DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL DE ZIPAQUIRÁ
SECRETARÍA DE FAMILIA Y DESARROLLO SOCIAL

Alcaldía de Zipaquirá

INFORMACIÓN DE LA REUNIÓN			
N° Acta:	Fecha: 09 - 02 - 2026	Hora Inicio: 2:00 pm	Hora Fin: 3:00 pm
Lugar: Club del Adulto Mayor Centro día / Villa María.			
Objetivo(s): Sesión de Actividad Física - Lúdico - Recreativa.			
Dependencia Responsable: Secretaria de familia			
Responsable Elaboración o Transcripción: Aktivate S.A.S			
TIPO: ☒ Externa (con la Comunidad) ☐ Interna (con los funcionarios)			

LISTADO DE ASISTENTES

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / DEPENDENCIA	CARGO	CORREO	TELÉFONO	FIRMA
MARTHA ELENA CASTAÑO H.	Villa María	Participante	—	3202143137	
Nancy Alarcón	Villa María	Participante	—	3134075331	
Nieves Quiroga	Villa María	Participante	—	312490217	
Martha Aguirre	Villa María	Participante	—	3192669535	
María Funeme	Villa María	Participante	—	3124354576	
Jugarino Torres	Villa María	Participante	—	3204432992	
[illegible]	Villa María	Participante	—	3194406305	
Patricia Castillo	Villa María	Participante	—	3213554[illegible]	
Olga L. Rodríguez	Villa María	Participante	—	3138133807	
Blanca García	Villa María	Participante	—	3100[illegible]	
Pedro Alarcón	Villa María	Participante	—	3003[illegible]	
Guillermo Castillo	U. María	Participante	—	3206[illegible]	
María [illegible]	Villa María	Participante	—	3105[illegible]	
Claudia Fonseca	U. María	Participante	—	3203[illegible]	
	Villa María.				

ORDEN DEL DIA

Entrenamiento Funcional (Fuerza - Equilibrio - coordinación - Movilidad -

1. Bienvenida al satelite de Villa María
2. Ubicación del Adulto Mayor en el Auditorio
3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la sesión.
5. Registro y firma de los participantes.

Powered by CamScanner

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Desarrollo de la sesión -

Tema: Entrenamiento Funcional.

Objetivo: Mejorar y mantener la fuerza, el equilibrio, la coordinación y la movilidad para favorecer la autonomía en las actividades de la vida diaria - prevenir caídas, conservar la independencia y elevar la calidad de vida.

Metodología: Se da la bienvenida al satelite de Villa María y se realiza la ubicación y adecuación de sillas en el auditorio. para cada adulto mayor.
Serealiza explicación de la actividad y se da inicio con el calentamiento Se realizan ejercicios de forma individual de fuerza - equilibrio, coordinacion y movilidad.
se finaliza con estiramientos generales.
Se cuenta con la participación de 31 adulto Mayor. (7 hombres. 24 mujeres.)

Recursos: Sillas - salón - sonido - pelotas.

Registro y firma en el Acta de algunos participantes.

COMPROMISOS ADQUIRIDOS

COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA ENTREGA	FIRMA
se desarrolla sesión programado con el satelite de Villa María a cargo de.	Marvell Castillo		
En conformidad con la actividad desarrollada firma.	Lorena Zambrano		

Powered by CamScanner