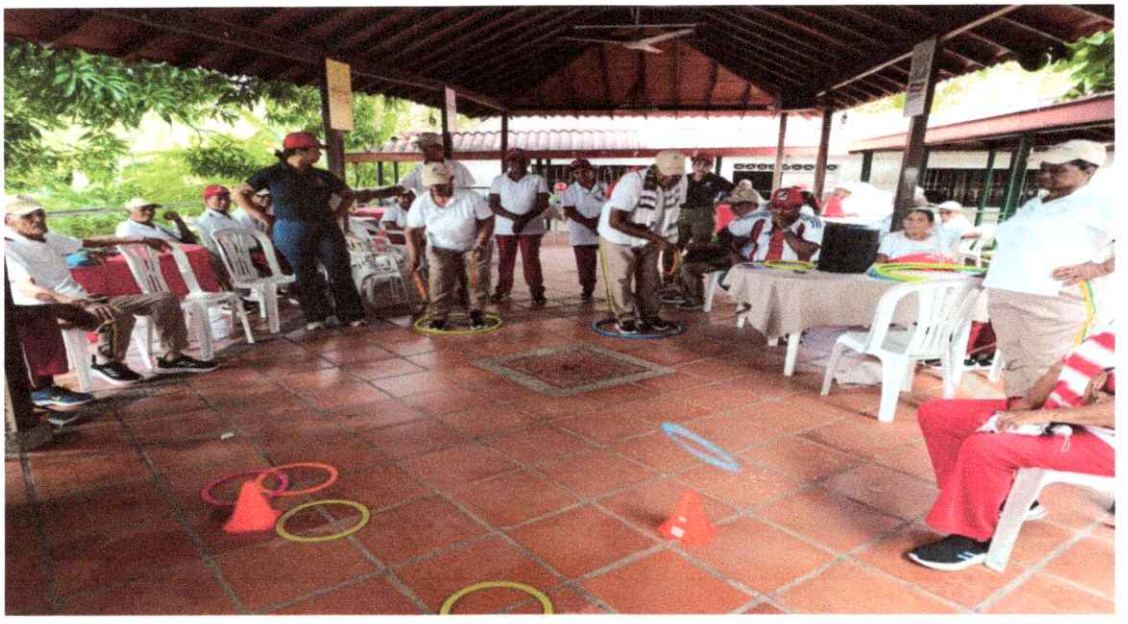














FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 16 de 16
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Conclusión de la actividad desarrollada:

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo realizado en el Centro de Vida Central fue una actividad exitosa, enriquecedora y muy valorada por los adultos mayores.

La jornada combinó movimiento físico, expresión cultural y actividades recreativas, logrando un impacto positivo en el bienestar emocional, social y físico de los participantes.

Los abuelos demostraron entusiasmo, disposición y agradecimiento, resaltando que estas actividades les permiten sentirse acompañados, activos y felices.

La integración lograda entre ellos fortaleció el sentido de comunidad y promovió un ambiente lleno de alegría, respeto y motivación.

Este encuentro cumple completamente con el eje promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre, ofreciendo espacios que fomentan el bienestar integral de nuestros adultos mayores.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACION AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobacion 12/02/2025

Tema Tratado: Encuentro Cultural, deportivo y recreativo Central

Fecha: 20 NOV

FIRMA ASISTENTES

Item	Nombres y Apellidos	Firma
1	Luis Montaño	
2	Lucas Mier	
3	Ubertiz Nieto	
4	Ismelda Mesia	
5	Ismelda Hernandez	

ELABORÓ Saida milena Fragoso FIRMA SAIDA FRAGOSO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	07	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:00
CENTRO DE VIDA	Centro de Vida La Palmita.					DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida La Palmita.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE	Promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.								
TEMA TRATADO	Encuentro cultural, deportivo y recreativo.								
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	Saida Fragoso				

OBJETIVOS

Desarrollar un Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo con los adultos mayores del Centro de Vida La Palmita, con el fin de fortalecer su bienestar físico, emocional y social mediante actividades físicas adaptadas, expresiones culturales, dinámicas recreativas y espacios de convivencia que estimulen el uso positivo del tiempo libre.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Promover la actividad física a través de ejercicios de movilidad y calentamiento adaptado al adulto mayor.

Fomentar la cultura y la identidad del corregimiento mediante espacios de expresión, conversación y memoria colectiva.

Incentivar la recreación como herramienta para mejorar el estado de ánimo y la interacción social.

Integrar al grupo en actividades deportivas sencillas que fortalezcan su coordinación y energía.

Crear un ambiente de convivencia armónica y motivadora para todos los participantes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo se desarrolló en el Centro de Vida La Palmita, donde los adultos mayores participaron activamente en todas las actividades planificadas para la jornada.

Desde la llegada, los abuelos manifestaron alegría y entusiasmo por compartir un día diferente, lleno de dinámicas, ejercicios y actividades culturales preparadas especialmente para ellos.

Iniciamos con una oración de agradecimiento, resaltando la importancia de la unión, la salud y la oportunidad de participar en actividades que fortalezcan su bienestar.
Seguidamente ofrecí unas palabras de bienvenida, explicando el propósito de la actividad y motivando a los abuelos a participar con energía y disposición.

🏃 1. Activación física y ejercicios de movilidad

Comenzamos con una rutina física adaptada:

Movilidad de cuello, hombros y brazos.

Elevación suave de rodillas.

Estiramientos laterales y frontales.

Movimientos circulares de piernas y tobillos.

Ejercicios de respiración para activar el cuerpo.

Los abuelos participaron con entusiasmo, reconociendo la importancia de mover el cuerpo para mantener la salud y mejorar la circulación.

🎭 2. Actividad cultural y expresión oral

Luego abrimos un espacio cultural donde los adultos mayores compartieron:

Relatos de su historia en La Palmita.

Refranes tradicionales del campo.

Anécdotas de vivencias antiguas.

Canciones que recordaban de su juventud.

Este momento permitió rescatar la identidad cultural del corregimiento y fortalecer el sentido de pertenencia del grupo.

🎉 3. Recreación y dinámicas grupales

Después realizamos diversas actividades recreativas diseñadas para estimular la mente y el cuerpo:

Juegos de coordinación con aplausos y ritmo.

Dinámicas de memoria y reacción.

Actividades grupales con música para fomentar interacción.

Juegos tradicionales adaptados al adulto mayor.

El ambiente se cargó de risas, energía y unión entre todos los participantes.

🏅 4. Actividades deportivas adaptadas

También realizamos actividades deportivas de bajo impacto:

Pequeñas competencias de lanzamiento suave.

Juegos de precisión en equipo.

Caminatas cortas dentro del espacio del centro.

Actividades recreo deportivas orientadas a mejorar equilibrio y coordinación.

Cada adulto mayor participó dentro de sus posibilidades, demostrando motivación y disposición para el movimiento.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

RESULTADOS OBTENIDOS

Los adultos mayores participaron activamente durante toda la jornada.

Mejora visible en la movilidad física y el estado de ánimo.

Fortalecimiento de la cultura y la identidad a través de la expresión oral.

Aumento de la integración entre los beneficiarios del centro.

Motivación alta gracias a las actividades recreativas y deportivas.

Reconocimiento de la importancia del ejercicio y la recreación para su salud.

Desarrollo de un ambiente positivo, alegre y participativo.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.




VISIÓ
MISION
BUENOS
TIEMPOS

















FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 11 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025








VISIÓN
MISIÓN
VALORES

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 13 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025





Conclusión de la actividad desarrollada:

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo realizado en La Palmita fue una actividad exitosa y altamente enriquecedora para los adultos mayores.

La jornada combinó movimiento físico, expresión cultural y recreación, elementos clave para mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

Los abuelos participaron con entusiasmo y demostraron avances en su bienestar emocional, físico y social.

La actividad cumplió con el objetivo de promover la cultura, la recreación y el adecuado aprovechamiento del tiempo libre, generando un espacio de alegría, convivencia y motivación para todo el grupo.

Este tipo de actividades continúan siendo esenciales para el fortalecimiento del bienestar integral de los adultos mayores del corregimiento de La Palmita.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACIÓN AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Encuentro cultural, deportivo y recreativo	Fecha: 21 NOV.
Palmita		

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Anebola Pineda	Anebola Pineda Beto
2	Fradith Puello	
3	Mariaemilia Daza	Maria Emilia Daza
4	Beatriz Ramirez	Beatriz Ramirez
5	luis rafael gomez	

ELABORÓ SAIDA MILENA FRAGOSO FIRMA SAIDA MILENA FRAGOSO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 15
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	19	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:00
CENTRO DE VIDA				Centro de Vida 17 de febrero.		DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida 17 de febrero.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				Promover la cultura, el turismo, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.					
TEMA TRATADO				Encuentro cultural, deportivo y recreativo.					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	Saida Fragoso				

OBJETIVOS

Desarrollar un Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo orientado a promover la cultura, el aprovechamiento del tiempo libre, el bienestar físico y emocional de los adultos mayores, integrando actividades artísticas, de movimiento y educación saludable.

Fomentar la participación activa de los adultos mayores en actividades culturales, recreativas y deportivas.

Promover hábitos de vida saludable a través de la socialización de temas alimenticios y actividad física.

Estimular la expresión artística, la creatividad y la participación grupal.

Incentivar el uso positivo del tiempo libre mediante dinámicas recreativas y formativas.

Favorecer la integración, la alegría y la convivencia dentro del Centro de Vida 17 de febrero.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo se llevó a cabo en las instalaciones del Centro de Vida 17 de febrero, en horas de la mañana, con la participación de los adultos mayores beneficiarios del programa.
El ambiente fue preparado con música, materiales recreativos y un espacio dispuesto para las actividades culturales y físicas.

Iniciamos la jornada con una oración de agradecimiento, un momento que permitió reflexionar, agradecer por la vida y pedir bendiciones para la actividad del día.
Posteriormente di unas palabras de bienvenida, resaltando la importancia de promover actividades que fortalezcan la cultura, el bienestar físico y el uso adecuado del tiempo libre.

Intervención de Diego Tapia – Gobernación del Cesar

Contamos con la participación especial de Diego Tapia, funcionario de la Gobernación del Cesar, quien se integró como apoyo fundamental en esta actividad.
Su intervención estuvo enfocada en dos componentes esenciales:

🥗 1. Alimentación Saludable

Diego realizó una charla sencilla, clara y adaptada a los adultos mayores, donde explicó:

La importancia de mantener una alimentación equilibrada.

Cómo combinar alimentos para mejorar la energía diaria.

Recomendaciones para evitar el exceso de azúcares y grasas.

Ejemplos de alimentos accesibles y saludables presentes en su dieta cotidiana.

Los abuelos participaron activamente, hicieron preguntas y compartieron experiencias sobre sus hábitos alimenticios.

🏃 2. Rutina de Ejercicio

Posteriormente, Diego nos acompañó con una rutina de ejercicios funcionales adaptados a la edad del grupo.
Esta rutina incluyó:

Movilidad articular.

Ejercicios de equilibrio.

Movimientos para activar brazos y piernas.

Respiración y estiramientos.

Su participación fue un apoyo muy valioso, ya que reforzó el trabajo físico que realizamos frecuentemente en el centro y motivó a los adultos mayores a seguir cuidando su salud.

Actividades culturales y recreativas

Además de la intervención de Diego, realizamos diversas dinámicas orientadas al bienestar integral:

Actividades de expresión cultural a través de música y canto.

Juegos recreativos de integración grupal.

Dinámicas de coordinación y movimiento.

Actividades de participación abierta donde los abuelos compartieron historias, poemas y anécdotas.

Estas actividades permitieron un espacio de alegría, creatividad y esparcimiento, fortaleciendo la convivencia entre todos.

Alta participación y motivación de los adultos mayores durante toda la jornada.

Los beneficiarios comprendieron recomendaciones importantes sobre alimentación saludable.

Se fortaleció la actividad física mediante la rutina dirigida con apoyo externo.

Los adultos mayores demostraron entusiasmo, creatividad y participación artística.

Se promovió el uso positivo del tiempo libre a través de actividades culturales y recreativas.

La intervención de Diego Tapia enriqueció la jornada con información útil y dinámica práctica.

Se fortalecieron los lazos de compañerismo y convivencia dentro del centro.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

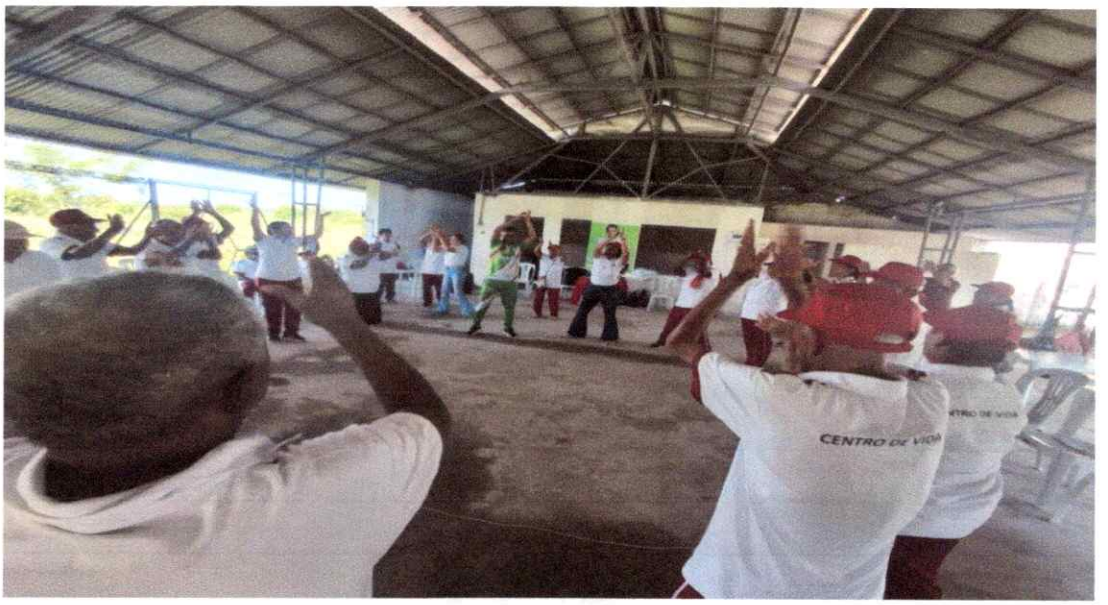
_____

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





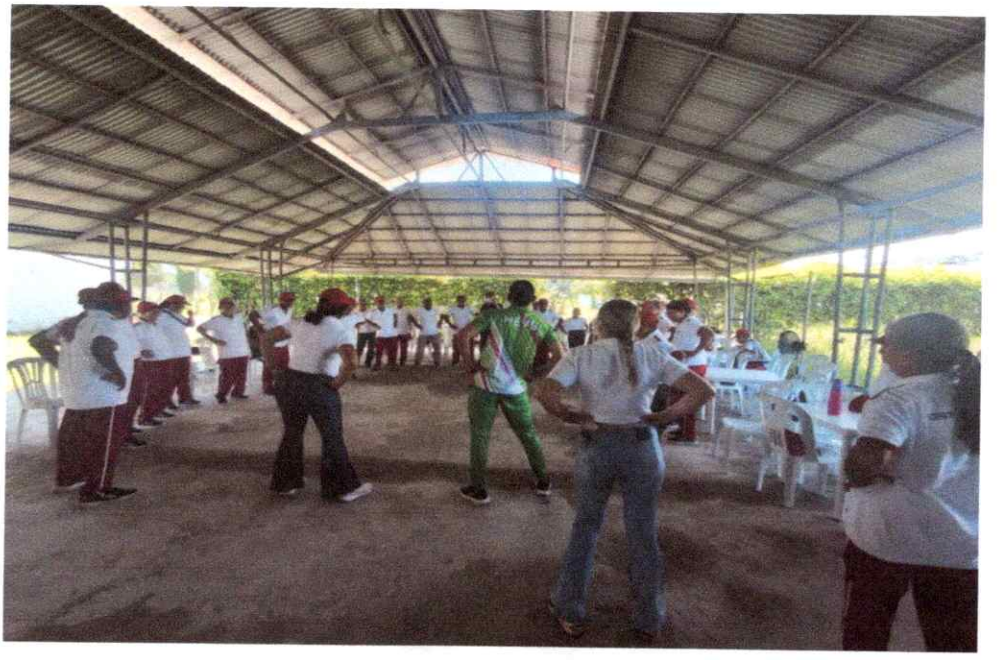



CENTRO DE VIDA





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 8 de 15
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025






BIENVENIDOS
a su
CENTRO DE VIDA


BIENVENIDOS
a su
CENTRO DE VIDA

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 10 de 15
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025










BIENVENIDOS






BIENVENIDO





FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 15 de 15
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Conclusión de la actividad desarrollada

El Encuentro Cultural, Deportivo y Recreativo realizado en el Centro de Vida 17 de febrero fue una actividad altamente positiva y significativa para los adultos mayores.

La combinación de cultura, recreación, movimiento físico y educación saludable aportó a un bienestar integral, permitiendo que los abuelos disfrutaran una jornada diferente, activa y enriquecedora.

La intervención de Diego Tapia, de la Gobernación del Cesar, fue un aporte fundamental, ya que brindó orientación clara sobre alimentación saludable y acompañó la rutina física, fortaleciendo el trabajo que se realiza continuamente en el centro.

La actividad cumplió con el propósito de promover la cultura, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre, brindando espacios de esparcimiento, aprendizaje y alegría, donde los adultos mayores se sintieron protagonistas, acompañados y valorados.

La jornada dejó un ambiente de satisfacción, agradecimiento y motivación para continuar realizando actividades que fomenten el bienestar integral de nuestros adultos mayores.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA____SAIDA FRAGROZO

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Encuentro Cultural, deportivo recreativo 17 de Febrero.	**Fecha:** 19 NOV

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Hipolita Rocha.	Hipolita Rocha
2	Maria edith nieto	maria Edith Nieto
3	Felix Ramirez.	Felix Ramirez
4	Juvenal Rojas	JUVENAL ROJAS
5		

ELABORÓ Saida milena fragoso FIRMA saida fragoso

Fundación Ayúdanos

ACTA DE CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS

Calle 13 # 18-04 Esquina, Barrio Alfonso López
Correo: fundayudanos@hotmail.com
Cel. 301 7332540 / 321 6718494
www.fundacionayudanos.org
Valledupar- Cesar

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	D 05	MM 12	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	08:40 AM	HORA FINAL	10:00 AM
CENTRO DE VIDA				LA VICTORIA DE SAN ISIDRO		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				CELEBRACION DE CUMPLEAÑOS, MORAL Y BIENESTAR AL ADULTO MAYOR.					
TEMA TRATADO10				FESTEJO DE CUMPLEAÑOS					
REUNIÓN	X	CAPACITACION		NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		LUZ ENITH MANOSALVA RUEDA PSICOLOGA.			

OBJETIVOS

1) Promover el sentido de pertenencia mediante la celebración de su cumpleaños.
2) Fomentar la integración social y la convivencia entre adultos mayores, familiares y cuidadores.
3) Reforzar la autoestima y valoración personal, reconociendo la trayectoria de vida del adulto mayor.
4) Estimular la memoria, la comunicación y la participación activa a través de actividades recreativas y significativas.
5) Generar un espacio de alegría, afecto y reconocimiento, reduciendo sentimientos de soledad o aislamiento.
6) Promover el respeto, la dignidad y el trato humanizado hacia el adulto mayor.
7) Incentivar la expresión de emociones positivas mediante música, juegos y dinámicas acordes a su edad y capacidades.
8) Contribuir al bienestar integral (emocional, social y psicológico) del adulto mayor.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1- Bienvenida a todos los adultos mayores.
2- ORACION A DIOS.
3- Se socializa el tema de dignificación, protección y honra, en cuanto a la estadía en el centro de vida.
4- Se celebra el cumpleaños de los adultos mayores mediante un espacio de integración en el que se comparte una torta y un momento especial de convivencia con todos los participantes.
5- Para finalizar, se resalta el buen nombre de la institución, dándole gracias a la nueva administración liderada por el señor alcalde **Leonardo Hernández** y la primera dama y gestora social **Dra. Ana Cataño**, cuyo compromiso ha contribuido al mejoramiento de la gestión y la proyección institucional, además de implementar estrategias, para adquirir los recursos, con el objetivo de reabrir todos los centros de vida del adulto mayor, en la jagua de Ibirico y los corregimientos correspondientes, y así poder dignificar al adulto mayor, ya que por sus estados de vulnerabilidad , exclusión y abandono requieren un techo temporal, alimento, con excelencia en cuanto a calidad y cantidad para así mitigar las necesidades básicas del adulto mayor.

Quien Elaboro el Acta: **PSICOLOGA MANOSALVA RUEDA LUZ ENITH**

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 3 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.








Solidaridad
Amor

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Festejo de Cumpleaños **Fecha:** 05/12/2025

La Victoria S-I

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Julio Cesar Velasquez.	
2	Celyma Rosa Barrero.	
3	Luis Camaño Mesa.	
4	Hermuda Rodriguez.	
5	Domingo Mercado V.	
6	Silvino Torres. Agudelo	
7	Hector Dominguez	
8	Hector Raul Gonzalez	H R G
9	Margot Perez.	Margot Perez R
10		

ELABORÓ Recreación FIRMA

Dra. Emilia Mendoza
DIRECTORA
UNAD

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	D 03	MM 12	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	08:40 AM	HORA FINAL	10:00 AM
CENTRO DE VIDA				LA PALMITA		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				CELEBRACION DE CUMPLEAÑOS, MORAL Y BIENESTAR AL ADULTO MAYOR.					
TEMA TRATADO10				FESTEJO DE CUMPLEAÑOS					
REUNIÓN	X	CAPACITACION		NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		LUZ ENITH MANOSALVA RUEDA PSICOLOGA.			

OBJETIVOS

1) Promover el sentido de pertenencia mediante la celebración de su cumpleaños.
2) Fomentar la integración social y la convivencia entre adultos mayores, familiares y cuidadores.
3) Reforzar la autoestima y valoración personal, reconociendo la trayectoria de vida del adulto mayor.
4) Estimular la memoria, la comunicación y la participación activa a través de actividades recreativas y significativas.
5) Generar un espacio de alegría, afecto y reconocimiento, reduciendo sentimientos de soledad o aislamiento.
6) Promover el respeto, la dignidad y el trato humanizado hacia el adulto mayor.
7) Incentivar la expresión de emociones positivas mediante música, juegos y dinámicas acordes a su edad y capacidades.
8) Contribuir al bienestar integral (emocional, social y psicológico) del adulto mayor.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 2 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1- Bienvenida a todos los adultos mayores.

2- ORACION A DIOS.

3- Se socializa el tema de dignificación, protección y honra, en cuanto a la estadía en el centro de vida.

4- Se celebra el cumpleaños de los adultos mayores mediante un espacio de integración en el que se comparte una torta y un momento especial de convivencia con todos los participantes.

5- Abuelo que canto a sus compañeros amiguitos las mañanitas del REY David. Con mucha alegría y emoción.

6- Culmina el festejo con abrazos y risas.

Quien Elaboro el Acta: **PSICOLOGA MANOSALVA RUEDA LUZ ENITH**

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 3 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.



FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 5
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025







Tema Tratado: Celebración Compleaños **Fecha:** 03/12/2025.

La Palmita.

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Beti castro	Betty Castro
2	Gladis Esther Camacho	Gladis Camacho
3	Biatriz Dolores Ramirez.	Beatriz
4	Raul Martinez.	Raul Martinez
5		
6		
7		
8		
9		
10		

ELABORÓ Psicologa FIRMA

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	03	DIC	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:30
CENTRO DE VIDA				Centro de Vida 17 de febrero.		DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida 17 de febrero.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				Promover la cultura, el ocio, el bienestar y la integración social del adulto mayor.					
TEMA TRATADO				Celebración de cumpleaños.					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		Saida Fragoso			

OBJETIVOS

Realizar la celebración de cumpleaños correspondiente a los meses de noviembre y diciembre, creando un espacio de integración, alegría, actividad física y convivencia para los adultos mayores del Centro de Vida 17 de febrero, fortaleciendo las relaciones sociales y el bienestar emocional.

Reconocer y celebrar la vida de los adultos mayores que cumplieron años en los meses mencionados.

Promover espacios de integración social y participación comunitaria.

Realizar actividades físicas suaves para estimular la movilidad corporal.

Generar un ambiente de bienestar, motivación y alegría entre los participantes.

Fomentar la unión y el compañerismo dentro del centro de vida.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La celebración de cumpleaños de los meses de noviembre y diciembre se llevó a cabo en el Centro de Vida 17 de febrero con una asistencia activa de los adultos mayores beneficiarios del programa.

La jornada inició con una oración de agradecimiento, donde los mismos abuelos participaron expresando palabras de gratitud por la vida, la salud y la oportunidad de compartir un espacio especial con sus compañeros.

Posteriormente, ofrecí unas palabras de bienvenida, resaltando la importancia de estas celebraciones como parte del fortalecimiento emocional y social del grupo.
Se destacó el valor de cada uno de los adultos mayores y se hizo un reconocimiento especial a quienes estaban cumpliendo años en los meses celebrados.

Durante la actividad contamos con la visita del señor Diego Tapia, funcionario de la Gobernación, quien brindó un apoyo fundamental en la jornada.
Él dirigió una sesión de ejercicios suaves de estiramiento y movilidad, realizados desde las sillas para garantizar la comodidad y seguridad de todos los participantes.
Estos ejercicios incluyeron movimientos articulares, respiración, estiramientos de brazos y piernas, y dinámicas de movilidad general.

Una vez finalizada la actividad física, se procedió a iniciar la celebración de cumpleaños.
Los presentes cantaron el tradicional "cumpleaños feliz" en honor a los festejados, creando un ambiente de alegría, cercanía y gratitud.
Los homenajeados recibieron aplausos, muestras de cariño y expresiones de afecto por parte de sus compañeros.

Para finalizar la jornada, se compartió un almuerzo especial preparado para todos los adultos mayores, fomentando así un espacio de convivencia, diálogo y disfrute colectivo.
El compartir alimenticio reforzó la integración del grupo y permitió cerrar la actividad de manera cálida y significativa.

RESULTADOS OBTENIDOS

Participación activa y entusiasta de los adultos mayores.

Fortalecimiento de las relaciones sociales y del sentido de pertenencia.

Integración emocional en torno a la celebración de vida de los abuelos homenajeados.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 3 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Movilización física segura y adecuada gracias a los ejercicios guiados. Ambiente de alegría, respeto, unión y disfrute colectivo.
Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso _____

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.


FELIZ
CUMPLEAÑOS

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025



FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 6 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025















FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 10 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025





Conclusión de la actividad desarrollada:

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 11 de 11
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

La celebración de cumpleaños correspondiente a los meses de noviembre y diciembre en el Centro de Vida 17 de febrero fue una actividad altamente positiva y enriquecedora para los adultos mayores.

El espacio permitió integrar momentos de espiritualidad, actividad física, motivación, reconocimiento y convivencia, logrando que cada participante se sintiera valorado y parte de una comunidad activa.

La participación del funcionario invitado fortaleció la dinámica recreativa y brindó un acompañamiento profesional a la actividad física, complementando el propósito general de bienestar del programa.

Los adultos mayores expresaron satisfacción, alegría y agradecimiento por esta celebración, la cual contribuye significativamente a su salud emocional y social.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Celebracion de cumpleaños NOV-DIC	Fecha:	03-DIC-2025

FIRMA ASISTENTES

17 de Febrero

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Hipolita Rocha	Hipolita Rocha
2	Gilberto Suarez.	Gilberto Suarez
3	Emelina castillo	Emelina Castillo
4	Jaime Ramirez.	Felix Ramirez
5		

ELABORÓ Saida milena Fragoso FIRMA SAIDA FRAGOSO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 6
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

FECHA:	DD 03	MM 12	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	09:00 AM	HORA FINAL	10:00 AM
CENTRO DE VIDA Mis años dorados				CENTRAL		DIRIGIDO A	Adulto mayor		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA					
TEMA TRATADO				Celebración de cumpleaños mayores Octubre, noviembre y diciembre					
REUNIÓN	√	CAPACITACIÓN		NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		ILDA EPALZA MORELO			

OBJETIVOS
Objetivo General Favorecer la convivencia, el sentido de pertenencia y el bienestar emocional de las personas adultas mayores a través de una celebración de cumpleaños, que promueva la alegría, la memoria afectiva y la participación activa, fortaleciendo los lazos sociales del grupo, la autoestima y el reconocimiento de cada adulto mayor como parte valiosa de la comunidad. Se busca estimular la expresión de emociones, la comunicación y la evocación de recuerdos asociados a las experiencias de vida. objetivos específicos • Fomentar la interacción social y el sentido de pertenencia entre los adultos mayores mediante actividades recreativas y significativas durante la celebración del cumpleaños.

- Fortalecer la autoestima de los adultos mayores reconociendo su trayectoria de vida y generando un espacio de celebración donde se sientan valorados y acompañados.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Oración a Dios

Desarrollo de la actividad

Esta actividad tuvo lugar en el centro de vida CENTRAL, donde los adultos mayores asistieron para conmemorar los cumpleaños de los adultos mayores, generando un espacio de convivencia.
Se realizó una oración con todos los participantes para dar gracias por un año más de vida. Se fomentó una bienvenida grupal en la que se intercambió un saludo afectuoso.

Durante el encuentro se compartieron fotografías, lo que generó sentimientos, estimulando la comunicación interpersonal y la cohesión del grupo.

A continuación, se procedió a compartir la torta y el almuerzo, donde se valoró la importancia de compartir.
Este momento permitió reforzar vínculos sociales, fomentar la empatía dentro del grupo.

Para cerrar la actividad

Los adultos mayores expresaron palabras de agradecimientos y mensajes positivos, destacando el valor de celebrar la vida, y dieron agradecimientos por haberlos tenidos en cuenta.

La celebración de cumpleaños concluyó en un ambiente de alegría y gratitud.

Con abrazos y palabras de cariño, se dio por finalizada la jornada, dejando en cada corazón la verdad que el amor no tiene edad, sino que se renueva cada día en los gestos sencillos y la compañía de las personas que nos quieren.

Quien Elaboro el Acta: REBECA DURAN

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 3 de 6
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 6
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025







Breve descripción de la actividad desarrollada:

Se organiza una reunión amena donde los adultos mayores disfrutan de música de su época y una merienda especial con pastel. La actividad incluye un momento para compartir anécdotas y mensajes de cariño para la persona festejada, creando un ambiente cálido, participativo y lleno de recuerdos significativos.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Celebración de Cumpleaños Adultos Mayores Central	**Fecha:**	03_12_2025

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Jorge Olier Motta	
2	Luis Montaño	
3	Dalgi Cano	
4	Ana Lidali Quintero	
5	Pedro José Alvarez	
6		
7		
8		
9		
10		

ELABORÓ Zilda Espitia FIRMA Zilda E

Fundación Ayúdanos

ACTA DE CELEBRACIÓN DE LA FAMILIA

Calle 13 # 18-04 Esquina, Barrio Alfonso López
Correo: fundayudanos@hotmail.com
Cel. 301 7332540 / 321 6718494
www.fundacionayudanos.org
Valledupar- Cesar

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

FECHA:	DD 12	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	8: 3O a.m.	HORA FINAL	11: OO a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS LA VICTORIA		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 2: INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA					
TEMA TRATADO				CELEBRACIÓN DIA DE LA FAMILIA					
REUNIÓN	X	CAPACITACIÓN		NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		MARIA MARGARITA MANJARREZ C PSICÓLOGA			

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer los vínculos afectivos entre los adultos mayores y sus familiares mediante actividades lúdico, recreativas y pedagógicas que fomenten el bienestar emocional y social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Promover la integración familiar a través de actividades lúdicas y pedagógicas
- ✓ Fomentar la participación activa de los adultos mayores y sus familiares en un ambiente de alegría, respeto y unión.
- ✓ Reconocer y visibilizar el rol fundamental de la familia en el desarrollo emocional, social y funcional del adulto mayor.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La celebración del Día de la familia se celebró el día 12 de noviembre de 2025 en el Centro de Vida Mis Años Dorados del corregimiento de La Victoria de San Isidro con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida y palabras de apertura:** realizado por el equipo psicosocial, resaltando el valor de la familia como pilar fundamental en la sociedad y el bienestar emocional de los adultos mayores.
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo:** El tren de la risa

Súbete al carro de la risa: jajaja
Súbete a la moto de la unión: run run
Súbete al bote de la fantasía
Súbete al tren del amor

Coro
Que hace chiqui, que hace chaca, que hace chiqui, chiqui, chaca

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

La dinámica rompe hielo fue realizada por el equipo interdisciplinario y consistió en hacer unos movimientos al ritmo de la música con vestuario (tutu), luego les tocó el turno a los cuidadores, el cuidador que mejor realizó la dinámica fue el ganador y se le entregó premio.

Posteriormente, se llevaron diversas dinámicas y juegos recreativos, donde los participantes, junto con sus familiares compartieron momentos de alegría y unión. Entre las actividades realizadas se destacaron:

- Juego el semáforo:
- Premiación al cuidador más puntual
- Premiación al adulto mayor más puntual y constante
- Refrigerio
- Fotografía familiar con selfies
- Despedida

Juego "El semáforo": consiste en dos personas se toman de las manos formando un puente y el resto de los participantes hacen una fila y forman especie de un tren, luego un dinamizador da las siguientes instrucciones; verde el tren avanza (va hacia adelante), cuando diga amarillo (retrocede), y cuando diga rojo (se detiene). La persona que quede dentro del puente cuando el tren se detenga, sale del juego, queda eliminada. Gana el último participante.

Nota: el evento fue ambientado con música alusiva a la familia.

Quien Elaboro el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 3 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Breve descripción de la actividad desarrollada:

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Breve descripción de la actividad desarrollada: Se realizó la celebración del día de la familia en el Centro de Vida Mis Años Dorados La Victoria, donde los principales protagonistas fueron los adultos mayores y sus familiares, gozando de juegos, concursos, refrigerios y otras actividades lúdico pedagógicas que promueven el fortalecimiento de vínculos afectivos, inclusión social y la sana convivencia.

ELABORÓ **María Margarita Manjarrez Campo** FIRMA_____

PROGRAMA AYUDANCIAS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Página 1 de 1 Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Celebración día de la familia Fecha: 12-Nov-25

FIRMA ASISTENTES La Victoria

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	fenix Avendaño	Fenix Avendaños
2	Celima Rosa Barrero V	Célima Rosa Barrero
3	Atis Caamaño M.	Caamaño M.
4	Josefa Lopez	Josefa Lopez
5	Manuel francisco Rodriguez.	Manuel Rodrig

ELABORÓ Maria M. Manjarrez FIRMA Maria MC.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	11	NOV	2025	MUNICIPIO	La Jagua de Ibirico	HORA DE INICIO	9:00	HORA FINAL	11:30
CENTRO DE VIDA				Centro de Vida 17 de febrero.		DIRIGIDO A	Adultos mayores y sus familiares beneficiarios del Centro de Vida 17 de febrero.		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				Fomento de la cultura, la recreación, el ocio y el aprovechamiento del tiempo libre en el curso de vida.					
TEMA TRATADO				Celebración de la familia y el aprovechamiento del tiempo libre.					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		Saida Fragoso			

OBJETIVOS

El objetivo principal de esta actividad fue promover la cultura, el ocio, el aprovechamiento del tiempo libre y la integración familiar de los adultos mayores pertenecientes al Centro de Vida 17 de febrero, a través de una jornada recreativa y cultural que fortaleciera la convivencia, el afecto y la participación de sus familiares.

Esta jornada tuvo como finalidad brindar un espacio de encuentro y alegría donde los adultos mayores pudieran compartir con sus hijos, nietos o familiares cercanos, fortaleciendo así los lazos familiares y resaltando la importancia del acompañamiento en esta etapa de la vida.

De manera específica, la actividad se propuso:

Integrar a las familias en las actividades del Programa Adulto Mayor, generando unión y sentido de pertenencia.

Promover el uso positivo del tiempo libre mediante la recreación, el arte, la música y la convivencia.

Reforzar los valores de respeto, amor, empatía y solidaridad dentro del grupo familiar y social.

Fomentar la salud emocional de los adultos mayores a través de experiencias de alegría, risas y compañía.

Reconocer el papel fundamental de la familia como apoyo emocional, social y espiritual.

124

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La Celebración de la Familia se llevó a cabo en las instalaciones del Centro de Vida 17 de febrero, en horas de la mañana.
Desde temprano, se notó un ambiente distinto: los adultos mayores llegaron acompañados de sus familiares con rostros alegres y con muchas ganas de participar.
El comedor fue decorado con globos, mensajes positivos y carteles alusivos a la unión familiar, elaborados previamente por los mismos abuelos en los talleres manuales de la semana.

Iniciamos la jornada con una oración de agradecimiento, donde se dio gracias a Dios por la vida, la salud, la familia y por permitirnos compartir un día más de convivencia.
Este momento fue muy bonito, ya que varios adultos mayores aprovecharon para agradecer por sus seres queridos y por el apoyo recibido en el centro.

Después de la oración, di unas palabras de bienvenida, resaltando la importancia de fortalecer los vínculos familiares, de disfrutar de estos espacios y de valorar cada instante compartido con amor.
Los familiares escucharon atentos y se mostraron agradecidos por ser incluidos en la jornada.

Posteriormente, realizamos una dinámica de presentación e integración donde cada familiar se presentó y expresó brevemente cómo se sentía al participar en la actividad.
Fue muy emotivo escuchar frases como "me alegra ver a mi mamá feliz aquí" o "me gusta venir porque ellos se sienten vivos en estas actividades".
Estos testimonios demostraron el impacto positivo que tiene el programa no solo en los adultos mayores, sino también en sus familias.

Luego iniciamos con una serie de actividades recreativas diseñadas para disfrutar en grupo:

Juegos de coordinación y trabajo en equipo entre abuelos y familiares.

Concursos de baile, rondas musicales y canciones tradicionales.

Juegos de adivinanzas y trivias sobre recuerdos familiares.

Actividades de pintura y dibujo, donde juntos plasmaron lo que significa la palabra familia.

Durante toda la jornada reinó un ambiente de alegría, música, risas y cercanía.
Los adultos mayores disfrutaron mucho al ver a sus hijos y nietos involucrados, ayudándolos en los juegos y celebrando cada logro con aplausos.

125

Se escuchaban comentarios como: "hacía rato no compartíamos así", "esto nos une como familia" y "me da gusto ver a mi abuelo tan feliz".

Al mediodía realizamos un pequeño espacio cultural, donde algunos abuelos y familiares participaron con coplas, bailes y dramatizaciones.
Cada presentación fue recibida con aplausos y sonrisas, mostrando el talento y entusiasmo que caracteriza a este grupo.

Finalmente, compartimos un refrigerio especial donde todos los asistentes se sentaron juntos, conversaron, recordaron anécdotas y expresaron su gratitud por la jornada vivida.
Antes de despedirnos, hicimos una reflexión grupal, donde los adultos mayores hablaron sobre el valor de la familia y lo importante que es sentirse acompañado y amado en esta etapa de sus vidas.

Quien Elaboro el Acta: _Saida Fragoso

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.

126







128





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 7 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025



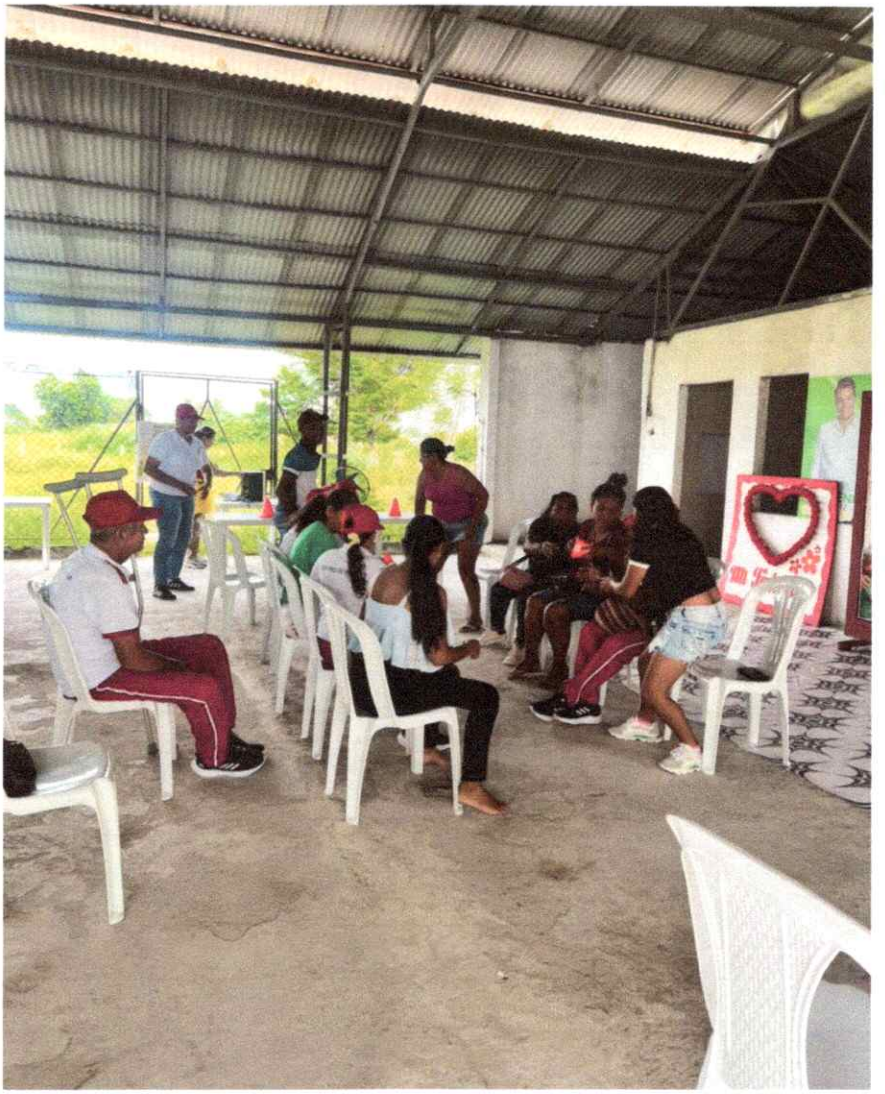


FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 8 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025






Feliz











EVIDENCIA FOTO GRAFICA

Conclusión de la actividad desarrollada:

La Celebración de la Familia realizada en el Centro de Vida 17 de febrero fue una jornada profundamente significativa, tanto para los adultos mayores como para sus familiares.

La presencia de los seres queridos llenó el espacio de emoción, ternura y motivación.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 14 de 14
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Fue una oportunidad para compartir risas, abrazos y palabras sinceras que reforzaron los lazos afectivos y el sentido de comunidad.

Durante toda la jornada se evidenció la alegría y la energía de los participantes.

Los juegos, la música y las actividades culturales no solo generaron diversión, sino también momentos de unión y aprendizaje mutuo.

Los adultos mayores se sintieron valorados y acompañados, y los familiares expresaron lo importante que es tener estos espacios donde pueden compartir con sus seres queridos en un ambiente de amor y respeto.

Al cierre, los participantes manifestaron su agradecimiento y emoción, resaltando que actividades como esta fortalecen la convivencia y ayudan a mantener viva la conexión entre generaciones.

Las sonrisas, los abrazos y las palabras de cariño fueron la mejor muestra de que la jornada cumplió ampliamente su propósito.

En conclusión, esta actividad no solo promovió la cultura y el aprovechamiento del tiempo libre, sino que también reafirmó que la familia es el pilar más importante en la vida de cada ser humano.

Fue un día lleno de experiencias positivas, aprendizajes y momentos inolvidables que dejaron huellas en el corazón de todos los asistentes.

ELABORÓ_SAIDA__FRAGOZO_____FIRMA_____

FUNDACION AYÚDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Celebración de la Familia	Fecha:	11 NOV 2025
17 de Febrero			

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Gilberto Suarez	
2	Hipolita Rocha	Hipolita Rocha
3	Jaime Vargas	
4	Maria Dint Nieto	
5	Emelina Castillo	Emelina castillo

ELABORÓ SAIDA MILENA FRAGOSO FIRMA SAIDA FRAGOSO 1064108656

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	DD 10	MM 11	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	09:00 AM	HORA FINAL	11:00 AM
CENTRO DE VIDA Mis años dorados				CENTRAL		DIRIGIDO A	Adulto mayor		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				INCLUSIÓN SOCIAL Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA					
TEMA TRATADO				Celebración día de la familia					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	√	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		ILDA EPALZA MORELO			

OBJETIVOS

Objetivo General:
Fomentar la integración, valoración y el fortalecimiento de los vínculos afectivos entre los adultos mayores y sus familias mediante actividades participativas que reconozcan su historia, experiencias y aportes a la comunidad, fortaleciendo la cohesión familiar y el sentido de pertenencia mediante la celebración del día de la familia con adultos mayores.

Objetivo Específico:
Promover espacios de convivencia donde los adultos mayores puedan compartir recuerdos, habilidades y saberes con sus familiares. Favoreciendo el reconocimiento mutuo, la comunicación y el bienestar emocional. Fortalecer los vínculos afectivos, promover el reconocimiento de la diversidad generacional y estimular la autoestima, la expresión emocional y la inclusión social de los adultos mayores durante la celebración del día de la Familia.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Oración a Dios.

Bienvenida a los adultos mayores y sus familiares

Con motivos del día de la Familia se llevó a cabo una jornada especial, dirigida a los adultos mayores y sus familiares, con el propósito de fortalecer los lazos afectivos, promover la convivencia y crear un espacio de alegría.

La actividad inició en un ambiente festivo. Se hizo una decoración en globo rojos y al fondo un cuadro con la imagen de la familia. Se realizó una oración de agradecimiento a Dios, en la que todos los asistentes participaron. Este momento permitió dar apertura a la celebración.

Posteriormente se ambientó el espacio con alabanzas, lo que generó un clima de motivación espiritual. Los adultos mayores y sus familiares compartieron un "café" que sirvió como un primer momento de integración y conversación entre los adultos mayores y sus acompañantes.

Continuando con las actividades recreativas, se desarrollaron diversas dinámicas grupales, una de las más destacadas fue "El tren de la felicidad" que promovió la participación activa de los presentes, despertando sonrisas.

También se llevó a cabo un concurso de baile en el que los adultos mayores demostraron entusiasmo, energía y alegría al ritmo de la música, demostrando sus mejores pasos, mientras los asistentes animaban con aplausos.

Finalizado el concurso, se procedió a la entrega de regalos, a los ganadores del baile.

Gestos que los adultos mayores recibieron con cariño y gratitud. Dentro de la programación también se incluyó la dinámica "El árbol de los valores familiares" en la que los participantes aportaban palabras relacionadas con la unión, el respeto, solidaridad, el amor, y la gratitud.

Esta actividad permitió compartir experiencias significativas y reconocer el papel fundamental de la familia. Cada participante dejó una palabra de acuerdo con el valor familiar que sembraron en el árbol de los valores.

Para continuar fomentando la diversión se organizó una partida de Bingo, juego que generó un ambiente de expectativa, risa y compañerismo, los participantes ganadores recibieron un detalle.

Se ofreció a los asistentes una merienda saludable promoviendo así hábitos de bienestar. La actividad concluyó con un ambiente de satisfacción, alegría y convivencia, reafirmando la

importancia de compartir, espacios que fortalecen los vínculos familiares y celebran la vida de las familias.

Cierre de la actividad

Como cierre de esta jornada tan especial, los adultos mayores se tomaron selfi con sus familiares dejando un recuerdo lleno de afecto y celebración.

Queremos agradecer la participación y entusiasmo de cada uno de los adultos mayores y sus familias. Compartimos momentos de unión, alegría, que fortalecen la unión familiar.

Que esta experiencia nos motive a seguir construyendo espacios donde la familia, el respeto y la gratitud sean los pilares principales.

Recomendaciones

1. Mantener la participación activa
2. Cuidar la salud
3. Fomentar la convivencia familiar

Quien Elaboro el Acta: ___ILDA EPALZA MORELO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 6 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 7 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 8 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 9 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 10 de 10
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.





FUNDACION AYÚDANOS		Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Celebración Día de la Familia	Fecha:	10-11-2025

FIRMA ASISTENTES

Central

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Luis Montaño	
2	Ismenia	
3	Lucas Mier	
4	Ilse Ortiz	
5	Daniel SanJuan	

ELABORÓ Nola Espitia FIRMA Nola E.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 6 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

D 14	MM 11	AA 2025		MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	09:00 AM	HORA FINAL	10:47 AM
	CENTRO DE VIDA			LA PALMITA		ADULTOS MAYORES Y RED DE APOYO			
	LINEA DE ATENCION DEL EJE A TRAVÉS DE LAS FAMILIAS SE FORMAN LOS PUEBLOS, LAS LENGUAS, LAS NACIONES, SE ESTABILIZA LA ECONOMÍA SE MANTIENEN LAS CULTURAS, LOS VALORES DE GENERACION EN GENERACION.								
	TEMA TRATADO CELEBRACIÓN DE LA FAMILIA.								
	CAPACITACIÓN			NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		LUZ ENITH MANOSALVA RUEDA MARIA MARGARITA MANJARREZ.			
						PSICÓLOGA			

OBJETIVOS
1) Promover la integración, el respeto y la valoración del adulto mayor mediante una celebración familiar que fortalezca los vínculos afectivos, reconozca su aporte a la comunidad y fomente su bienestar integral. 2) Reconocer y valorar la trayectoria de vida de los adultos mayores, resaltando su aporte cultural, social y familiar. 3) Potenciar el bienestar emocional de los adultos mayores a través de actividades recreativas y afectivas que refuercen su sentido de pertenencia. 4) Promover la participación activa de las familias en actividades que fortalezcan el respeto, la empatía y la solidaridad hacia la población mayor.

5) Impulsar prácticas de cuidado y acompañamiento, sensibilizando a la familia y comunidad sobre la importancia de atender las necesidades físicas, emocionales y sociales del adulto mayo
6) estimular la memoria y las habilidades cognitivas mediante actividades lúdicas, artísticas o culturales.
7) Abordar Las Necesidades Emocionales Y Sociales, Focalizando La Atención En El Bienestar Físico, Moral Y Mental Del Paciente, Con El Fin De Minimizar Factores De Riesgos Psicosociales Y Familiares.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. **Cordial saludo de bienvenida.**

   Se da la bienvenida calurosa a todos los adultos mayores y sus familiares presentes, destacando la importancia de la jornada y creando un ambiente acogedor y respetuoso para todos.
2. **Presentación del equipo interdisciplinario:**

   Cada miembro del equipo se presenta brevemente, explicando su rol y el aporte que harán durante la actividad, para generar confianza y cercanía con los participantes.
3. **Oración a Dios:**

   Se invita a compartir una oración o un momento de reflexión espiritual, promoviendo la paz interior y la unión entre los asistentes.
4. **Fomento de la inclusión del adulto mayor con su red de apoyo:**
   Se enfatiza la importancia de la participación activa de los hijos, nietos, cuidadores y demás familiares como parte fundamental del bienestar integral de los adultos mayores.
5. **Actividades lúdicas denominadas "El tren de la alegría":**

   Se realiza un baile colectivo con el equipo interdisciplinario al ritmo de música alegre como el chiqui cha, fomentando la diversión y el movimiento.

Posteriormente, la red de apoyo se une para seguir los mismos pasos de baile.
Se premia al participante o grupo que mejor realice los movimientos, incentivando la motivación y la participación.

10. Competencia con cajas y bolas de pasta

- Se seleccionan dos participantes que llevan pequeñas cajas adheridas a la cintura con 20 bolas de pasta cada una.
- Bajo el ritmo de la música, deben vaciar las bolas de las cajas moviéndose de manera divertida.
- La primera persona que logró desocupar su caja gana un premio, promoviendo la coordinación y la alegría.

11. Refrigerador compartido

Se ofrece una merienda saludable y equilibrada para los adultos mayores y sus familiares, facilitando un momento de relajación y socialización en un ambiente cómodo.

12. Interacción afectiva entre generaciones

Padres, hijos y nietos comparten espacios de diálogo, cariño y risas, fortaleciendo los lazos familiares.
Se promueven gestos de ternura, comprensión y apoyo mutuo para fomentar el bienestar emocional.

13. Despedida de la red de apoyo del adulto mayor

Se realiza un acto de cierre donde se agradece la participación de la red de apoyo y se destaca su rol indispensable.
Se les invita a continuar fortaleciendo estos vínculos en el día a día.

Se concluye la actividad con unas palabras de honor, dignidad y fortaleza para todos los abuelos.

Quien Elaboro el Acta: **PSICOLOGA MANOSALVA RUEDA LUZ ENITH**

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 9 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 10 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025







FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	celebracion de la familia	Fecha:	14/11/2025

La Palmita. **FIRMA ASISTENTES**

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Anebola Pineda Belerio.	Anebola Pineda Belerio
2	Mario Emilio Daza G.	Mario Emilio Daza G.
3	Fradith Puello Tapia	Fradith
4	Yolanda Daza Guerra	Yolanda Daza G.
5	Maria Magdalena Gumerez	Maria Magdalena Gumerez
6	Raul Martinez.-	Raul Martinez
7		
8		
9		
10		

ELABORÓ Psicologa FIRMA Fradith Maria Puello Tapia
TP 200725
Universidad Nacional UNAD

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	D 13	MM 11	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	09:0 AM	HORA FINAL	10:30 AM
CENTRO DE VIDA				BOQUERÓN		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES Y RED DE APOYO		
LÍNEA DE ACCIÓN DEL EJE				A TRAVÉS DE LAS FAMILIAS SE FORMAN LAS NACIONES LOS PUEBLOS, LAS LENGUAS, SE ESTABILIZA LA ECONOMÍA, SE MANTIENEN LAS CULTURAS Y LOS VALORES DE GENERACION EN GENERACION.					
TEMA TRATADO				CELEBRACIÓN DE LAS FAMILIAS.					
REUNIÓN	X	CAPACITACIÓN		NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES		MARIA MARGARITA MANJARREZ LUZ ENITH MANOSALVA RUEDA PSICÓLOGAS.			

OBJETIVOS

1) Promover la integración, el respeto y la valoración del adulto mayor mediante una celebración familiar que fortalezca los vínculos afectivos, reconozca su aporte a la comunidad y fomente su bienestar integral.

2) Reconocer y valorar la trayectoria de vida de los adultos mayores, resaltando su aporte cultural, social y familiar.

3) Potenciar el bienestar emocional de los adultos mayores a través de actividades recreativas y afectivas que refuercen su sentido de pertenencia.

4) Promover la participación activa de las familias en actividades que fortalezcan el respeto, la empatía y la solidaridad hacia la población mayor.

5) Impulsar prácticas de cuidado y acompañamiento, sensibilizando a la familia y comunidad sobre la importancia de atender las necesidades físicas, emocionales y sociales del adulto mayor.

6) estimular la memoria y las habilidades cognitivas mediante actividades lúdicas, artísticas o culturales.

7) Abordar Las Necesidades Emocionales Y Sociales, Focalizando La Atención En El Bienestar Físico,

Moral Y Mental Del Paciente, Con El Fin De Minimizar Factores De Riesgos Psicosociales Y Familiares.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. **Cordial saludo de bienvenida.**
   Se da la bienvenida calurosa a todos los adultos mayores y sus familiares presentes, destacando la importancia de la jornada y creando un ambiente acogedor y respetuoso para todos.
2. **Presentación del equipo interdisciplinario:**
   Cada miembro del equipo se presenta brevemente, explicando su rol y el aporte que harán durante la actividad, para generar confianza y cercanía con los participantes.
3. **Oración a Dios:**
   Se invita a compartir una oración o un momento de reflexión espiritual, promoviendo la paz interior y la unión entre los asistentes.
4. **Fomento de la inclusión del adulto mayor con su red de apoyo:**
   Se enfatiza la importancia de la participación activa de los hijos, nietos, cuidadores y demás familiares como parte fundamental del bienestar integral de los adultos mayores.
5. **Actividades lúdicas denominadas "El tren de la alegría":**

Se realiza un baile colectivo con el equipo interdisciplinario al ritmo de música alegre como el chiqui cha, fomentando la diversión y el movimiento.
Posteriormente, la red de apoyo se une para seguir los mismos pasos de baile.
Se premia al participante o grupo que mejor realice los movimientos, incentivando la motivación y la participación.

6. **Competencia con cajas y bolas de pasta**

- Se seleccionan dos participantes que llevan pequeñas cajas adheridas a la cintura con 20 bolas de pasta cada una.
- Bajo el ritmo de la música, deben vaciar las bolas de las cajas moviéndose de manera divertida.
- La primera persona que logró desocupar su caja gana un premio, promoviendo la coordinación y la alegría.

7. **Refrigerador compartido**
   Se ofrece una merienda saludable y equilibrada para los adultos mayores y sus familiares, facilitando un momento de relajación y socialización en un ambiente cómodo.
8. **Interacción afectiva entre generaciones**
   Padres, hijos y nietos comparten espacios de diálogo, cariño y risas, fortaleciendo los lazos familiares.
   Se promueven gestos de ternura, comprensión y apoyo mutuo para fomentar el bienestar emocional.
9. **Despedida de la red de apoyo del adulto mayor**
   Se realiza un acto de cierre donde se agradece la participación de la red de apoyo y se destaca su rol indispensable.
   Se les invita a continuar fortaleciendo estos vínculos en el día a día.

Se concluye la actividad con unas palabras de honor, dignidad y fortaleza para todos los abuelos.

Quien Elaboro el Acta: **PSICOLOGA MANOSALVA RUEDA LUZ ENITH**

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.



FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 10
	FORMATO DE ACTAS PARA REUNION O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025





CAPACITACIONES

Tema Tratado: Celebracion de la Familia Fecha: 13/11/2025

Boquerón.

FIRMA ASISTENTES

Item	Nombres y Apellidos	Firma
1	Jose Sorabia	
2	Alirio Galeano	Alirio Galeano
3	José Molina	José Molina P.
4	Reinaldo Villalobo	Reinaldo Villalobo
5	Luis Vevera	Luis Vevera

ELABORO Psicología

Fiz Smith Manosalva
PSICOLOGA
C.C. 2000
Contratista
UNAD

Fundación Ayúdanos

TALLER DE PREVENCION DE LA VIOLENCIA "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD"

Calle 13 # 18-04 Esquina, Barrio Alfonso López
Correo: fundayudanos@hotmail.com
Cel. 301 7332540 / 321 6718494
www.fundacionayudanos.org
Valledupar- Cesar

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	DD 07	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	7: 15 a.m.	HORA FINAL	8: 00 a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS LA PALMITA		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 3: VIDA LIBRE DE VIOLENCIA					
TEMA TRATADO				PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA TALLER: "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD".					

REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	MARIA MARGARITA MANJARREZ C
					LUZ ENITH MANOSALVA
					PSICOLÓGAS

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer habilidades para prevenir la violencia en el cuidado de personas mayores, promoviendo la comunicación asertiva, el autocuidado del cuidador y el buen trato.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Reconocer formas de violencia hacia los adultos mayores y sus señales de alerta.
* Identificar emociones propias del rol de cuidado y estrategias de manejo.
* Promover relaciones de respeto, empatía y protección.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El taller de prevención de la violencia dirigida a cuidadores de los adultos mayores de los diferentes centros de Vida se desarrolló con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida**
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo:** ***Dinámica "La cifra correcta"***

La dinámica consiste en: organizar dos grupos de 4 personas cada uno, es decir; 8 participantes.
Se nombra un capitán en cada equipo y este es el encargado de repartir a sus compañeros fichas enumeradas con los números del 0 al 9. Luego alguno de los cuidadores menciona en voz alta una cifra la cual debe formar el grupo. El equipo que primero forme la cifra gana.

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

4. **Presentación del equipo interdisciplinario e intervención de la Coordinadora.**

Durante su intervención la Coordinadora Tilcia Martínez explicó cuántos centros de vida hay en el municipio y en los corregimientos, y los servicios que se le prestan a los adultos mayores beneficiarios del programa. Además, habló del perfil de equipo interdisciplinario y el rol que desempeña cada uno.

5. **Concepto**

¿Qué es violencia?, ¿tipos de violencia?, ¿cuáles formas de violencia pueden pasar desapercibidas?, consecuencias de la violencia.

6. **Desarrollo de la actividad:** Para desarrollar esta actividad el equipo psicosocial (psicólogas) les preguntó a los participantes acerca de los conceptos anteriores. La mayoría participaron de manera voluntaria y expusieron los conceptos que tienen con base a su construcción social y experiencias. También se les preguntó ***¿quién de ustedes alguna vez se ha sentido violentado o maltratado de alguna manera?,*** muchos se sintieron identificados y sensibilizados; respondiendo "yo si me he sentido violentado o violentada, me he sentido maltratado o maltratada en esta o aquella circunstancia. Permitiendo así profundizar en cada uno de los conceptos, y enfocar el tema en la prevención de la violencia en la tercera edad.
También se abrió un espacio de preguntas acerca del rol del cuidador de personas mayores de 60 años con algún tipo de patología, y como se siente en ese rol.
Muchos manifestaron que son cuidadores de su padres o abuelos, y estos tienen alguna patología de base, haciéndolos dependientes en cierto grado de ellos.
Algunos de los cuidadores expresan sentirse cansados, desmotivados, solos, tristes debido a situaciones económicas, sociales, culturales y familiares.

"Ejemplo de situaciones cotidianas"
A los participantes se le exponen situaciones acerca del cuidado (trato brusco, insultos, indiferencia, respeto, apoyo, amor, comprensión, entre otros). De manera individual, clasifican en "Violencia" o "Buen trato".

El objetivo de esta actividad es: invitar a reflexionar

"Cuidar también me cuida"
Se invita a describir sentimientos que el rol de cuidado les genera: cansancio, orgullo, miedo, amor... Luego, cada quien comparte una estrategia de autocuidado que ya practica quiere incorporar.

El objetivo de esta actividad es: intercambio de estrategias

"Palabras que acarician"
Los cuidadores expresan libremente frases positivas: De manera individual cada cuidador expresa frases de comunicación asertiva, con contacto visual y tono cálido:
* ***"¿Cómo te sientes?"***
* ***"Estoy aquí para apoyarte."***
* ***"Gracias por confiar en mí."***

Objetivo: construir relaciones más fuertes y fomentar una mejor comunicación y entendimiento mutuo.

7. **Merienda:** Los asistentes disfrutaron de una merienda.

8. **Cierre: "El pacto del buen trato"**

Cada participante se compromete con una acción para prevenir la violencia. Se expresa en voz alta y se firma simbólicamente como colectivo: ***"Aquí, cuidar es un acto de amor y respeto."***

Quien Elaboro el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









Breve descripción de la actividad desarrollada: Taller de prevención de la violencia en la tercera edad dirigida a cuidadores y familiares de los adultos mayores beneficiarios del Centro de Vida Mis Años Dorados La Palmita.

ELABORÓ ***MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO*** FIRMA ***MARIA M. MANJARREZ***

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores		**Fecha:** 7-Nov-25
FIRMA ASISTENTES La Palmita		
Ítem	**Nombres y Apellidos**	**Firma**
1	Anebola Pineda	AnebolaPinedaBeleño
2	Maria Emilia Daza.	Maria Emilia Daza
3	Fradith Cueto	
4	Emilse Lopez Martinez.	Emilse lopez
5	Lucila Chinchilla.	Lucila
6		
7		
8		
9		
10		

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María M. Manjarrez.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a cuidadores. **Fecha:** 7-Nov-25

FIRMA ASISTENTES La Palmita.

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Silen Morales	Silen
2	Yannivis Paez Aviles	Yannivis
3	MAGRIN NIETO MONSALVES	MAGRIN NIETO M.
4	JUSLENIS JIMENES	JUSLENI JIMENE
5	Delcy Simonne Rodriguez	Delcy Simonne R
6	Jose Eduardo Torres Martinez	
7	Luis Alfonso Sanchez Duron	Luis Sanchez D
8	Calixto Rafael Redondo	Calixto Redondo
9	Cira Mariana Tejedor Tapia	Cira M Tejedor T.
10	Leidy Quintero Mosquera	Leidy Q
11	Luci Duza Sierra	Luci
12	Yoraima Cossio Vasquez	Yoraima Cossio
13	Margarita Rosa Moreno Escandón	Margarita M
14	Yoret martinez Lopez	Yoret martinez
15	KARELIS martinez lopez	KARELIS martinez
16	Nayibis Guerra Avila	N Guerra
17	Yanetth acevedo camargo	Yanetth acevedo C.
18	leomar Morillo	leomar Morillo
19	Kenis pedraza mejia	Kenys pedraza
20	Claudia Pedroza mejia	Claudia Pedroza

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María M. Manjarrez.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a cuidadores. **Fecha:** 7-Nov-25

FIRMA ASISTENTES La Palmita.

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Ivan Fradith Puello Acuedo	I-F-P
2	Jendelle Rangel Balaño	Jendelle
3	Faisury Cudris Lopez	Faisury C.
4	Sindy Rodriguez Campo	Sindy R.
5	Yeidis M. Beleño Nuñez	Yeidis Beleño
6	ADRIANA. VANEGAS. RAMO	ADRIANA. VANE
7	Bibiem Ivan Rocha	Bibiem Iván
8	Drosinis Sanchez Lopez	
9	Diego F. Lopez. E	
10	Jelitza L. Cardona	Jelitza L.
11	somaivo collante.	somaivo C.
12	Yuribeth collante	Yuribeth
13	Nubia Esther Simanca Ramirez	
14	Cristhian Camilo Contreras	Cristhian camilo.
15	Acibelis Escandón Castro	Acibelis Escandon
16	Diner A Chinchilla A	Diner A chinchilla
17	Wilmer Guzman	Wilmer
18	Carlos Rodad	
19	Luis Alfredo Fragozo	Luis fragozo
20		

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María M. Manjarrez.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	DD 05	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	7: 20 a.m.	HORA FINAL	8: 10 a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS LA VICTORIA		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 3: VIDA LIBRE DE VIOLENCIA					
TEMA TRATADO				PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA TALLER: "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD".					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	MARIA MARGARITA MANJARREZ C				
					LUZ ENITH MANOSALVA				
					PSICÓLOGAS				

OBJETIVOS

Fortalecer habilidades para prevenir la violencia en el cuidado de personas mayores, promoviendo la comunicación asertiva, el autocuidado del cuidador y el buen trato.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Reconocer formas de violencia hacia los adultos mayores y sus señales de alerta.
* Identificar emociones propias del rol de cuidado y estrategias de manejo.
* Promover relaciones de respeto, empatía y protección.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El taller de prevención de la violencia dirigida a cuidadores de los adultos mayores de los diferentes centros de Vida se desarrolló con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida**
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo:** ***Dinámica "La cifra correcta"***

La dinámica consiste en: organizar dos grupos de 4 personas cada uno, es decir; 8 participantes.
Se nombra un capitán en cada equipo y este es el encargado de repartir a sus compañeros fichas enumeradas con los números del 0 al 9. Luego alguno de los cuidadores menciona en voz alta una cifra la cual debe formar el grupo. El equipo que primero forme la cifra gana.

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

Dinámica: Cabeza, hombro, rodillas y pies; y todos aplaudimos a la misma vez.

4. **Presentación del equipo interdisciplinario e intervención de la Coordinadora.**

Durante su intervención la Coordinadora Tilcia Martínez explicó cuántos centros de vida hay en el municipio y en los corregimientos, y los servicios que se le prestan a los adultos mayores beneficiarios del programa. Además, habló del perfil de equipo interdisciplinario y el rol que desempeña cada uno.

5. **Concepto**

¿Qué es violencia?, ¿tipos de violencia?, ¿cuáles formas de violencia pueden pasar desapercibidas?, consecuencias de la violencia.

6. **Desarrollo de la actividad:** Para desarrollar esta actividad el equipo psicosocial (psicólogas) les preguntó a los participantes acerca de los conceptos anteriores. La mayoría participaron de manera voluntaria y expusieron los conceptos que tienen con base a su construcción social y experiencias. También se les preguntó ***¿quién de ustedes alguna vez se ha sentido violentado o maltratado de alguna manera?,*** muchos se sintieron identificados y sensibilizados; respondiendo "yo si me he sentido violentado o violentada, me he sentido maltratado o maltratada en esta o aquella circunstancia. Permitiendo así profundizar en cada uno de los conceptos, y enfocar el tema en la prevención de la violencia en la tercera edad.
También se abrió un espacio de preguntas acerca del rol del cuidador de personas mayores de 60 años con algún tipo de patología, y como se siente en ese rol.
Muchos manifestaron que son cuidadores de su padres o abuelos, y estos tienen alguna patología de base, haciéndolos dependientes en cierto grado de ellos.

Algunos de los cuidadores expresan sentirse cansados, desmotivados, solos, tristes debido a situaciones económicas, sociales, culturales y familiares.

"Ejemplo de situaciones cotidianas"
A los participantes se le exponen situaciones acerca del cuidado (trato brusco, insultos, indiferencia, respeto, apoyo, amor, comprensión, entre otros). De manera individual, clasifican en "Violencia" o "Buen trato".

El objetivo de esta actividad es: invitar a reflexionar

"Cuidar también me cuida"
Se invita a describir sentimientos que el rol de cuidado les genera: cansancio, orgullo, miedo, amor... Luego, cada quien comparte una estrategia de autocuidado que ya practica quiere incorporar.

El objetivo de esta actividad es: intercambio de estrategias

"Palabras que acarician"
Los cuidadores expresan libremente frases positivas: De manera individual cada cuidador expresa frases de comunicación asertiva, con contacto visual y tono cálido:
* ***"¿Cómo te sientes?"***
* ***"Estoy aquí para apoyarte."***
* ***"Gracias por confiar en mí."***

Objetivo: construir relaciones más fuertes y fomentar una mejor comunicación y entendimiento mutuo.

7. **Merienda:** Los asistentes disfrutaron de una merienda.

8. **Cierre: "El pacto del buen trato"**

Cada participante se compromete con una acción para prevenir la violencia. Se expresa en voz alta y se firma simbólicamente como colectivo: ***"Aquí, cuidar es un acto de amor y respeto."***

Quien Elaboro el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









Breve descripción de la actividad desarrollada: Taller de prevención de la violencia en la tercera edad dirigida a cuidadores y familiares de los adultos mayores beneficiarios del Centro de Vida Mis Años Dorados La Victoria.

ELABORÓ ***MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO*** FIRMA ***MARIA M. MANJARREZ***

FUNDACION AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	Fecha:	5-Nov-25

FIRMA ASISTENTES La Victoria

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Celima Rosa Barrero V	Celima Barrero V
2	Josefa Lopez.	Josefa Lopez
3	Fenix Avendaño G.	Fenix Avendaño
4	Luis Caamaño M	Luis Caamaño M.
5	Manuel Francisco Rodriguez	Manuel Rodriguez

ELABORÓ Maria M. Manjarres FIRMA Maria M C.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	Fecha:	5-Nov-25

FIRMA ASISTENTES

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Diana P Gomez Mora	Diana P Gomez
2	Yivlis Rocio Serrano	Yivlis
3	Diris Yaneth Hernandez Caceres	Diris Yaneth Hernandez
4	Audelina Pérez Rangel	Audelina
5	Yolenda Medina Montero	Yolenda Medina
6	Soraida pición manrique	Soraida pición
7	Yoneidis Jaimes Sierra	Yoneidis Jaimes
8	Mayersi L cuamaño R	Mayersi LCR
9	Bellaneda Mera Contreras.	Bellaneda Mera C.
10	Ineris	
11	Rubith Lozano Soto	Rubith Lozano S.
12	Kevin Viscaino Caceres	Kevin
13	Luis ALFONSO RINCON	
14	Estefany Becerra Arias.	Estefany BA
15	Maritza Carranza	Maritza Carranza
16	Ludis Rangel Jaimes	Ludis R.
17	Juana Cabarcas Barrero	
18	Lolibeth Rodriguez	Lolibeth Rodriguez
19	Diego Arias Ramirez	Diego
20	Sonia Marciales	Sonia Marciales

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María MC.

FUNDACION AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores **Fecha:** 5-Nov-25

FIRMA ASISTENTES La Victoria.

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Paola Bolón Sarabia	Paola Bolón
2	Gustavo Durán Pérez	
3	Claudia Caballero Mendoza	Claudia Caballero
4	Soraida Jaen Cardozo	
5	ELIZABETH	
6	Carmenza Perez R	Carmenza P.R.
7	Diana P. Villalba A.	Diana P. Villalba A.
8	Zosmira Caraballo	Zosmira Caraballo
9	Nargis Santana	Nargis R
10	Lady Katherine Villamizar Cosmos	
11	Dario Tarazona	
12	EDITH JOHANA ORTEGA VACCA	Edith Ortega
13	ADALUS SARABIA	ADALUS
14	Liliana C. Al.	Liliana C. Al.
15	Ana Santiago	Ana Santiago
16		
17		
18		
19		
20		

ELABORÓ Maria M. Manjarrez FIRMA Maria M C.

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	DD 10	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	7: 15 a.m.	HORA FINAL	8: 00 a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS 17 DE FEBRERO		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LÍNEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 3: VIDA LIBRE DE VIOLENCIA					
TEMA TRATADO				PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA TALLER: "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD".					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	MARIA MARGARITA MANJARREZ C				
					LUZ ENITH MANOSALVA				
					PSICÓLOGAS				

OBJETIVOS

Fortalecer habilidades para prevenir la violencia en el cuidado de personas mayores, promoviendo la comunicación asertiva, el autocuidado del cuidador y el buen trato.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Reconocer formas de violencia hacia los adultos mayores y sus señales de alerta.
* Identificar emociones propias del rol de cuidado y estrategias de manejo.
* Promover relaciones de respeto, empatía y protección.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El taller de prevención de la violencia dirigido a cuidadores de los adultos mayores de los diferentes centros de Vida se desarrolló con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida**
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo:** ***Dinámica "La cifra correcta"***

La dinámica consiste en: organizar dos grupos de 4 personas cada uno, es decir; 8 participantes.
Se nombra un capitán en cada equipo y este es el encargado de repartir a sus compañeros fichas enumeradas con los números del 0 al 9. Luego alguno de los cuidadores menciona en voz alta una cifra la cual debe formar el grupo. El equipo que primero forme la cifra gana.

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

4. **Presentación del equipo interdisciplinario e intervención de la Coordinadora.**

Durante su intervención la Coordinadora Tilcia Martínez explicó cuántos centros de vida hay en el municipio y en los corregimientos, y los servicios que se le prestan a los adultos mayores beneficiarios del programa. Además, habló del perfil del equipo interdisciplinario y el rol que desempeña cada uno.

5. **Concepto**

¿Qué es violencia?, ¿tipos de violencia?, ¿cuáles formas de violencia pueden pasar desapercibidas?, consecuencias de la violencia.

6. **Desarrollo de la actividad:** Para desarrollar esta actividad el equipo psicosocial (psicólogas) les preguntó a los participantes acerca de los conceptos anteriores. La mayoría participaron de manera voluntaria y expusieron los conceptos que tienen con base a su construcción social y experiencias. También se les preguntó ***¿quién de ustedes alguna vez se ha sentido violentado o maltratado de alguna manera?,*** muchos se sintieron identificados y sensibilizados; respondiendo "yo si me he sentido violentado o violentada, me he sentido maltratado o maltratada en esta o aquella circunstancia. Permitiendo así profundizar en cada uno de los conceptos, y enfocar el tema en la prevención de la violencia en la tercera edad.

También se abrió un espacio de preguntas acerca del rol del cuidador de personas mayores de 60 años con algún tipo de patología, y como se siente en ese rol.
Muchos manifestaron que son cuidadores de su padres o abuelos, y estos tienen alguna patología de base, haciéndolos dependientes en cierto grado de ellos.
Algunos de los cuidadores expresan sentirse cansados, desmotivados, solos, tristes debido a situaciones económicas, sociales, culturales y familiares.

"Ejemplo de situaciones cotidianas"
A los participantes se le exponen situaciones acerca del cuidado (trato brusco, insultos, indiferencia, respeto, apoyo, amor, comprensión, entre otros). De manera individual, clasifican en "Violencia" o "Buen trato".

El objetivo de esta actividad es: invitar a reflexionar

"Cuidar también me cuida"
Se invita a describir sentimientos que el rol de cuidado les genera: cansancio, orgullo, miedo, amor...
Luego, cada quien comparte una estrategia de autocuidado que ya practica quiere incorporar.

El objetivo de esta actividad es: intercambio de estrategias

"Palabras que acarician"
Los cuidadores expresan libremente frases positivas: De manera individual cada cuidador expresa frases de comunicación asertiva, con contacto visual y tono cálido:
* ***"¿Cómo te sientes?"***
* ***"Estoy aquí para apoyarte."***
* ***"Gracias por confiar en mí."***

Objetivo: construir relaciones más fuertes y fomentar una mejor comunicación y entendimiento mutuo.

7. **Merienda:** Los asistentes disfrutaron de una merienda.

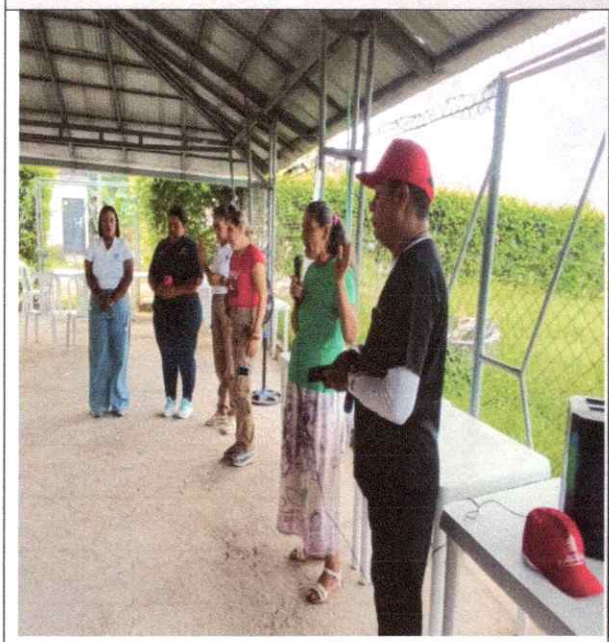
8. **Cierre: "El pacto del buen trato"**

Cada participante se compromete con una acción para prevenir la violencia. Se expresa en voz alta y se firma simbólicamente como colectivo: ***"Aquí, cuidar es un acto de amor y respeto."***

Quien Elaboró el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Breve descripción de la actividad desarrollada: Taller de prevención de la violencia en la tercera edad dirigida a cuidadores y familiares de los adultos mayores beneficiarios del Centro de Vida Mis Años Dorados 17 DE FEBRERO.

ELABORÓ ***MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO*** FIRMA ***MARIA M. MANJARREZ***

FUNDACION AYUDANOS	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	Fecha:	10-Nov-25

FIRMA ASISTENTES

17 de febrero.

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Hipolita Rocha Amaris	Hipolita Rocha
2	Emelina Castillo	Emelina castillo
3	Gilberto Suárez.	Gilberto Suárez
4	Esperanza Beleño	Esperanza Beleño
5	Aracely Perez	Aracely Perez

ELABORO María M. Manjarrez C FIRMA María M.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a cuidadores	**Fecha:**	10-Nov-25

FIRMA ASISTENTES 17 de febrero.

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Margarita Martinez Peña	margarita
2	María Valencia	María Valencia
3	Mayerli Uribe Rozo	
4	Leydis perdus	Leydis perdus
5	olga Dias Guerrero	Olga Dias
6	Yuleidys Riosfonseca	Yuleidys
7	Yenis elvira Duque.	Yenis. D.
8	Gabriel Pedroza Robles	
9	Lbeth Mendoza Mancera	Lbeth Mendoza
10	Delsy Tallaves Rios	
11	Neidys Rojas Ibarra	
12	Mailen Cordoba Pertuz	Mailen Cordoba.
13	Andrea Calderon Arzuaga	andrea C.
14	Effuenya Bello	Effuenya Bello
15	Yenis Torres	Yenis Torres R.
16		
17	Dilcy Pertuz Valencia	
18	Jairo Navarro	
19		
20		

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María M.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

FECHA:	DD 06	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	7: 10 a.m.	HORA FINAL	7: 55 a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS BOQUERÓN		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 3: VIDA LIBRE DE VIOLENCIA					
TEMA TRATADO				PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA TALLER: "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD".					
REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	MARIA MARGARITA MANJARREZ C				
					LUZ ENITH MANOSALVA				
					PSICÓLOGAS				

OBJETIVOS

Fortalecer habilidades para prevenir la violencia en el cuidado de personas mayores, promoviendo la comunicación asertiva, el autocuidado del cuidador y el buen trato.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Reconocer formas de violencia hacia los adultos mayores y sus señales de alerta.
* Identificar emociones propias del rol de cuidado y estrategias de manejo.
* Promover relaciones de respeto, empatía y protección.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El taller de prevención de la violencia dirigido a cuidadores de los adultos mayores de los diferentes centros de Vida se desarrolló con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida**
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo: *Dinámica "La cifra correcta"***

La dinámica consiste en: organizar dos grupos de 4 personas cada uno, es decir; 8 participantes.
Se nombra un capitán en cada equipo y este es el encargado de repartir a sus compañeros fichas enumeradas con los números del 0 al 9. Luego alguno de los cuidadores menciona en voz alta una cifra la cual debe formar el grupo. El equipo que primero forme la cifra gana.

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

4. **Presentación del equipo interdisciplinario e intervención de la Coordinadora.**

Durante su intervención la Coordinadora Tilcia Martínez explicó cuántos centros de vida hay en el municipio y en los corregimientos, y los servicios que se le prestan a los adultos mayores beneficiarios del programa. Además, habló del perfil del equipo interdisciplinario y el rol que desempeña cada uno.

5. **Concepto**

¿Qué es violencia?, ¿tipos de violencia?, ¿cuáles formas de violencia pueden pasar desapercibidas?, consecuencias de la violencia.

6. **Desarrollo de la actividad:** Para desarrollar esta actividad el equipo psicosocial (psicólogas) les preguntó a los participantes acerca de los conceptos anteriores. La mayoría participaron de manera voluntaria y expusieron los conceptos que tienen con base a su construcción social y experiencias. También se les preguntó ***¿quién de ustedes alguna vez se ha sentido violentado o maltratado de alguna manera?,*** muchos se sintieron identificados y sensibilizados; respondiendo "yo si me he sentido violentado o violentada, me he sentido maltratado o maltratada en esta o aquella circunstancia. Una de las asistentes expresó que ella y su hijo que tiene síndrome de Down han sufrido discriminación, maltrato, rechazo y muchas situaciones que le producen tristeza y decepción.
Otra cuidadora asistente manifestó con lágrimas en sus ojos que ha sufrido maltrato, burlas y discriminación por tener una condición médica **"Lipedema",** esto le ha afectado su autoestima, aunque lo ha ido superando poco a poco.

Permitiendo así profundizar en cada uno de los conceptos, y enfocar el tema en la prevención de la violencia en la tercera edad.

También se abrió un espacio de preguntas acerca del rol del cuidador de personas mayores de 60 años con algún tipo de patología, y cómo se siente en ese rol.
Muchos manifestaron que son cuidadores de su padres o abuelos, y estos tienen alguna patología de base, haciéndolos dependientes en cierto grado de ellos.
Algunos de los cuidadores expresan sentirse cansados, desmotivados, solos, tristes debido a situaciones económicas, sociales, culturales y familiares.

"Ejemplo de situaciones cotidianas"
A los participantes se le exponen situaciones acerca del cuidado (trato brusco, insultos, indiferencia, respeto, apoyo, amor, comprensión, entre otros). De manera individual, clasifican en "Violencia" o "Buen trato".

El objetivo de esta actividad es: invitar a reflexionar

"Cuidar también me cuida"
Se invita a describir sentimientos que el rol de cuidado les genera: cansancio, orgullo, miedo, amor...
Luego, cada quien comparte una estrategia de autocuidado que ya practica quiere incorporar.

El objetivo de esta actividad es: intercambio de estrategias

"Palabras que acarician"
Los cuidadores expresan libremente frases positivas: De manera individual cada cuidador expresa frases de comunicación asertiva, con contacto visual y tono cálido:
* ***"¿Cómo te sientes?"***
* ***"Estoy aquí para apoyarte."***
* ***"Gracias por confiar en mí."***

Objetivo: construir relaciones más fuertes y fomentar una mejor comunicación y entendimiento mutuo.

7. **Merienda:** Los asistentes disfrutaron de una merienda.
8. **Cierre: "El pacto del buen trato"**

Cada participante se compromete con una acción para prevenir la violencia. Se expresa en voz alta y se firma simbólicamente como colectivo: ***"Aquí, cuidar es un acto de amor y respeto."***

Quien Elaboró el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 5 de 5
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación:
		12/02/2025

Breve descripción de la actividad desarrollada: Taller de prevención de la violencia en la tercera edad dirigida a cuidadores y familiares de los adultos mayores beneficiarios del Centro de Vida Mis Años Dorados Boquerón.

ELABORÓ ***MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO*** FIRMA ***MARIA M. MANJARREZ***

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores		**Fecha:** 6-Nov-25
FIRMA ASISTENTES Bogueron		
Ítem	**Nombres y Apellidos**	**Firma**
1	Julio Martinez I.	julioMartinez
2	José Martin Mendez	
3	Ana Cecilia Calle	
4	José Molina Pedro 20	José Molina P.
5	Mery López Rios	MERÍS

ELABORÓ María M. Mayorga FIRMA María M. Mayorga

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	**Fecha:**	6-Nov-25

FIRMA ASISTENTES Bagueron

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Zoila Rosa Villareal Salaz	
2	Glenis Yuleth altamar Acuña	Glenis Y. A.
3	Kelly mendoza padilla	Kelly M
4	Johanna Polenciotatar	Johanna Pt
5	Juan Carlos Florian Sarabia	Juan Carlos
6	yomelis Martinez vcg	YOMELYS Martinez
7	Paulina cadena	Paulina cadena
8	isidora ramos moreno	isidora ramos
9	Jacinda P. Roscado Pareja.	Jacinda P. Roscado
10	Joaquiner Fernandez Perozo	Joaquiner Fernandez
11	LILIANA Ospino Jimenez	
12	Jacoba m m	Jacoba m m
13	cecilia penaloza	cecilia p
14	arlida jimenez.	arlida j.
15	Yenifer Imbrecht Martinez	Y I M
16	Juan Carlos Florian Sarabia	Juan Carlos
17	Ana Maria Baño Garcia	Ana Maria Baño
18	Jaicetth Rivera lopez	Jaicetth Rivera
19	Carlos Augusto Lopez	
20	Dina Mejia	

ELABORÓ María M. Manjarrez FIRMA María MC.

El taller de prevención de la violencia dirigida a cuidadores de los adultos mayores de los diferentes centros de Vida se desarrolló con el siguiente orden del día.

1. **Bienvenida**
2. **Oración a Dios**
3. **Actividad rompe hielo: *Dinámica "La cifra correcta"***

La dinámica consiste en: organizar dos grupos de 4 personas cada uno, es decir; 8 participantes.
Se nombra un capitán en cada equipo y este es el encargado de repartir a sus compañeros fichas enumeradas con los números del 0 al 9. Luego alguno de los cuidadores menciona en voz alta una cifra la cual debe formar el grupo. El equipo que primero forme la cifra gana.

El objetivo de esta dinámica es facilitar que las personas se conozcan, fomentar la confianza y la colaboración, aumentando la participación en un grupo.

4. **Presentación del equipo interdisciplinario e intervención de la Coordinadora.**

Durante su intervención la Coordinadora Tilcia Martínez explicó cuántos centros de vida hay en el municipio y en los corregimientos, y los servicios que se le prestan a los adultos mayores beneficiarios del programa. Además, habló del perfil de equipo interdisciplinario y el rol que desempeña cada uno.

5. **Concepto**

¿Qué es violencia?, ¿tipos de violencia?, ¿cuáles formas de violencia pueden pasar desapercibidas?, consecuencias de la violencia.

6. **Desarrollo de la actividad:** Para desarrollar esta actividad el equipo psicosocial (psicólogas) les preguntó a los participantes acerca de los conceptos anteriores. La mayoría participaron de manera voluntaria y expusieron los conceptos que tienen con base a su construcción social y experiencias. También se les preguntó ***¿quién de ustedes alguna vez se ha sentido violentado o maltratado de alguna manera?,*** muchos se sintieron identificados y sensibilizados; respondiendo "yo si me he sentido violentado o violentada, me he sentido maltratado o maltratada en esta o aquella circunstancia. Permitiendo así profundizar en cada uno de los conceptos, y enfocar el tema en la prevención de la violencia en la tercera edad.
También se abrió un espacio de preguntas acerca del rol del cuidador de personas mayores de 60 años con algún tipo de patología, y como se siente en ese rol.
Muchos manifestaron que son cuidadores de su padres o abuelos, y estos tienen alguna patología de base, haciéndolos dependientes en cierto grado de ellos.
Algunos de los cuidadores expresan sentirse cansados, desmotivados, solos, tristes debido a situaciones económicas, sociales, culturales y familiares.

"Ejemplo de situaciones cotidianas"

A los participantes se le exponen situaciones acerca del cuidado (trato brusco, insultos, indiferencia, respeto, apoyo, amor, comprensión, entre otros). De manera individual, clasifican en "Violencia" o "Buen trato".

El objetivo de esta actividad es: invitar a reflexionar

"Cuidar también me cuida"
Se invita a describir sentimientos que el rol de cuidado les genera: cansancio, orgullo, miedo, amor... Luego, cada quien comparte una estrategia de autocuidado que ya practica quiere incorporar.

El objetivo de esta actividad es: intercambio de estrategias

"Palabras que acarician"
Los cuidadores expresan libremente frases positivas: De manera individual cada cuidador expresa frases de comunicación asertiva, con contacto visual y tono cálido:
* ***"¿Cómo te sientes?"***
* ***"Estoy aquí para apoyarte."***
* ***"Gracias por confiar en mí."***

Objetivo: construir relaciones más fuertes y fomentar una mejor comunicación y entendimiento mutuo.

7. **Merienda:** Los asistentes disfrutaron de una merienda.

8. **Cierre: "El pacto del buen trato"**

Cada participante se compromete con una acción para prevenir la violencia. Se expresa en voz alta y se firma simbólicamente como colectivo: ***"Aquí, cuidar es un acto de amor y respeto."***

Quien Elaboro el Acta: MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO

FUNDACIÓN AYÚDANOS	FO – GD-11.V01	Página 1 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

FECHA:	DD 11	MM NOV	AA 2025	MUNICIPIO	LA JAGUA DE IBIRICO	HORA DE INICIO	7: 45 a.m.	HORA FINAL	8: 35 a.m.
CENTRO DE VIDA				MIS AÑOS DORADOS CENTRAL		DIRIGIDO A	ADULTOS MAYORES		
LINEA DE ACCIÓN DEL EJE				EJE 3: VIDA LIBRE DE VIOLENCIA					
TEMA TRATADO				PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA TALLER: "CUIDAR CON RESPETO Y HUMANIDAD".					

REUNIÓN		CAPACITACIÓN	X	NOMBRE DE LOS PROFESIONALES RESPONSABLES	MARIA MARGARITA MANJARREZ C
					LUZ ENITH MANOSALVA
					PSICOLOGAS

OBJETIVOS

Fortalecer habilidades para prevenir la violencia en el cuidado de personas mayores, promoviendo la comunicación asertiva, el autocuidado del cuidador y el buen trato.

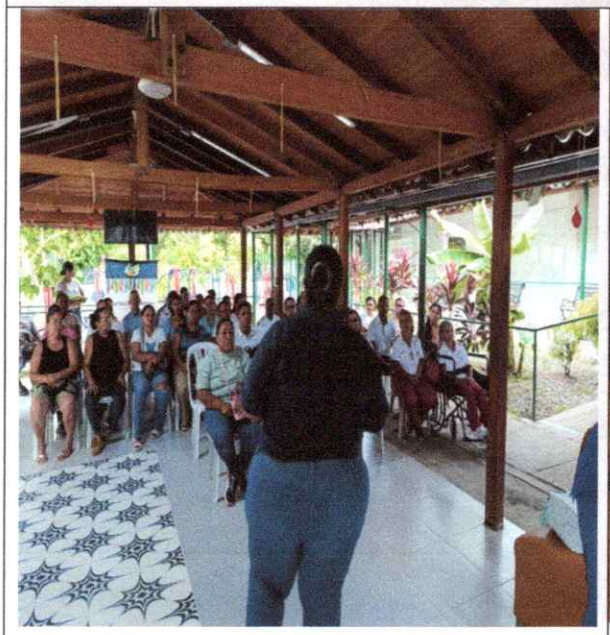
OBJETIVOS ESPECÍFICOS

* Reconocer formas de violencia hacia los adultos mayores y sus señales de alerta.
* Identificar emociones propias del rol de cuidado y estrategias de manejo.
* Promover relaciones de respeto, empatía y protección.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Registro Fotográfico de la Actividad realizada.









Breve descripción de la actividad desarrollada: Taller de prevención de la violencia en la tercera edad dirigida a cuidadores y familiares de los adultos mayores beneficiarios del Centro de Vida Mis Años Dorados.

ELABORÓ ***MARIA MARGARITA MANJARREZ CAMPO*** FIRMA ***MARIA M. MANJARREZ***

FUNDACION AYÚDANOS		Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	Fecha:	11 de Nov-25

FIRMA ASISTENTES — Central

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Lucas Mier Mójica	
2	Luis fernando Montaño	
3	Ismenia Mejia Salazar	Ismenia Mejia
4	Miriam del Carmen Ariza	miriam ariza
5	Luis Alonso Rios C.	Luis-A-Rios

ELABORÓ MariaM. Manjarrez C. FIRMA MariaMC.

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de prevención de Violencia dirigido a Cuidadores **Fecha:** 11 de Nov-25

FIRMA ASISTENTES Central

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Maria Cruz Mercado	Maria Cruz M
2	MarYoris Ochoa Mejia	MarYoris
3	Katy Lopez Castillo	Katy Lopez
4	Cesia Jimenez	
5	Hebert David Cocomá Cortes.	
6	Elsy Reyes Quintero	Elsy Reyes
7	Carlos Alirio Jaimes	Carlos A.
8	Elma Maria Mesa	
9	Yuthenny Vásquez Ortiz	Yuthenny V.O
10	Damaris Beltrán Ramirez	
11	Wendys Paola Mejia	Wendys Carol M
12	Janins Moreno Hernández	Janins Moreno
13	Edith Blanco Saldamiaga	Edith Blanco.
14	Leidiana Genes Salazar	
15	Yorkelis Bermudez Arrieta	Yor Bermudez.
16	Yalidis Acosta Gómez	Yalidis Acosta.
17	Dina Luz silva castro	Dina Ls silva c
18	Jorge Luis Trillos	
19	Yeiner Jose Amaris	
20	Danny Montaño Romero.	Danny Montaño

ELABORÓ María M. Manjarrez C FIRMA María M. Manjarrez C.

Tema Tratado:	Taller de Prevención de Violencia dirigido a Cuidadores	Fecha:	11 de Nov-25

FIRMA ASISTENTES Central

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Joselina Mendoza Ospino	
2	Carlos Ramirez.	Carlos Ramirez
3	Dnins Cudros Ochoa.	Dnins Cudros
4	Carlos David Coronado Suarez	Carlos Coronado
5	Jose R. Morante Durango.	
6	Ana Maria Martinez Toro	Ana Martinez
7	Elizabeth Myra Velasquez.	Elizabeth M.C.
8	Magalis Gonzalez V	Magalis G.
9	Deluid Rozco miRANDA	Deluid Rozco
10	Yasenis Bueno de anaya	
11	Brenys Caraballo Benitez.	Brenys Caraballo.
12	Valeria Nieto	Valeria Nieto
13	Gladys Maria Florez	Gladys Maria Florez
14	Eliselda Alvarez Orozco	
15	Nidia Rosa Jimenez	Nidia Jimenez
16	Nila Perez Portillo	Nila Perez
17	Jessica contreras Rico	Jessica contreras
18	Angela Prieto Espino	Angela Prieto Espino
19	Josem Sierra Acuedo	
20	Luis Diego Arrieta	

ELABORÓ María M. Manjarrez C FIRMA María M. Manjarrez C

FUNDACIÓN AYUDANOS	FO – GD-11.V01	Página 4 de 4
	FORMATO DE ACTA PARA REUNIONES O CAPACITACIONES	Fecha de Aprobación: 12/02/2025

Tema Tratado: Taller de Prevención de Violencia dirigido a cuidadores **Fecha:** 11 de Nov-25

FIRMA ASISTENTES Central

Ítem	Nombres y Apellidos	Firma
1	Yaleidis Rios	Yaleidis.
2	Oscar Mojica Marquez	
3	Heidys Pallares martinez	
4	Maribeth Jimenez.	Maribeth Jimenez
5	Margarith Katherine Bernal Reyes	Katy Bernal
6	Yulexy Vega Salcedo	yulexy V.
7	Ana Maria Orellano Mier	Ana Maria O.
8	Angnis Johana Mejia Rios	Angnis Mejia Rios
9	Benita Montes-	Benita Montes
10	Erika Martinez Gonzalez	Alicia Gonzalez
11	Erika Martinez Gonzalez	Rodrigo Profe
12	Jiji medina Gonzalez	Jiji medina
13	Erika Martinez Gonzalez	Liz Soledad
14	Amelia Patricia Ortiz A	Amelia Patricia Ortiz A.
15	EDS cecilia lozano B	
16	Emilee jaramillo	Emilee jaramillo
17	Jose David Caleza A	
18	DARLYS MENDOZA MENDOZA	Darlys Mendoza M.
19		
20		

ELABORÓ María M. Manjarrez C. FIRMA María M. Manjarrez C

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CESAR
ALCALDIA MUNICIPAL DE LA JAGUA DE IBIRICO
NIT. 800.108.683-8
SECRETARIA DE HACIENDA

COMPROBANTE DE ENTRADA

CONSECUTIVO No. **INV-E202500184**

FECHA: 2025/12/15

ORIGEN
FUNDACION AYUDANOS

DESTINO
ALMACEN

FACTURA No. Remisión N 011

FECHA FACTURA: 2025/12/15

REFERENCIA	NOMBRE	UND	CANT	VALOR	IVA	TOTAL
ESCOBA GRANDE MENSUAL	ESCOBA GRANDE MENSUAL	UND	5,00	16.133,00	0,00	80.665,00
ASEO0005	TRAPEROS EN HILAZA TRENZADA	UND	5,00	18.390,00	0,00	91.950,00
cepillo largo	cepillo largo con soporte plástico cerda suaves	UND	3,00	27.500,00	0,00	82.500,00
ASEO0017	CEPILLO SANITARIO CON BASE	UND	4,00	21.263,00	0,00	85.052,00
cepillo para uñas	cepillo para uñas	UND	5,00	10.747,00	0,00	53.735,00
esponja plástica	esponja plástica	UND	5,00	7.280,00	0,00	36.400,00
detergente liquido	detergente liquido	UND	10,00	14.397,00	0,00	143.970,00
esponja de fibra	esponja de fibra	UND	10,00	3.314,00	0,00	33.140,00
ASEO0008	DESINFECTANTE X 5 GALONES (LIMPIA PISO)	UND	8,00	17.230,00	0,00	137.840,00
ASEO0003	PARES DE GUANTES	UND	4,00	10.730,00	0,00	42.920,00
GUANTES PLASTICOS MULTIUSOS	GUANTES PLASTICOS MULTIUSOS EN LATEX	UND	4,00	10.730,00	0,00	42.920,00
JABON EN CREMA X450GM	JABON EN CREMA X450GM	UND	4,00	6.262,00	0,00	25.048,00
DETERGENTE EN POLVO	DETERGENTE EN POLVO PARA LAVADORA *10KG	UND	4,00	25.500,00	0,00	102.000,00
ASEO0015	ROLLOS DE PAPEL HIGIENICO X 2UND	UND	37,00	2.800,00	0,00	103.600,00
BOLSA PARA LOS RESIDUOS	BOLSA PARA LOS RESIDUOS, DE 3 COLORES (PAQUETES *10)	UND	20,00	16.997,00	0,00	339.940,00
toalla de tela	toalla de tela	UND	10,00	6.757,00	0,00	67.570,00
jabon liquido	jabon liquido	UND	5,00	12.580,00	0,00	62.900,00

SON: UN MILLÓN QUINIENTOS TREINTA Y DOS MIL CIENTO CINCUENTA PESOS CON CERO CENTAVOS

SUBTOTAL	**1.532.150,00**
IVA	**0,00**
TOTAL	**1.532.150,00**

OBSERVACIONES:
FORTALECIMIENTO DE ATENCIÒN INTEGRAL EN SERVICIOS DE ALIMENTACION, PROMOCIÒN DE LA SALUD, INTEGRACIÒN Y ACTIVIDADES, PRODUCTIVAS PARA EL MEJORAMIENTO DE CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONDICONES DE VULNERABILIDAD QUE VIVE EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO - CESAR

ELABORÓ:	REVISÓ:	APROBÓ:		
DARIASA			FIRMA Y SELLO PROVEEDOR / ORIGEN	FIRMA Y SELLO QUIEN RECIBE

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CESAR
ALCALDIA MUNICIPAL DE LA JAGUA DE IBIRICO
NIT. 800.108.683-8
SECRETARIA DE HACIENDA

COMPROBANTE DE SALIDA

CONSECUTIVO No. **INV-S202500172**

FECHA: **2025/12/15**

ORIGEN
ALMACEN

DESTINO
SECRETARIA DE LA MUJER

FACTURA No.

FECHA FACTURA: 2025/12/19

REFERENCIA	NOMBRE	UND	CANT	VALOR	IVA	TOTAL
ESCOBA GRANDE MENSUAL	ESCOBA GRANDE MENSUAL	UND	5,00	16.133,00	0,00	80.665,00
ASEO0005	TRAPEROS EN HILAZA TRENZADA	UND	5,00	18.390,00	0,00	91.950,00
cepillo largo	cepillo largo con soporte plástico cerda suaves	UND	3,00	27.500,00	0,00	82.500,00
ASEO0017	CEPILLO SANITARIO CON BASE	UND	4,00	21.263,00	0,00	85.052,00
cepillo para uñas	cepillo para uñas	UND	5,00	10.747,00	0,00	53.735,00
esponja plástica	esponja plástica	UND	5,00	7.280,00	0,00	36.400,00
detergente liquido	detergente liquido	UND	10,00	14.397,00	0,00	143.970,00
esponja de fibra	esponja de fibra	UND	10,00	3.314,00	0,00	33.140,00
ASEO0008	DESINFECTANTE X 5 GALONES (LIMPIA PISO)	UND	8,00	17.230,00	0,00	137.840,00
ASEO0003	PARES DE GUANTES	UND	4,00	10.730,00	0,00	42.920,00
GUANTES PLASTICOS MULTIUSOS	GUANTES PLASTICOS MULTIUSOS EN LATEX	UND	4,00	10.730,00	0,00	42.920,00
JABON EN CREMA 0GM	JABON EN CREMA X450GM	UND	4,00	6.262,00	0,00	25.048,00
DETERGENTE EN POLVO	DETERGENTE EN POLVO PARA LAVADORA *10KG	UND	4,00	25.500,00	0,00	102.000,00
ASEO0015	ROLLOS DE PAPEL HIGIENICO X 2UND	UND	37,00	2.800,00	0,00	103.600,00
BOLSA PARA LOS RESIDUOS	BOLSA PARA LOS RESIDUOS, DE 3 COLORES (PAQUETES *10)	UND	20,00	16.997,00	0,00	339.940,00
toalla de tela	toalla de tela	UND	10,00	6.757,00	0,00	67.570,00
jabon liquido	jabon liquido	UND	5,00	12.580,00	0,00	62.900,00

SON: UN MILLÓN QUINIENTOS TREINTA Y DOS MIL CIENTO CINCUENTA PESOS CON CERO CENTAVOS

SUBTOTAL	**1.532.150,00**
IVA	**0,00**
TOTAL	**1.532.150,00**

OBSERVACIONES:
FORTALECIMIENTO DE ATENCIÒN INTEGRAL EN SERVICIOS DE ALIMENTACION, PROMOCIÒN DE LA SALUD, INTEGRACIÒN Y ACTIVIDADES, PRODUCTIVAS PARA EL MEJORAMIENTO DE CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONDICONES DE VULNERABILIDAD QUE VIVE EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO - CESAR

ELABORÓ:	REVISÓ:	APROBÓ:		
DARIASA			FIRMA Y SELLO PROVEEDOR / ORIGEN	FIRMA Y SELLO QUIEN RECIBE

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CESAR
ALCALDIA MUNICIPAL DE LA JAGUA DE IBIRICO
NIT. 800.108.683-8
SECRETARIA DE HACIENDA

COMPROBANTE DE SALIDA

CONSECUTIVO No. **INV-S202500161**

FECHA: **2025/12/05**

ORIGEN
ALMACEN

DESTINO
SECRETARIA DE LA MUJER

FACTURA No.

FECHA FACTURA: 2025/12/15

REFERENCIA	NOMBRE	UND	CANT	VALOR	IVA	TOTAL
MOLINO ELECTRONICO	MOLINO ELECTRONICO DE 1/2 CABALLO	UND	3,00	950.000,00	0,00	2.850.000,00
VITRINA CALENTADORA DE ALIMENTOS	VITRINA CALENTADORA DE ALIMENTOS 2 NIVELES	UND	3,00	475.000,00	0,00	1.425.000,00
JUEGO DE MESA X 4 SILLAS SIN BRAZO	JUEGO DE MESA X 4 SILLAS SIN BRAZO PLASTICAS	UND	12,00	275.000,00	0,00	3.300.000,00
THERMO PLASTICO	THERMO PLASTICO	UND	3,00	225.000,00	0,00	675.000,00
VARIOS0019	BOMBA FUMIGADORA DE ESPALDABOMBA FUMIGADORA	UND	2,00	790.000,00	0,00	1.580.000,00
PALA PUNTA REDONDA	PALA PUNTA REDONDA	UND	2,00	70.000,00	0,00	140.000,00
VARIOS0022	RULAS	UND	2,00	40.000,00	0,00	80.000,00
ALIMENTADOR DE GALLINA	ALIMENTADOR DE GALLINA	UND	8,00	60.000,00	0,00	480.000,00
BEBEDERO DE GALLINAS	BEBEDERO DE GALLINAS	UND	8,00	70.000,00	0,00	560.000,00
[illegible]ROLAVADORA A PRESION	HIDROLAVADORA A PRESION	UND	2,00	660.000,00	0,00	1.320.000,00
manguera para regar	manguera	UND	2,00	120.000,00	0,00	240.000,00
MB00558	ESTANTES METALICOS	UND	4,00	900.000,00	0,00	3.600.000,00
CANASTILLA PLASTICA	CANASTILLA PLASTICA	UND	16,00	50.000,00	0,00	800.000,00
AGUJAS PARA COSER ZAPATOS	AGUJAS PARA COSER ZAPATOS	UND	10,00	7.000,00	0,00	70.000,00
CUCHILLO PARA ARREGLAR ZAPATOS	CUCHILLO PARA ARREGLAR ZAPATOS	UND	6,00	12.000,00	0,00	72.000,00
PINTURA NEGRA	PINTURA NEGRA PARA TEÑIR ZAPATOS	UND	7,00	42.000,00	0,00	294.000,00
PINTURA MARRON	PINTURA MARRON PARA TEÑIR ZAPATOS	UND	7,00	42.000,00	0,00	294.000,00
PINTURA KENDA	PINTURA KENDA PARA ZAPATOS	UND	4,00	25.000,00	0,00	100.000,00
BRILLO PARA ZAPATOS	BRILLO PARA ZAPATOS	UND	5,00	22.000,00	0,00	110.000,00
NYLON NEGRO	NYLON NEGRO PARA COSER ZAPATOS	UND	8,00	20.000,00	0,00	160.000,00
NYLON MARRON	NYLON MARRON PARA COSER ZAPATOS	UND	8,00	20.000,00	0,00	160.000,00
NYLON BLANCO	NYLON BLANCO PARA COSER ZAPTOS	UND	8,00	20.000,00	0,00	160.000,00
BETUN NEGRO	BETUN NEGRO	UND	8,00	15.000,00	0,00	120.000,00
BETUN MARRON	BETUN MARRON	UND	8,00	15.000,00	0,00	120.000,00
[illegible]OXER GALON	BOXER GALON	UND	3,00	120.000,00	0,00	360.000,00
[illegible]IOS00252	MORRAL	UND	1,00	180.000,00	0,00	180.000,00
REFRIGERADOR 100 LITROS	REFRIGERADOR 100 LITROS	UND	6,00	1.000.000,00	0,00	6.000.000,00
NEVERA PLASTICA	NEVERA PLASTICA 42 LITROS	UND	12,00	350.000,00	0,00	4.200.000,00
BOLSA PARA HIELO	BOLSA PARA HIELO	UND	120,00	2.000,00	0,00	240.000,00
BOLSA PARA BOLIS	BOLSA PARA BOLIS	UND	120,00	1.500,00	0,00	180.000,00
ASEO0006	BALDE PLASTICO X12 LTS	UND	12,00	25.000,00	0,00	300.000,00
CUCHARON	CUCHARON	UND	6,00	25.000,00	0,00	150.000,00
ESENCIAS	ESENCIAS	UND	24,00	10.000,00	0,00	240.000,00
VARIOS1014	AZUCAR	UND	60,00	4.000,00	0,00	240.000,00

ELABORÓ:	REVISÓ:	APROBÓ:		
DARIASA			FIRMA Y SELLO PROVEEDOR / ORIGEN	FIRMA Y SELLO QUIEN RECIBE

REFERENCIA	NOMBRE	UND	CANT	VALOR	IVA	TOTAL
LAVADORA DE 7 KILOS	LAVADORA DE 7 KILOS	UND	2,00	1.200.000,00	0,00	2.400.000,00
TENDERO DE ROPA	TENDERO DE ROPA EXTENSIBLE	UND	6,00	220.000,00	0,00	1.320.000,00
DETERGENTE EN POLVO	DETERGENTE EN POLVO PARA LAVADORA *10KG	UND	10,00	68.000,00	0,00	680.000,00
VITRINA VERTICAL 140* 60CM	VITRINA VERTICAL 140* 60CM	UND	4,00	750.000,00	0,00	3.000.000,00
VITRINA HORIZONTAL	VITRINA HORIZONTAL 140* 160CM	UND	2,00	700.000,00	0,00	1.400.000,00
MOCHILA	MOCHILA	UND	10,00	220.000,00	0,00	2.200.000,00
MAQUINA DE COSER	MAQUINA DE COSER	UND	1,00	1.700.000,00	0,00	1.700.000,00
MESA PARA MAQUINA DE COSER	MESA PARA MAQUINA DE COSER	UND	1,00	280.000,00	0,00	280.000,00
HILO PARA COSER EN ROLLO	HILO PARA COSER EN ROLLO	UND	10,00	22.000,00	0,00	220.000,00

SON: CUARENTA Y CUATRO MILLONES PESOS CON CERO CENTAVOS

SUBTOTAL	**44.000.000,00**
IVA	**0,00**
TOTAL	**44.000.000,00**

OBSERVACIONES:
FORTALICIMENTO DE ATENCION INTEGRAL EN SERVICOS DE ALIMENTACION, PROMOCION DE LA SALUD, INTEGRACION SOCIAL, DEPORTE, RECREACION Y ACTIVIDADES PRODUCTIVAS PARA EL MEJORAMINETO DE CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONDICIONES DE VULNERABILIDAD QUE VIVEN EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO CESAR

ELABORÓ:	REVISÓ:	APROBÓ:		
DARIASA			FIRMA Y SELLO PROVEEDOR / ORIGEN	FIRMA Y SELLO QUIEN RECIBE

REPUBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CESAR
ALCALDIA MUNICIPAL DE LA JAGUA DE IBIRICO
NIT. 800.108.683-8
SECRETARIA DE HACIENDA

COMPROBANTE DE SALIDA

CONSECUTIVO No. **INV-S202500162**

FECHA: **2025/12/05**

ORIGEN
ALMACEN

DESTINO
SECRETARIA DE LA MUJER

FACTURA No.

FECHA FACTURA: 2025/12/15

REFERENCIA	NOMBRE	UND	CANT	VALOR	IVA	TOTAL
SABANAS PARA CAMA SENCILLA	SABANAS PARA CAMA SENCILLA	UND	3,00	72.000,00	0,00	216.000,00
TOALLA DE CUERPO	TOALLA DE CUERPO	UND	3,00	59.000,00	0,00	177.000,00
PIJAMAS	PIJAMAS	UND	3,00	75.000,00	0,00	225.000,00
VESTIDOS	VESTIDOS (CAMISAS, PANTALON . SUDADERA)	UND	3,00	90.000,00	0,00	270.000,00
VARIOS5017	JABON PARA BAÑO	UND	3,00	6.300,00	0,00	18.900,00
VARIOS5016	CREMA DE DIENTE	UND	3,00	3.816,00	0,00	11.448,00
shampoo 200 ml	shampoo 200 ml	UND	3,00	9.540,00	0,00	28.620,00
VARIOS5021	CEPILLO DE DIENTE	UND	3,00	3.074,00	0,00	9.222,00
DESODORANTE EN CREMA 32GR	DESODORANTE EN CREMA 32GR	UND	3,00	7.950,00	0,00	23.850,00
CUCHILLA DE AFEITAR	CUCHILLA DE AFEITAR	UND	3,00	5.000,00	0,00	15.000,00
vaso contenedor	vaso contenedor	UND	3,00	4.800,00	0,00	14.400,00
peine de cabello	peine de cabello	UND	3,00	3.200,00	0,00	9.600,00
TALCO PARA PIES 85GR	TALCO PARA PIES 85GR	UND	3,00	8.500,00	0,00	25.500,00
CREMA DE CUERPO 120G	CREMA DE CUERPO 120G	UND	3,00	15.200,00	0,00	45.600,00
LOCION PARA HOMBRE	LOCION PARA HOMBRE	UND	3,00	19.000,00	0,00	57.000,00
PAR DE ZAPATOS	PAR DE ZAPATOS	UND	3,00	72.620,00	0,00	217.860,00
PAR DE CHANCLETAS	PAR DE CHANCLETAS	UND	3,00	45.000,00	0,00	135.000,00

SON: UN MILLÓN QUINIENTOS MIL PESOS CON CERO CENTAVOS

SUBTOTAL	**1.500.000,00**
IVA	**0,00**
TOTAL	**1.500.000,00**

OBSERVACIONES:
FORTALICIMENTO DE ATENCION INTEGRAL EN SERVICOS DE ALIMENTACION, PROMOCION DE LA SALUD, INTEGRACION SOCIAL, DEPORTE, RECREACION Y ACTIVIDADES PRODUCTIVAS PARA EL MEJORAMINETO DE CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES EN CONDICIONES DE VULNERABILIDAD QUE VIVEN EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO CESAR

ELABORÓ:	REVISÓ:	APROBÓ:		
DARIASA			FIRMA Y SELLO PROVEEDOR / ORIGEN	FIRMA Y SELLO QUIEN RECIBE