

INFORME DE ACTIVIDADES REALIZADAS

DIRECTORA PSICOLOGA CLINICA -MARZO – ABRIL -2026

Empresa:	Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano FUNDESCUVAL
Título del informe:	Informe de actividades realizadas en el Centro Vida/Día
Fecha:	marzo 25 a abril 16 de 2026
Responsable:	Luz Estela Giraldo Obando
Cargo:	Directora

1. INTRODUCCIÓN

El proyecto de adultos mayores el cual es atendido en los Centros Vida de cada Municipio, de acuerdo a la ley 1276 de 2009 tiene como finalidad atender de manera priorizada a los adultos en situación de vulnerabilidad, mayores de 60 años hasta los 99 años siendo funcionales, los adultos se caracterizan de acuerdo a los requisitos dados en cuanto a Sisbén bajo A, B o C TIPO 1, salud subsidiada, no pensionados, con acudiente el cual deberá acudir a los llamados de urgencia si es requerido, debe responsabilizarse de su familiar en caso de necesitarlo.

Esta población requiere de cuidados básicos como: alimentación, salud, recreación, ocio, y atención constante en cuanto a su salud física y mental, sobre todo esta última, ya que muchos de ellos presentan enfermedades mentales de acuerdo a su edad y otros simplemente la han adquirido por otras razones.

Este proyecto se lleva a cabo con la colaboración de monitoras en lúdica-manualidades y profesionales de la salud,(psicología,fisioterapia,enfermería) quienes están monitoreando constantemente los usuarios, enfatizando en algunos que requieren de un manejo mucho mas asertivo ya que presentan fallas en la adherencia a sus tratamientos, por tal razón cada dos semanas, se realiza una reunión en la cual, se presentan los casos y los avances con cada uno de ellos, permitiendo así fortalecer de forma grupal, elaborando sus planes de intervención acorde a las necesidades que se identifican, promoviendo en las familias una mayor responsabilidad e interés por la

salud de sus familiares, ya que en muchos casos se percibe negligencia frente al cuidado de los mismos.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS DURANTE EL MES DE MARZO – A ABRIL 2026 EN EL CENTRO VIDA/DÍA DEL MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA

Permanentemente se desarrolla la construcción del proyecto en el cual se mantiene un estándar de calidad requerida para la atención de la población caracterizada, la cual es supervisada constantemente para garantizar todas las acciones llevadas a cabo, durante los días de atención al usuario tales como: alimentación, salud mental, salud física, recreación y todas las demás actividades que se requieren para dicho proceso.

Teniendo en cuenta que sus derechos deben ser garantizados bajo estas acciones diarias en el Centro, se procura fortalecer cada una de las áreas requeridas en cuanto a sana convivencia, lúdica, recreación, monitoreo de sus medicamentos, citas médicas, terapia grupal e individual, fisioterapia, valoraciones y seguimientos de sus signos vitales entre otros.

Cada uno de los miembros del equipo interviene de manera única desarrollando su actividad con responsabilidad y respeto hacia los adultos que hacen parte del Centro Vida.

A continuación, se describen cada una de las áreas con sus respectivas actividades.

ÁREA DE PSICOLOGÍA

Al inicio y durante el proceso de valoración de cada uno de los usuarios se realiza su historia clínica, encuesta geriátrica de violencia, como también terapia individual si es requerida como parte de cada historia personal.

Igualmente se realiza terapia grupal, interviniendo en cada sesión dependiendo de las necesidades que cada uno de los integrantes requiera en el momento.

Es importante reconocer en cada usuario sus necesidades, historia, sintomatología, diagnósticos, y la forma en que gestiona sus recursos para encontrar un alivio a sus demandas psicológicas y emocionales, y así poder guiar su proceso de una manera más terapéutica y positiva que conlleve a una mejor calidad de vida.

Carlos María Portilla: paciente de 80 años. Inicialmente no presenta un Diagnóstico clínico como tal, aunque al iniciar su proceso en Centro Vida, presenta recurrentes llamados de atención por su comportamiento irritable, no reconoce sus faltas de respeto hacia sus pares y monitoras, agresiones verbales y físicas, resistencia a seguir y acatar normas, no

presenta sensibilidad ni arrepentimiento frente a sus fallas, renuencia a las actividades de grupo: como participar en la rumba terapia, actitud para orar, seguir instrucciones y realizar actividades propuestas.

- Se ha trabajado diariamente en la esfera espiritual, y el agradecimiento hacia Dios y los integrantes del grupo, presentando avances en sus expresiones y disposición para agradecer.
- Ha presentado distintas fallas en cuanto a seguir la norma.
- Agrede verbalmente a una de sus compañeras de grupo.
- Se negó a seguir una orden para cambiarse de sitio.
- Presento una agresión física contra una de sus compañeras (se cita a su acudiente, se informa y suspende por 3 días)
- Expresa con desagrado no querer recibir orientación sobre un tema en general.
- Se escapa cada vez que tiene oportunidad.

Actualmente sigue en su proceso bajo observación, para tratar de mejorar su impulsividad y agresividad hacia sus pares, promoviendo el buen trato.

Según las características de su comportamiento con sus pares diariamente, socialización e interacción presenta un Trastorno (TDAH).

Evolución mes de abril- comportamiento participativo, controlado, su irritabilidad a evolucionado positivamente, sin presentar agresiones hacia sus pares, participa y se comunica respetuosamente, no ha presentado quejas de evasión del centro, cumple con los horarios establecidos, aunque requiere mejorar su actividad física ya que es un poco reacio a la actividad física.

José Servio Giraldo Chica: Paciente de 76 años.

Diagnóstico: Diabetes-insulinodependiente, este paciente no presenta adherencia a su tratamiento, por parte de enfermería se le ha informado, educado en varias oportunidades, aunque recibe la información sigue presentando frecuentes fallas en la aplicación de su insulina (en cuanto a la parte medica el paciente no atiende las recomendaciones que se le entregan por enfermería).

Habiendo agotado los llamados al paciente para seguir controladamente su tratamiento, se realiza intervención por psicología.

El día 13 de marzo se cita a su acudiente para informarle acerca de su familiar y la importancia de tener buena adherencia al tratamiento, ya que por su diagnóstico puede presentarse distintas complicaciones de seguir en descontrol. Se firma compromiso con paciente y familiar, para mejorar dicho proceso.

Psicológicamente el paciente presenta una resistencia para acatar sugerencias en cuanto a su salud física, dejando de lado su bienestar, el cual puede verse afectado de no seguir a tiempo dichas recomendaciones.

En el mes anterior se inicia un proceso para reestablecer la adherencia al tratamiento de su insulina ya que su proceso estaba en situación crítica y su salud física y mental se encontraba en condiciones regulares.

Teniendo en cuenta los llamados de atención diarios y control con enfermería para llevar una mejor supervisión sus condiciones han evolucionado positivamente.

José Climaco Martínez Barrios: Paciente de 75 años.

Diagnóstico: ACV Isquémico-ECV Isquémica (Hemiparesia Izquierda) Paciente que ingresa al programa con unas condiciones de salud física, y mentales en resistencia por avanzar, ya que en el momento de la terapia no responde de manera positiva a las tareas, encomendadas.

Su condición médica en cuanto a su visión ha empeorado, puesto que no se ha resuelto sus dificultades para ser atendido por su eps, como tampoco se define su cita con urólogo.

En repetidas ocasiones se ha hablado con su acudiente para manifestarle estas inconformidades y hasta el momento no se ha solucionado en nada su estado médico.

En cuanto a su salud mental, tampoco ha mejorado ya que sus quejas físicas lo han deprimido y no le permite sentirse útil e importante en su familia y sociedad.

El día 10 de marzo se cita a su acudiente y se deja por nota de enfermería su situación

A la cual se espera una respuesta para mejorar su calidad de vida.

En el mes anterior se deja establecidos parámetros para cambiar las condiciones y poder mejorar su salud, aunque se deja por escrito aun no ha sido posible el cambio de seguro para iniciar el proceso de cirugía con urólogo.

Gilberto Ospina Gómez: paciente de 71 años

Diagnóstico: Depresión mayor- medicamento -Quetiapina -Sertralina)

Asiste a Centro Vida, en octubre de 2025, inicialmente presenta, ansiedad, (opresión, sudoración, inquietud motora, pupilas dilatadas)

Tomando sus medicamentos desde varios años, aunque remite no sentir mejoría.

Asiste regularmente, aunque en las horas de la tarde su ansiedad se exagera al acercarse la hora de salida, (pasa con psicología e inicia proceso, igualmente continuó con la medicación, en el mes de diciembre presenta una descompensación y es hospitalizado por 3 días.

Su estado mental en el momento es estable, no presenta ansiedad, participa activamente de las actividades, Manueles físicas, huerta, lúdica. (su esfera mental ha evolucionado positivamente, y redujo medicamentos.

En el mes **de abril** continua con su terapia a nivel grupal, participa activamente, se relaciona de una manera mas alegre y extensa, no ha presentado crisis de ansiedad, su estado de animo ha estado estable, comparte, se comunica de una manera mas alegre, expresa y comparte sus opiniones de una manera más social.

Tomas Elias Castañeda: paciente de 59 años quien acude al centro vida por recomendación de un usuario, presentando síntomas de ansiedad, con una historia de enfermedad hta y cardiopatía isquémica, refiere encontrarse en seguimiento por cardiología.

dx. hipertensión esencial

dx. relacionada cardiomiopatía isquémica.

medicamentos: amlodipino 10mg, clopidrogel 75mg, espironolactona25, metoprolol ezetimibe x10/rosuvastatina, levotiroxina 50mg, irbesartan+hidroclorotiazida 300.

Teniendo en cuenta su estado emocional, síntomas ansiosos (insomnio, pensamientos de muerte, miedos, además de dificultad en su movilidad después de cateterismo. (cardiomiopatía isquémica) se opta por incorporar al grupo del centro vida con 59 años, ya que su condición de salud mental requiere atención inmediata, control en su medicación, terapia psicológica, terapia grupal, e interacción social.

Certificado de Discapacidad en proceso de Tramite (abril 14 2026)

Cesar Hernández Haimés: paciente de 82 años con un Diagnóstico (Trastorno de Ansiedad), refiere que vive un proceso en el cual su salud mental se encuentra afectada emocional y psicológicamente desde el año 2022 en el cual acude por psiquiatría presenta historia clínica y medicamentos.

Diagnóstico Principal: **F419 Trastorno de Ansiedad.**

medicamentos: quetiapina inicialmente quetiapina de 100 media tableta en la noche, desvenlafaxina de 50 después del desayuno.

(se recomienda terapia psicológica y ocupacional)

Se inicia proceso individual y grupal. Teniendo en cuenta las condiciones de salud mental y sus necesidades emocionales el paciente es atendido en Centro Vida ya que requiere de atención psicológica individual y grupal, respaldado por su historia clínica con un proceso psiquiátrico desde hace 4 años, es beneficiario de su esposa y depende económicamente de su hija motivo por el cual requiere atención y cuidado tanto en su salud mental como en su salud física.

SALUD MENTAL

ACTIVIDAD 1: Salud Mental y adherencia al Tratamiento.

Descripción: Se realiza una actividad guiada al aire libre con todos los usuarios, iniciando con una caminata fuera de Centro Vida, en la cual por medio del juego se van instruyendo acerca de las prioridades que se deben tener en cuanto a las enfermedades de base como la diabetes y la hipertensión, a nivel de prevención del estrés y adherencia al tratamiento controlado para así mejorar la calidad de vida evitando accidentes Cardiovasculares, hemiplejias entre otros. Reconociendo la actividad física como una terapia de suma importancia para evitar llegar a esta clase de riesgos y patologías.

Fecha: marzo 27- 2026

Lugar: Centro Vida (Parque de la familia)

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 2: Taller (Salud Mental- Creación del Club Hipertensos y Diabéticos)

Descripción : En el marco de las acciones de salud pública dirigidas a la protección integral de las personas mayores y con el propósito de fortalecer la calidad de vida de quienes presentan enfermedades crónicas no transmisibles, se convoca a unirse a la estrategia “Club de Diabéticos e hipertensos en Centros de Atención para personas mayores de Valle del Cauca, el día 13 de abril se da inicio a la conformación del Club con todos los usuarios del Centro Vida, conformación del comité organizador, quienes llevaran a cabo las actividades programadas durante los meses de Abril y Mayo, siguiendo en Junio con evaluación de Resultados y ajustes a la estrategia.

Posteriormente se procede con el inicio de la toma de signos: talla, peso, y presión, elección del nombre del Club, continuando con actividad física.

Fecha: - 13 - 04-2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 3: Visitas Domiciliarias y en Centro Vida.

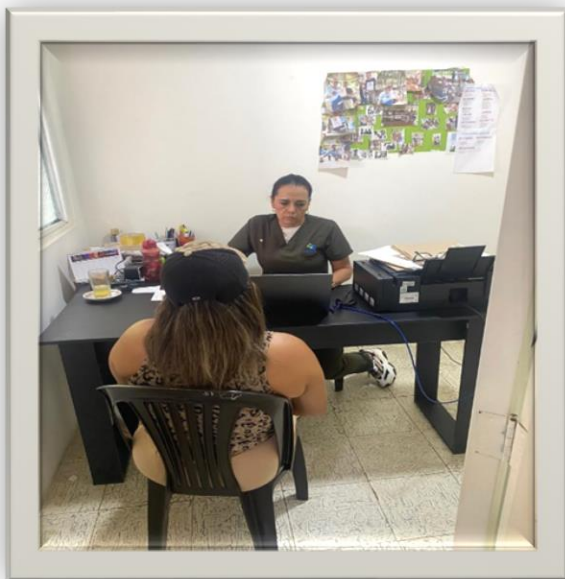
Nestor

Descripción: La visita domiciliaria se requiere en casos específicos en los que dependiendo de los usuarios y sus requerimientos tanto en salud como en confirmación de sus necesidades básicas las cuales deben ser soportadas por sus cuidadores, con responsabilidad de acuerdo a la ley 1251 de 2008 de adulto mayor, se debe garantizar sus derechos estableciendo principios de igualdad y corresponsabilidad, ya que en muchos casos sus familiares no están responsabilizándose de ellos, por tal razón se realiza la visita dejando en claro dicha responsabilidad y en caso de no estar cumpliendo con este requerimiento sus familiares se les realiza un llamado de atención y si aun en esas circunstancias no se obtiene una respuesta positiva, se opta por hacer un llamado de atención por Comisaria de familia.

Fecha: abril 06-2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 4: Notificación a acudientes y adultos (casos específicos)

EDGAR CAMPÒ (Diagnostico – Alzheimer) (Ley 1251 2008)

Descripción: Teniendo en cuenta cada Diagnostico de los adultos y sus prioridades en cuanto a salud mental se hace necesario realizar visita domiciliaria ya que, aunque

sus condiciones no superan los requisitos para entrar al programa, sus condiciones en salud mental si, por tal motivo su historia clínica hace parte

fundamental para ser admitido en el Centro Vida, ya que sus derechos fundamentales en salud son prioridad para disfrutar de una mejor calidad de vida, y requieren de terapia constante para mantener un equilibrio mental evitando un deterioro mayor en su salud.



Fecha: abril 07- 2026

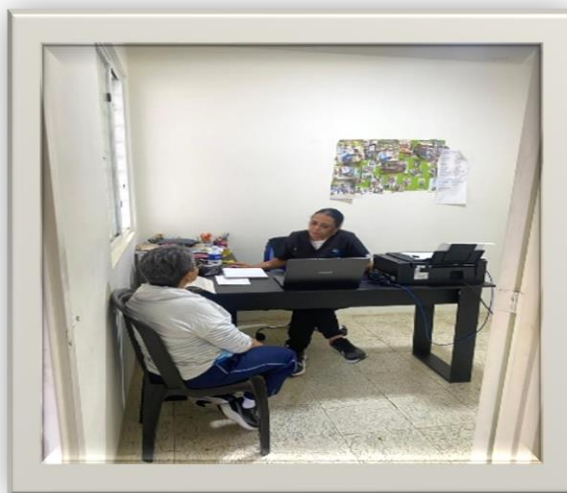
Luga: Centro Vida

Evidencia Fotográfica

Actividad 5: Terapia individual.

María del Rocio vasco

Descripción: Se realiza terapia y seguimiento por psicología, control semanal, evolucionando positivamente en cuanto a su ansiedad, aun recibe medicación. Alternadamente con las terapias físicas, psicológicas y grupales cada semana.



Fecha: abril -15- 2026
Lugar: Centro Vida
Evidencia Fotográfica

ACTIVIDAD 6: Celebración de Cumpleaños

Descripción: Mensualmente se realiza la celebración de los cumpleaños de los adultos, como parte de su salud emocional y bienestar dentro de su esquema personal elevando su autoestima y fortaleciendo en ellos su amor propio.

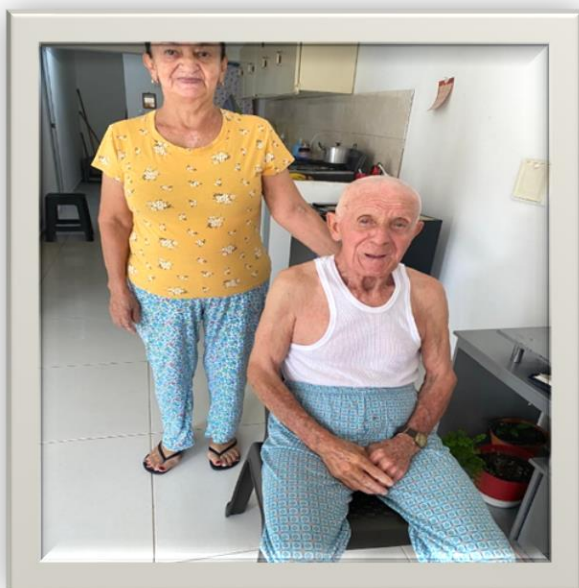


Fecha: abril 16- 2026
Lugar: Centro Vida
Evidencia Fotográfica

ACTIVIDAD 7- Notificación de acudientes y familiares

Descripción: Visita **Domiciliaria Luz Dary Toro** – (Beneficiaria del programa y cuidadora de su hermano **Henry Toro**) (**Ley 1251 2008**)

Descripción: Teniendo en cuenta cada Diagnostico de los adultos y sus prioridades en cuanto a salud mental se hace necesario realizar visita domiciliaria ya que, aunque sus condiciones no superan los requisitos para entrar al programa, sus condiciones en salud mental si, por tal motivo su historia clínica hace parte fundamental para ser admitido en el Centro Vida, ya que sus derechos fundamentales en salud son prioridad para disfrutar de una mejor calidad de vida, y requieren de terapia constante para mantener un equilibrio mental evitando un deterioro mayor en su salud.



Fecha: abril 16-2026
Lugar: Centro Vida
Evidencia Fotográfica

AREA DE NUTRICION

1. INTRODUCCIÓN

En el marco de la atención integral al adulto mayor, y reconociendo la necesidad de fortalecer acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, el Centro Vida ha iniciado la implementación del **Club de Hipertensos y Diabéticos**, como una estrategia orientada al abordaje de enfermedades crónicas no transmisibles en esta población.

La hipertensión arterial y la diabetes mellitus representan condiciones de alta prevalencia en los adultos mayores, las cuales requieren no solo manejo médico, sino también un acompañamiento continuo desde el componente educativo, nutricional y de hábitos de vida saludable. En este sentido, se hace necesario generar espacios estructurados que permitan fortalecer el conocimiento, promover el autocuidado y favorecer la adherencia a prácticas saludables.

El club se plantea como un escenario participativo, donde los adultos mayores no solo reciben información, sino que también comparten experiencias, resuelven inquietudes y construyen de manera conjunta herramientas para el cuidado de su salud. De esta manera, se busca impactar de forma positiva su calidad de vida y contribuir al control de sus condiciones de salud.

2. Marco técnico y enfoque de intervención

La implementación de esta estrategia se alinea con los enfoques de atención integral en salud, los cuales resaltan la importancia de intervenciones continuas, educativas y centradas en el usuario. En este contexto, el abordaje de las enfermedades crónicas debe realizarse desde una mirada preventiva y de seguimiento, donde el componente nutricional cumple un papel fundamental.

El trabajo desarrollado desde el Centro Vida se enfoca en fortalecer capacidades en los adultos mayores, promoviendo decisiones informadas sobre su alimentación, el reconocimiento de factores de riesgo y la adopción de hábitos que favorezcan el control de sus enfermedades.

Asimismo, se reconoce que el proceso de atención no es estático, sino dinámico, por lo cual requiere evaluación constante, ajustes oportunos y acompañamiento permanente, especialmente en lo relacionado con el estado nutricional y la alimentación suministrada dentro del servicio.

3. Desarrollo de la primera intervención

El día 13 de abril de 2026 se llevó a cabo la primera intervención del Club de Hipertensos y Diabéticos, marcando el inicio de este proceso educativo y de acompañamiento.

Durante esta jornada se abordaron, en primer lugar, conceptos básicos relacionados con la hipertensión arterial y la diabetes mellitus, explicados de manera clara y adaptada al nivel de comprensión de los adultos mayores. Se hizo énfasis en qué son estas enfermedades, cómo se manifiestan, cuáles son sus principales riesgos y la importancia de mantenerlas controladas.

De igual forma, se generó un espacio de participación activa, en el cual varios de los asistentes compartieron sus experiencias personales frente a estas condiciones, lo que permitió enriquecer el encuentro y fortalecer el aprendizaje desde situaciones reales.

Adicionalmente, se socializó el funcionamiento del club, explicando que este se desarrollará de manera continua con encuentros programados dos veces por mes, abordando diferentes temáticas relacionadas con el autocuidado, la alimentación y el manejo de estas enfermedades.

4. Rol del profesional en nutrición y seguimiento

Dentro de esta estrategia, el rol del profesional en nutrición es fundamental, ya que permite realizar un acompañamiento técnico y continuo enfocado en el mejoramiento del estado de salud de los adultos mayores.

Desde este componente, se desarrollan acciones como:

- La valoración antropométrica, mediante la toma de peso y talla, como base para el análisis del estado nutricional.

- La educación nutricional, orientada a mejorar hábitos alimentarios y promover elecciones más saludables.

Este seguimiento permite identificar tanto casos de bajo peso como de sobrepeso, facilitando la toma de decisiones oportunas en la intervención nutricional.

5. Minuta alimentaria como herramienta de intervención

La alimentación suministrada en el Centro Vida constituye un componente clave dentro del manejo de las enfermedades crónicas, por lo cual la minuta alimentaria se concibe como una herramienta de intervención y no únicamente como un servicio de alimentación.

La construcción de la minuta responde a las necesidades de la población atendida, considerando aspectos como:

- Control en el consumo de sodio.
- Disminución de azúcares simples.
- Equilibrio en los grupos de alimentos.
- Preparaciones adecuadas para el adulto mayor.

Asimismo, es importante señalar que la minuta no es estática, sino que se encuentra sujeta a ajustes periódicos, los cuales se realizan con base en los resultados del seguimiento nutricional, permitiendo responder de manera más precisa a las condiciones de salud de los beneficiarios.

6. Cronograma de intervenciones del club

Con el fin de dar continuidad al proceso, se establece un cronograma de trabajo con una frecuencia de dos encuentros mensuales, en los cuales se abordarán diferentes temáticas:

Abril

13 de abril: ¿Qué es la hipertensión y la diabetes? (Actividad realizada)

27 de abril: Alimentación saludable en enfermedades crónicas

Mayo

11 de mayo: Control de porciones y horarios de alimentación

25 de mayo: Importancia de la actividad física en el adulto mayor

Junio

08 de junio: Lectura e interpretación de etiquetas nutricionales

22 de junio: Estrategias para reducir el consumo de sal y azúcar

Julio

06 de julio: Identificación de signos de alarma

20 de julio: Fortalecimiento del autocuidado y adherencia al tratamiento

Este cronograma podrá ajustarse de acuerdo con la dinámica del grupo y las necesidades identificadas durante el proceso.

7. Proceso de tamización nutricional – mes de mayo

Como parte del seguimiento integral, se tiene previsto realizar durante el mes de mayo una nueva jornada de tamización nutricional, la cual permitirá evaluar la evolución del estado nutricional de los adultos mayores.

Este proceso incluirá la toma de peso y talla, así como el análisis comparativo con mediciones anteriores, con el fin de identificar cambios relevantes.

A partir de esta valoración, se espera:

- Evidenciar ganancia de peso en aquellos adultos mayores que se encuentran en bajo peso.
- Identificar disminución o control del peso en usuarios con sobrepeso.
- Verificar la estabilidad en quienes presentan un estado nutricional adecuado.

Los resultados obtenidos permitirán fortalecer el proceso de intervención, realizar ajustes necesarios y orientar de manera más precisa las acciones desde el área de nutrición.

8. Conclusiones

La implementación del Club de Hipertensos y Diabéticos representa una estrategia importante dentro del proceso de atención integral al adulto mayor en el Centro Vida.

El desarrollo de espacios educativos periódicos, sumado al seguimiento nutricional mediante la valoración de peso y talla, permite generar intervenciones más efectivas y ajustadas a las necesidades de la población.

De igual manera, el ajuste continuo de la minuta alimentaria y el acompañamiento desde el área de nutrición contribuyen al control de las enfermedades crónicas y al mejoramiento de la calidad de vida de los beneficiarios.

La continuidad de este proceso será clave para evidenciar cambios sostenibles y fortalecer el cuidado integral de los adultos mayores.







AREA DE MANUALIDADES

1.INTRODUCCIÓN

Realizar actividades creativas, desde el tejido y la pintura hasta el reciclaje de materiales, permite al adulto mayor mantener la funcionalidad de sus manos, ejercitar la memoria y potenciar la concentración. Más allá de la destreza técnica, las manualidades ofrecen un espacio de expresión donde el adulto mayor puede volcar su identidad, sus recuerdos y su creatividad, transformando materiales simples en objetos con significado.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Actividad 1

DESCRIPCIÓN: Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

Promover el bienestar integral del adulto mayor, utilizando el color como herramienta para estimular funciones cognitivas, mejorar la salud emocional y mantener la destreza motriz fina.

Fecha: miércoles 25 marzo - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



Actividad 2

DESCRIPCIÓN Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

Este libro que los abuelos están realizando para guardar sus propios trabajos manuales, es una prueba física de capacidad: ver como crece su proyecto combate sentimientos de inmutabilidad o depresión.

Fecha: viernes 27 marzo - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



Actividad 3

DESCRIPCIÓN: Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

La creación de piezas con tapas exige mantener el enfoque durante periodos prolongados entrenando la paciencia y la concentración.

Fecha: miércoles 1 abril - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



Actividad 4

DESCRIPCIÓN: Alfabetización, trabajo estimulación cognitiva

Lograr que el adulto mayor identifique las vocales y su asociación fonémica.

Fecha: lunes 6 abril - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



Actividad 5

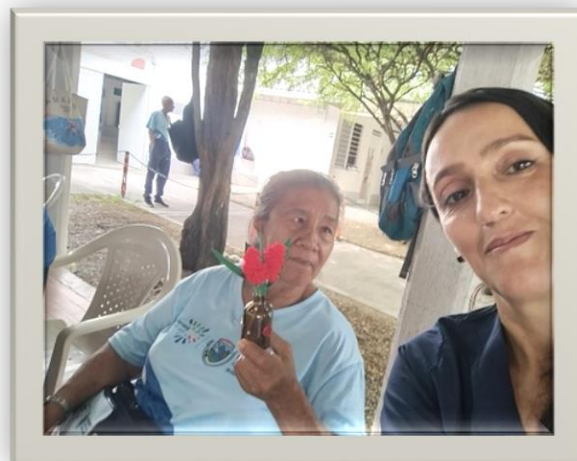
DESCRIPCIÓN: Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

Las flores en lana al ser objetos pequeños y flexibles, los errores se corrigen fácilmente, lo que evita que el adulto mayor se sienta incapaz.

Fecha: miércoles 8 abril - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



Actividad 6:

DESCRIPCIÓN: Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

El trabajo de manualidades específicamente el tejido de pulseras en hilo como el macramé, es una actividad enriquecedora para el adulto mayor, ya que combina la estimulación cognitiva con la destreza física de una manera lúdica y creativa.

Fecha: viernes 10 abril - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia fotográfica:



 Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofía. Roldanillo - Valle |  311 833 1938

Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano

FUNDESCUVAL

Actividad 7:

DESCRIPCIÓN: Pintura con colores, cortina en tapas de botella, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada.

Esta actividad del portarretrato en revista reciclada ayuda a disminuir los niveles de ansiedad y promueve la relajación.

Fecha: miércoles 15 abril - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



3. CONCLUSIONES

Podemos decir que las manualidades para el adulto mayor cuentan con muchas ventajas y sirven, además, para estimular la confianza personal, fortalecer la autoestima y favorecer el envejecimiento activo. Sin olvidar, que también sirve para ejercitar varias capacidades que se van deteriorando con el paso del tiempo.

1.INTRODUCCIÓN

En este documento se describe porque las actividades lúdicas juegan un papel muy importante en las personas mayores, además de diversión y entretenimiento ofrece oportunidad de activar el cuerpo y la mente, no importa si la actividad es cultural, deportiva, pedagógica y/o artística, nuestro objetivo siempre es contribuir al bienestar general y facilitar un entorno beneficioso para ellos porque el envejecimiento no tiene que ser necesariamente acompañado de limitaciones de movilidad o aislamiento social.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Actividad 1

DESCRIPCIÓN: ACTIVIDAD LUDICA CULURAL, CINE TERAPIA

Esa actividad recreativa y terapéutica que se realizó con las personas mayores consistió en la proyección de una película sobre superación persona. Todos estuvieron muy atentos fue un ambiente muy cómodo de mucho aprendizaje acompañado de un refrigerio posteriormente hubo un espacio para el dialogo se comentaron varias escenas socializaron reflexionaron sobre los valores, contaron anécdotas parecida a la película que les sucedió en su vida.

Hubo una retro alimentación muy positiva. Esta clase de espacios fomenta la estimulación cognitiva, eleva el estado de ánimo, fomenta el debate y la socialización posteriormente se hicieron pausas activas de movilidad articular con estiramiento suaves.

Finalizamos la jornada con juego de sapo y bingo.

Fecha: jueves 26 de marzo - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 2

DESCRIPCIÓN: ACTIVIDAD AL AIRE LIBRE, EJERCICIOS DE MOVILIDAD VITAL

Esta actividad consistió en hacer con las personas mayores una caminata por los alrededores del centro vida, combinando ejercicios de respiración, equilibrio y de equilibrio con su propio peso nos enfocamos en la movilidad articular, (cuello, hombro y tobillo). Fue un sendero seguro con acompañamiento para algunos de ellos, además la exposición al sol de una forma responsable les hace aporte de vitamina D, fue una actividad que disfrutaron mucho porque aportó bienestar emocional fomentó socialización la conexión con la naturaleza los motiva, la destreza, les aporta energía y aumenta su capacidad pulmonar durante después de la actividad se hidrataron en la arde juegos de mesa (bingo, sapo mándalas).

Fecha: lunes 30 de marzo - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 3

DESCRIPCIÓN: JUEGO DE LOGICA SUDOKU

Esta actividad se le hace entrega a las personas mayores de una fotocopia donde deben resolver un sudoku, primero se les explica muy bien cómo se debe llenar cada cuadrícula enseñándoles a cada uno según su capacidad de aprendizaje, deben colocar los numero del 1 al 9 cada uno debe aparecer una sola vez en cada fila, Columna cuadrado para que ellos observe muy bien, alguno de ellos completaron el sudoku por si solos otros con ayuda pero muy interesados en el tema les gustó mucho

la actividad se esforzaron para realizar el área. Esa clase de talleres fomenta la concentración previene el deterioro cognitivo y fomenta la paciencia, se inició el sudoku con niveles de dificultad bajos para así ir aumentando, se hicieron pausas activas de estiramiento, estimulación de la circulación y descansar la vista.

Fecha: martes 31 de marzo - 2026

Lugar: Centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 4

DESCRIPCIÓN: TALLER DE HIDROERAPIA, IMERSION DE PIES

En este taller se colocó una piscina inflable con agua ambiente donde las personas mayores sentados en sillas alrededor de la piscina sumergieron sus pies hasta la pantorrilla durante un tiempo estimado se hicieron suaves terapéuticos con estimulación sensorial, con movimientos de tobillo, rotación, flexión y extensión con elementos subacuáticos como pelotas de textura y lisas lo hicimos bajo la supervisión de la fisioterapeuta al realizar la actividad sentados evitando riesgos de caídas, el taller fue bien acogidos por parte de ellos y hubo una buena participación al finalizar les ayudamos a secar los pies y calzarlos. Los beneficios que trae esta clase de actividades es mejorar la circulación sanguínea, la relación muscular y aliviar la pesadez de las piernas, se hizo pausas activas de relajación y estiramientos, en las horas de la tarde juegos de mesa.

Fecha: martes 07 de abril - 2026

Lugar: Centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 5

DESCRIPCIÓN: GIMNASIA CEBRAL ENCUENTRA LAS DIFERENCIAS

En esta dinámica se entrega a cada adulto mayor una fotocopia con dos dibujos casa idénticos, donde debían localizar pequeños cambios objetos faltantes o variaciones en el dibujo, el desafío eran 12 diferencias que requerían analizar meticulosamente para identificarlas, comparando formas y posiciones de los objetos este taller fue muy dinámico y hubo mucha participación después debían colorear para terminar esta dinámica tiene muchos beneficios por que ayuda a mantener la mente ágil y activa, estimula la agudeza visual y genera nuevas conexiones neurológicas posteriormente se hizo pausas activas de relajación y estiramiento al finalizar juegos de mesa.

Fecha: jueves 09 de abril - 2026

Lugar: Centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 6:

DESCRIPCIÓN: TALLER DE CICOMOTRICIDAD GIMNACIA LUDICA CON GLOBOS

En este taller se le entrego a cada adulto mayor un globo que debía inflar para hacer ejercicios de fortalecimiento de músculos intercostales y diafragma para fortalecer su capacidad respiratoria. Posteriormente con el globo ya inflado se empezaron los ejercicios físicos por ser estos livianos y lentos permite realizar ejercicios de fuerza y movilidad articular sin riesgo de impacto ideales para trabajar sentados o en pie estos permiten adaptar el ejercicio a diferentes capacidades motrices, este taller es muy positivo por su entorno alegre y además muchos benéficos como mejorar la movilidad, la atención, el equilibrio y mejora la fuerza posteriormente se hicieron juegos de mesa (bingo y parques).

Fecha: jueves 13 de abril - 2026

Lugar: Centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 7:

DESCRIPCIÓN: BAILO TERAPIA ZUMBA AEROBICA

En esta dinámica con los adultos mayores es una variante de baja intensidad nos enfocamos en movimientos suaves, sin saltos ni impactos acompañados de ritmo latinos (merengue, cumbia, salsa, bachata y rumba etc.). Cada uno de ellos hace los ejercicios o baile según su propio ritmo o su condición física, sus habilidades y el ánimo que tenga ese día. Les agrada mucho porque es una manera divertida y dinámica de hacer actividad física el ejercicio incluye calentamientos, estiramientos funcionales, giros y marchas suaves es muy beneficioso por que reducen el estrés promueve la salud cardiovascular y se llenan de energía y alegría posteriormente se hicieron juegos de mesa.

Fecha: martes 14 de abril - 2026

Lugar: Centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 8:

DESCRIPCIÓN: TERTULIA LITERARIA TALLER DE LECTURA

Se hizo un encuentro grupal con los adultos mayores diseñados para compartir la lectura y el dialogo se entregó a cada uno una fotocopia de textos cortos (cuentos, fabulas, historias y relatos) cada uno debía hacer su lectura seguido de una charla moderada que permitió el intercambio de saberes entre ellos y respuestas que hacia el lector fue una actividad de mucho aprendizaje ya se respetaban todas las opiniones con un ambiente acogedor y tranquilo, en esta clase de talleres son beneficiosos por que fomentan la memoria, la atención, la estimulación cognitiva y fortalece la empatía y amistad. Posterior a esto se hizo pausas activas para activar la circulación y reducir la rigidez muscular al finalizar juegos de mesa.

Fecha: jueves 16 de abril - 2026

Lugar: Centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



3. CONCLUSIONES

En esta etapa de la vida, las actividades lúdicas son importantes porque se busca nuevas relaciones sociales, ocupar el tiempo libre para divertirse, relajarse, aprender a través del juego, la recreación y el esparcimiento. Amplían la expresión corporal, estimulan la concentración y la agilidad mental.

4. RECOMENDACIONES

Las principales recomendaciones dadas a las personas mayores son las siguientes:

- Higiene Postural
- Mantener la mente ejercitada
- Actividad Física según su necesidad
- Hidratación Constante
- Buena Respiración
- Cuidado del estado de ánimo
- Tener presente la línea #106
- Prevenir Caídas, seguridad en el hogar
- Acompañamiento
- Salud mental y cognitiva
- Descanso adecuado

AREA DE MANIPULACION DE ALIMENTOS

1. INTRODUCCION

La manipulación de alimentos es una actividad de gran importancia para la salud pública, ya que de ella depende en gran medida la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos. Una manipuladora de alimentos cumple un papel fundamental al garantizar que los productos sean preparados, almacenados y servidos bajo condiciones higiénicas adecuadas.

El presente informe tiene como propósito describir las funciones, responsabilidades y prácticas que debe seguir una manipuladora de alimentos, destacando la importancia de cumplir con las normas de higiene y seguridad alimentaria. Asimismo, se busca resaltar la necesidad de mantener hábitos adecuados que contribuyan a la protección de la salud de los consumidores y a la calidad de los alimentos.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1: LAVADO Y DESINFECCIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS

DESCRIPCIÓN:

Este proceso inicia con la selección de productos en buen estado, descartando aquellos que estén dañados, en mal olor. Posteriormente, se realiza un lavado inicial con abundante agua potable para retirar la suciedad visible.

Luego, las frutas y verduras se sumergen en una solución desinfectante autorizada, respetando las cantidades y el tiempo de contacto recomendado. Después de la desinfección, se enjuagan nuevamente con agua potable para eliminar residuos del desinfectante.

Fecha: marzo 27- 2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 2: ENTREGA Y DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

DESCRIPCIÓN:

se lleva a cabo la preparación como el corte, pelado y cocción, utilizando utensilios previamente limpios y desinfectados, esto cumpliendo teniendo en cuenta la minuta presentada por los días.

Durante la distribución, los alimentos se sirven de manera higiénica, evitando el contacto directo con las manos y utilizando elementos como pinzas, cucharones o

guantes. También se mantiene el orden y la limpieza en el área de servicio, garantizando una adecuada presentación de los alimentos.

Finalmente, en el momento de la entrega, se procura brindar un servicio organizado y seguro, cumpliendo con las normas de higiene y asegurando que cada porción sea adecuada. Este proceso contribuye a la satisfacción del consumidor y a la prevención de riesgos para la salud.

Fecha: marzo 27- 28-29-30-2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 3: LAVADO Y DESINFECCIÓN DE NEVERA

DESCRIPCIÓN:

Este proceso se realiza semanalmente e inicia con la desconexión del equipo, cuando es necesario, y el retiro de todos los alimentos almacenados, verificando su estado. Luego, se desmontan las partes removibles, como bandejas y compartimentos, para facilitar su limpieza.

Posteriormente, se realiza el lavado con agua y detergente, frotando todas las superficies internas y externas de la nevera, así como sus accesorios, para eliminar residuos de alimentos, grasa y suciedad. Después, se enjuaga con abundante agua para retirar el detergente.

Una vez limpio, se procede a la desinfección utilizando productos autorizados, asegurando cubrir todas las superficies y respetando el tiempo de acción recomendado.

Fecha: abril 10- 2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



ACTIVIDAD 4: LAVADO DE ESTUFA

DESCRIPCIÓN:

Este proceso inicia con el apagado de la estufa y, si es necesario, su enfriamiento para evitar accidentes. Luego, se retiran las parrillas, quemadores y demás partes removibles para facilitar su limpieza.

Posteriormente, se eliminan los residuos de alimentos y grasa acumulada en la superficie. Se procede al lavado utilizando agua y detergente, frotando adecuadamente todas las partes, tanto de la estufa como de sus accesorios, para asegurar una limpieza completa, dicho proceso se realiza diario después de la última elaboración de comida.

Fecha: abril 16- 2026

Lugar: Centro Vida

Evidencia Fotográfica



3. CONCLUSIONES

La correcta manipulación de alimentos es una responsabilidad fundamental que impacta directamente en la salud y bienestar de los consumidores. A lo largo de este informe se evidenció la importancia de aplicar buenas prácticas de higiene en cada etapa del proceso, desde el lavado y desinfección de utensilios, frutas y verduras, hasta la limpieza de equipos como la nevera y la estufa.

Se destaca el compromiso, la responsabilidad y el buen desempeño de la manipuladora de alimentos, quien cumple de manera adecuada con cada uno de los procedimientos establecidos. Su dedicación al mantener altos estándares de higiene, el uso correcto de los elementos de protección y el cuidado en la preparación, entrega y distribución de los alimentos, garantizan productos seguros y de calidad.

Asimismo, su trabajo constante contribuye a prevenir riesgos para la salud, evitando la contaminación y asegurando el bienestar de los consumidores. Estas acciones reflejan la importancia de su labor dentro del proceso alimentario y el impacto positivo que tiene en la comunidad.

En conclusión, la manipuladora de alimentos realiza un trabajo eficiente y responsable, demostrando compromiso con la seguridad alimentaria y fortaleciendo la confianza en el servicio brindado

1. INTRODUCCIÓN

La finalidad de la auxiliar de servicios mediante sus tareas es fundamental en múltiples contextos laborales en nuestra organización, ya que sus funciones de apoyo operativo orientadas al orden, aseo, adecuación y mantenimiento de insumos e instalaciones contribuyen a garantizar ambientes seguros, higiénicos y funcionales para el desarrollo de las actividades de la institución y el bienestar de propios y visitantes.

Dentro de sus funciones diarias se destacan el aseo general y el mantenimiento de áreas, espacios comunes, oficinas y dormitorios, al igual que el apoyo en la manipulación y distribución de alimentos; La gestión de suministros y recursos. Mediante estas actividades la auxiliar contribuye a crear un ambiente de trabajo seguro, limpio y organizado, lo que es fundamental para el bienestar institucional y la calidad del servicio.

Así mismo su cercanía con los usuarios permite mantener una comunicación asertiva, brindando un apoyo que va más allá de lo laboral y que contribuye a la creación de una experiencia positiva.

Este informe tiene como finalidad examinar y evaluar las prácticas de la auxiliar de servicios, destacando su adaptación a los protocolos de seguridad e higiene. El contexto de las actividades realizadas abarca desde y la aplicación de buenas prácticas en la recepción, limpieza y desinfección de utensilios y en las áreas de trabajo.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Actividad 1: Lavado y desinfección de las áreas del servicio.

Descripción: Se realiza diariamente en la mañana y tarde, donde primero se desinfecta con hipoclorito por un tiempo aproximado de 15 minutos y posteriormente se lavan con agua y jabón esto incluye: mesas, sillas, salón.

Fecha: lunes a viernes.

Hora: 7:30 am a 3:30 pm

Lugar: Salón

Evidencia Fotográfica:



Actividad 2: entrega de alimentos

Descripción: Después de la preparación de los alimentos se procede a emplatarlos y servirlos en las bandejas correspondientes para la entrega a los usuarios.

Fecha: lunes a viernes.

Hora: 7:00 am a 2:00 pm

Lugar: Cocina

Evidencia Fotográfica:



Actividad 3: Lavado general de toda el área de trabajo.

Descripción: Se realiza 2 veces en la semana cuando se finaliza la jornada (se barre, lava con desinfectante y trapea)

Hora: 2:30 pm a 3:00 pm

Lugar: salón.

Evidencia Fotográfica:



Actividad 4: lavado y desinfección de baños

Descripción: Se realiza lavado y desinfección con hipoclorito y jabón de los inodoros, paredes, pisos y lavamanos; de lunes a viernes 3 veces al día o cuando se requiera.

Hora: 8:00 am, 11 00 am, 2:30 pm

Fecha: lunes a viernes.

Lugar: Baños

Evidencia fotográfica:



Actividad 5: organización de sillas y mesas.

Descripción: ordenar y limpiar las sillas y mesas antes y después de servir el menú del día.

Hora: 7:30 am y 3:30 pm.

Fecha: lunes a viernes.

Lugar: comedor

Evidencia fotográfica:



Actividad 6: organización de habitaciones

Descripción: aseo general,(se barre, trapea, sacude, cambian sábanas y tienden las camas.

Hora: 10:00 am.

Fecha: lunes a Viernes.

Lugar: Habitaciones

Evidencia fotográfica:



CONCLUSIONES:

Para concluir las labores de la auxiliar de oficios varios en la institución resulta fundamental para conservar las condiciones adecuadas de higiene, seguridad y aseo, por ende, el bienestar integral de las personas adultas y de los colaboradores, ya que, mediante la ejecución oportuna de tareas de limpieza, organización, apoyo logístico y manejo adecuado de insumos, contribuye a mantener espacios seguros, higiénicos y confortables previniendo con esto la propagación de roedores y enfermedades.

Su buen desempeño asegura un entorno sano, limpio y ordenado para la atención de los adultos mayores que fortalece la calidad de vida de ellos y del personal institucional.

AREA DE ENFERMERIA

1. INTRODUCCIÓN

El presente informe tiene como finalidad detallar las actividades realizadas por la auxiliar de enfermería durante el mes de ABRIL en el centro vida/ día de todos y para todos. A través de este documento, se busca dejar constancia del trabajo desarrollado en las distintas áreas de atención, promoción, prevención y cuidado integral de los pacientes, así como también destacar los logros, dificultades y necesidades detectadas en el cumplimiento de las funciones asignadas, este documento describe la información legal y profesional de los registros de enfermería realizados en cada actividad del centro vida/día. Los registros aquí agregados representan una responsabilidad técnica, legal y administrativa, y son una prueba de la atención brindada. También destacamos que los registros deben ser identificables, ordenados, detallados y cronológicos para tener valor legal. Finalmente, proporcionamos información sobre los registros de manera objetiva, precisa, legible y simultánea a la atención del paciente, adicional se describen las actividades realizadas por parte de enfermería para la correcta ejecución de los procesos del centro vida/día Roldanillo.

ACTIVIDAD 1: CINE LUDICO/SALUDABLE

Descripción: El taller de **Cine Lúdico / Saludable** es una estrategia educativa y recreativa dirigida a los adultos mayores del Centro Vida Día, que busca promover

hábitos de vida saludables a través de la proyección de material audiovisual con contenido educativo y motivacional.

Durante la actividad, los participantes disfrutaron de la visualización de videos o cortometrajes relacionados con temas como la alimentación saludable, la actividad física, la salud mental y la prevención de enfermedades crónicas. Posteriormente, se desarrolla un espacio de diálogo y reflexión grupal donde los adultos mayores comparten opiniones, experiencias y aprendizajes, fortaleciendo así la interacción social y el pensamiento crítico.

Fecha y hora: 27/03/2026

Lugar: Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 2: DÍA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Descripción: En el marco del **Día Mundial de la Actividad Física**, se desarrolla un taller dirigido a los adultos mayores del Centro Vida Día, con el fin de sensibilizar sobre la importancia de mantenerse activos para conservar una buena salud.

La actividad incluye ejercicios físicos adaptados a sus capacidades, tales como estiramientos, caminatas, movimientos articulares y dinámicas recreativas. Además, se promueve un espacio de participación donde los asistentes comparten experiencias y reflexionan sobre los beneficios del ejercicio en su vida diaria.

Este taller busca fortalecer el autocuidado, mejorar la calidad de vida y fomentar el envejecimiento activo mediante actividades prácticas y lúdicas.

Fecha y Hora: 06/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 3: DÍA NACIONAL DE LA ATENCIÓN PRIMARIA (12/04/26)

Descripción: En el marco del Día Nacional de la Atención Primaria en Salud, se desarrolla un taller educativo dirigido a los adultos mayores del Centro Vida Día, con el propósito de resaltar la importancia de la atención primaria como primer nivel de contacto con el sistema de salud.

Durante la actividad se abordan temas relacionados con la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, el control de patologías crónicas y la importancia del cumplimiento de tratamientos médicos. Asimismo, se brindan orientaciones sobre el uso adecuado de los servicios de salud.

El taller se realiza mediante una metodología participativa, incluyendo charlas educativas, dinámicas grupales y actividades lúdicas, que facilitan el aprendizaje y fortalecen el autocuidado y la calidad de vida de los participantes.

Fecha y Hora: 10/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 4: SALIDA PEDAGOGICA

Descripción: La salida pedagógica fue una estrategia recreativa y educativa dirigida a los adultos mayores, que buscó generar espacios de esparcimiento, aprendizaje y fortalecimiento del autocuidado.

Durante la actividad, los participantes realizaron una caminata guiada en un entorno natural y recreativo, acompañada de ejercicios de estiramiento, pausas activas y dinámicas lúdicas. Asimismo, se brindaron orientaciones sobre hábitos de vida saludables como la alimentación, la hidratación y la actividad física.

Esta actividad favorece la socialización, mejora el estado de ánimo y contribuye al mantenimiento de la salud física y mental, promoviendo un envejecimiento activo y saludable.

Fecha y Hora: 14/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 5: SALIDA PEDAGOGICA PRO-CLUB HIPERTENSOS

Descripción:

La salida pedagógica dirigida a los integrantes del club de pacientes con **Hipertensión Arterial y Diabetes Mellitus** se llevó a cabo en un ambiente natural y recreativo, con el propósito de promover hábitos de vida saludable y fortalecer el autocuidado. La jornada inició con la organización del grupo y la verificación de las condiciones generales de salud de los participantes, brindando recomendaciones sobre hidratación, uso de ropa cómoda y protección solar. Posteriormente, se realizó una sesión de calentamiento con ejercicios de movilidad articular y estiramientos suaves, adaptados a las capacidades físicas de los adultos mayores.

Seguidamente, se desarrolló una caminata guiada a ritmo moderado, durante la cual se realizaron pausas activas para descanso, hidratación y control del estado físico de los asistentes. Durante el recorrido, se brindó educación en salud relacionada con la importancia de la actividad física, la alimentación saludable, el control de la presión arterial y los niveles de glucosa, así como la adherencia al tratamiento médico.

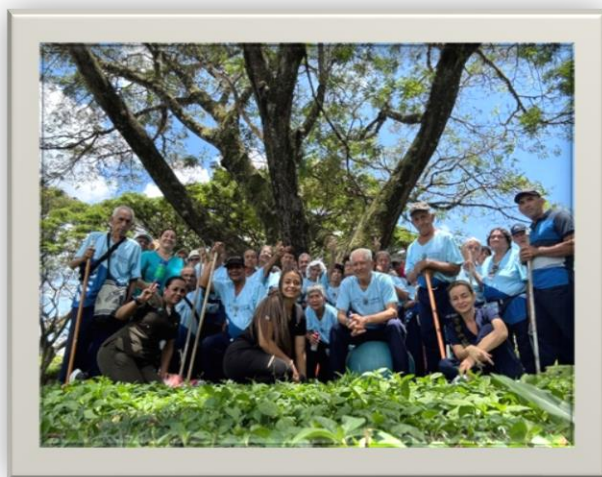
La actividad se complementó con dinámicas lúdicas y recreativas que favorecieron la integración grupal, el esparcimiento y el bienestar emocional de los participantes. Asimismo, se promovió el intercambio de experiencias, fortaleciendo el apoyo entre los integrantes del club.

Finalmente, se realizó el cierre de la actividad con una sesión de relajación y una reflexión grupal, en la cual se reforzaron los mensajes de autocuidado y la importancia de mantener hábitos saludables en la vida diaria.

Fecha y Hora: 17/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 6: DÍA NACIONAL DE LA CEFALEA

Descripción: En conmemoración del Día Nacional de la Cefalea, se realizó una actividad educativa y participativa dirigida a los usuarios, con el propósito de sensibilizar sobre la importancia del reconocimiento, prevención y manejo adecuado de los dolores de cabeza.

Durante la jornada, se brindó información clara y sencilla sobre qué es la cefalea, sus tipos más comunes (como la cefalea tensional y la migraña), sus causas frecuentes, factores desencadenantes y signos de alarma que requieren atención médica. Asimismo, se promovieron hábitos de vida saludable que ayudan a prevenir su aparición, tales como una adecuada hidratación, alimentación balanceada, buen descanso, manejo del estrés y la práctica regular de actividad física.

La actividad incluyó dinámicas lúdicas, ejercicios de relajación, pausas activas y recomendaciones prácticas para el autocuidado, fomentando la participación activa de los asistentes. Se resolvieron dudas y se incentivó a los participantes a adoptar conductas saludables para mejorar su calidad de vida.

Finalmente, se logró fortalecer el conocimiento de los usuarios sobre la cefalea, promoviendo la prevención y el autocuidado como herramientas fundamentales para el bienestar integral.

Fecha y Hora: 20/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 7: TALLER - DIABETES

Descripción: El taller de educación sobre diabetes es una actividad dirigida a los adultos mayores del Centro Vida Día, orientada a promover el conocimiento, el autocuidado y la prevención de complicaciones asociadas a la **Diabetes Mellitus**.

Durante la jornada se abordan temas fundamentales como la importancia de una alimentación saludable, el control de los niveles de glucosa, la adherencia al tratamiento médico, el uso adecuado de medicamentos (incluida la insulina) y la práctica regular de actividad física. Asimismo, se brindan recomendaciones sobre el monitoreo de la glucemia y la identificación de signos de alerta como hipoglucemia e hiperglucemia.

El desarrollo del taller se realiza mediante una metodología participativa, que incluye charla educativa, explicación práctica y actividades lúdicas, facilitando la comprensión de los contenidos y promoviendo la participación activa de los asistentes. Los adultos mayores tienen la oportunidad de expresar sus dudas, compartir experiencias y reforzar sus conocimientos.

Este espacio educativo busca fortalecer hábitos de vida saludables, mejorar la adherencia al tratamiento y contribuir a la prevención de complicaciones, favoreciendo así una mejor calidad de vida en los participantes.

Fecha y Hora: 21/04/2026

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 8: TOMA Y REGISTRO DE SIGNOS VITALES

Descripción: Teniendo en cuenta que los signos vitales son indicadores que reflejan el correcto funcionamiento del cuerpo. Se realizaron mediciones prácticas a los adultos mayores, sobre los principales signos vitales, como lo son frecuencia cardíaca, presión arterial, frecuencia respiratoria, temperatura corporal y saturación de oxígeno. Además, se realizaron

Fecha y Hora: Actividad diaria

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 9: ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS

Descripción: Administrar medicamentos a las personas mayores es una tarea que requiere de organización, precisión y cuidado, por tal motivo se realizan actividades diarias y con diferente vía de administración dependiendo la indicación médica asignada a cada usuario, se inicia el día administrando medicamentos antes del desayuno y después del mismo, se supervisa que cada medicamento sea ingerido con agua, se realiza un acompañamiento mientras los usuarios toman su medicamento, para escuchar y resolver cualquier duda e inquietud sobre su tratamiento.

Se realizan actividades de prevención y seguridad, realizando un control de la ubicación del medicamento, que este se encuentre fuera del alcance de otras personas y se comprueba regularmente las fechas de vencimiento para controlar medicamentos posiblemente caducados.

Fecha y Hora: Actividad Diaria

Lugar: Centro vida/día Roldanillo -valle

Evidencia Fotográfica:



Actividad 10: CURACIONES

Descripción: La actividad de curaciones se desarrolla de manera satisfactoria, brindando atención oportuna, humanizada y de calidad a las personas que presentaban lesiones menores, heridas crónicas o requerían seguimiento de tratamientos previos, La actividad permitió no solo mejorar físicamente el estado de las heridas, sino también fortaleciendo el vínculo entre el equipo de salud y los adultos mayores, promoviendo la confianza, la prevención y el cuidado continuo.

Fecha y Hora: cuando se requiere

Lugar: Roldanillo- valle

Evidencia Fotográfica:



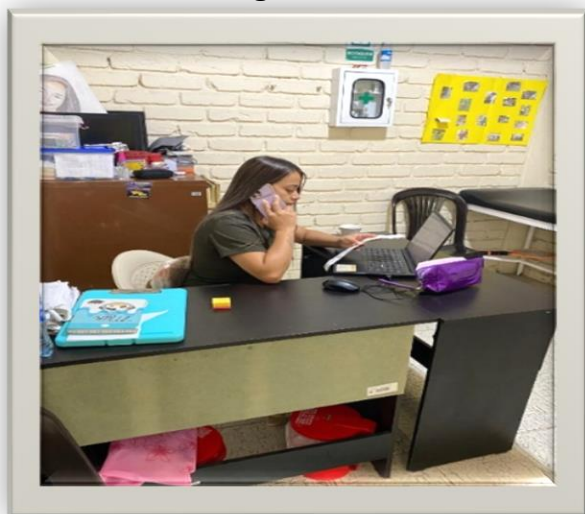
Actividad 11: SOLICITUD DE CITAS MEDICAS

Descripción: La actividad de acompañamiento en la solicitud de citas médicas tuvo un impacto positivo en la población adulta mayor, permitiendo mejorar el acceso a los servicios de salud y reducir las barreras tecnológicas, administrativas y comunicativas que muchas veces enfrentan. Ayudar a los adultos mayores a gestionar sus citas médicas no solo garantiza su acceso a la atención oportuna, sino que también fortalece su autoestima, independencia y derecho a una atención digna.

Fecha y Hora: cuando se requiere

Lugar: ROLDANILLO- VALLE

Evidencia Fotográfica:



CONCLUSIONES

Los cuidados básicos de enfermería en el centro vida/día Roldanillo ocupan tanto el bienestar físico como emocional de los pacientes, ya que ambos son fundamentales para garantizar el bienestar integral de los adultos mayores, todos los cuidados de enfermería permiten prevenir enfermedades, controlar patologías crónicas, promover el autocuidado y fortalecer la autonomía. A través de una atención humanizada, segura y constante, se mejoría en la calidad de vida de los beneficiarios y se favorece un envejecimiento digno y saludable.

4. RECOMENDACIONES

Entre las principales recomendaciones dadas a los abuelos en los talleres realizados en el centro vida/ día encontramos las siguientes:

1. Mantener rutinas diarias que aporten estructura y tranquilidad.
2. Mantener una alimentación balanceada, rica en frutas, verduras y proteínas y una correcta actividad física y de acuerdo a las posibilidades de cada usuario.
3. Hidratarse adecuadamente (mínimo 6-8 vasos de agua al día, salvo indicación médica distinta).
4. Asistir a sus controles médicos y seguir tratamientos o medicamentos al pie de la letra.
5. Evitar riesgos de caídas: usar calzado adecuado, evitar alfombras sueltas o superficies mojadas.
6. Protegerse del sol y del frío, según la estación.

AREA DE FISIOTERAPIA

1. INTRODUCCIÓN

El presente documento tiene como objetivo describir las actividades realizadas desde el día 25 de marzo al 16 de abril de 2026 por el área de Fisioterapia, encaminadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad en los adultos mayores que por su condición de vulnerabilidad, aislamiento o carencia de soporte social son beneficiarios de los servicios que se prestan en las instalaciones del Centro Vida/Día, del municipio de Roldanillo Valle del Cauca. El trabajo de la fisioterapia en el adulto mayor contribuye al mantenimiento de las cualidades motrices, educa en la prevención de lesiones, dirige procesos de fisio profilaxis y rehabilitación. Las actividades llevadas a cabo fueron diseñadas de acuerdo a las necesidades y capacidades encontradas en el grupo, teniendo en cuenta sus intereses y desempeño, con el fin de lograr una participación activa e incluyente, las actividades planteadas son de diversos tipos, seguras, dinámicas, con características de baja complejidad, baja intensidad y promuevan hábitos y estilos de vida saludable. Para el desarrollo de las actividades, el Centro Vida /Día, Roldanillo cuenta con una logística, implementos y suministros adecuados, que brindan inclusión, seguridad y bienestar a los participantes, de igual manera se cuenta con el apoyo continuo del grupo multidisciplinar durante el diseño y la ejecución de las mismas.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Actividad 1

DESCRIPCIÓN: EJERCICIO DE RITMO CON BAQUETAS

Las actividades rítmicas en adultos mayores combinan música, movimiento y estimulación cognitiva para mejorar la salud cardiovascular, coordinación, equilibrio y estado de ánimo. Se emplean instrumentos de percusión como baquetas de igual manera se lleva a cabo ejercicios de ritmo con las palmas y lo pies

Fecha: 26 de marzo- 2026

Lugar: centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 2

DESCRIPCIÓN: EJERCICIOS DE MIMICA FACIAL

Los ejercicios de mímica facial para adultos mayores buscan mejorar la movilidad, simetría y fuerza muscular del rostro, siendo ideales para rehabilitación (parálisis) o mantenimiento funcional. Se realizan frente de forma lenta y controlada, 2 veces al día, con 5-10 repeticiones por gesto

Fecha: 31 de marzo - 2026

Lugar: centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 3

DESCRIPCIÓN: HIDROTERAPIA – INMERSION EN PIES

La hidroterapia de inmersión de pies (o inmersión parcial de miembros inferiores) es una técnica terapéutica altamente efectiva para adultos mayores, utilizada para aliviar el dolor, reducir la rigidez y mejorar la movilidad en articulaciones como tobillos, rodillas y pies, a menudo afectada por artritis o artrosis. Se realiza en un entorno seguro, a menudo utilizando agua a medio ambiente para maximizar la relajación muscular y la circulación sanguínea

Fecha: 07 de abril de 2026

Lugar: centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 4

DESCRIPCIÓN: ACTIVIDAD FISICA AL AIRE LIBRE

La actividad física al aire libre en adultos mayores mejora la movilidad, fuerza, equilibrio y salud mental, reduciendo el estrés y la soledad. Se realizan actividades de bajo impacto como caminatas, adaptando siempre la intensidad a la condición física individual para garantizar seguridad.

Fecha: 08 de abril - 2026

Lugar: centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 5

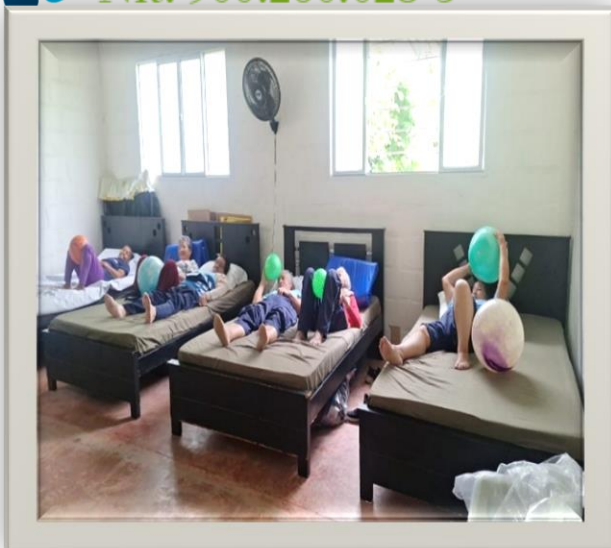
DESCRIPCIÓN: FORTALECIMIENTO MUSCULAR DE PISO PELVICO

El fortalecimiento del suelo pélvico en adultos mayores es crucial para prevenir la incontinencia urinaria/fecal y el prolapso de órganos (vejiga, útero, recto), mejorando significativamente su calidad de vida y autonomía. Ejercicios como los de Kegel fortalecen los músculos que sostienen la pelvis, reduciendo pérdidas de orina y mejorando el control intestinal, combatiendo la atrofia natural por la edad.

Fecha: 14 abril - 2026

Lugar: centro vida día - Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



Actividad 6:

DESCRIPCIÓN: FORTLECIMIENTO MUSCULAR CON BANDAS ELASTICAS

El fortalecimiento muscular con bandas elásticas en adultos mayores es una forma segura y efectiva de combatir la sarcopenia (pérdida de masa muscular), mejorando la movilidad, la fuerza y la independencia funcional. Se realizan ejercicios de bajo impacto para tren superior e inferior, como remos, extensiones de brazos y puentes de glúteos, usando bandas de resistencia ligera a media para proteger las articulaciones

Fecha: 16 abril - 2026

Lugar: centro vida día – Roldanillo

Evidencia Fotográfica:



3. CONCLUSIONES

Se observa un notable interés por parte del grupo en participar activamente en las actividades propuestas. La actividad física terapéutica para estos adultos mayores se prescribe con una intensidad leve, utilizando poco peso y realizando pocas repeticiones. Además, se incorporan intervalos prolongados de descanso para garantizar que no se afecte la estabilidad hemodinámica de los participantes, promoviendo así una experiencia segura y efectiva que respeta sus necesidades.

Los adultos mayores demuestran una notable capacidad para repetir y memorizar secuencias de movimientos en las coreografías, lo que les brinda múltiples beneficios, como la mejora de la memoria, la condición aeróbica, la reducción del estrés, el refuerzo de la coordinación, la activación de la circulación y una mayor conciencia corporal en el espacio. Además, los participantes trabajan en equipos cooperativos, enriqueciendo su vida social al fomentar el apoyo mutuo, la diversión y la motivación. Se observa también que el grupo posee una buena capacidad de comunicación y comprensión de las actividades propuestas, lo que contribuye a un ambiente dinámico y participativo.

Se destaca el excelente servicio integral proporcionado por el equipo multidisciplinario y las instalaciones del Centro Vida/Día para el Adulto Mayor de Roldanillo, que contribuyen de manera significativa al bienestar y la calidad de vida de sus beneficiarios. Este centro cuenta con una infraestructura completa y un acondicionamiento adecuado, así como una amplia oferta de servicios gratuitos. Estos incluyen alimentación, nutrición, orientación psicosocial, atención primaria en salud, ocupación productiva del tiempo libre, actividades lúdicas, manualidades, actividad física, recreación, cultura y construcción de redes sociales, entre otros, lo que enriquece la experiencia de los adultos mayores y fomenta su desarrollo integral.

4. RECOMENDACIONES

Se sugiere a los beneficiarios de Centro Vida/Día baños de sol regularmente. Se destaca que la luz solar es una fuente natural de vitamina D, la cual desempeña un papel vital en la absorción de Calcio y fósforo en el intestino, estos minerales son esenciales para mantener la densidad ósea y prevenir enfermedades como la osteoporosis y fracturas óseas, En las personas mayores mantener una adecuada salud ósea es crucial para evitar caídas y mejorar la movilidad. Se brinda información acerca de las recomendaciones para tomar baños de sol de manera segura.



ANEXOS

ITEMS	NOMBRE	# DOCUMENTO
1	ADAN CASTRO	6435623
2	ALBA MERY ROJAS DE MARIN	29923223
3	ALVARO ANTONIO MONCADA MARIN	2461582
4	ANA CLEOTILDE GALVIS DE ZAPATA	29187474
5	ANA DELFA CARDONA CALVO	38725073
6	ANA DOLORES FRANCO ORTIZ	29993406
7	ANAIS SEGURA DE PEDROZA	29770202
8	ANTONIO TAMAYO MEDINA	6485311
9	BERNARDO ANTONIO MORALES	6137515
10	BERNARDO RESTREPO OSORNO	4600715
11	BLANCA DELIA POVEDA	29769937
12	BLANCA OLGA MORALES	30342692
13	CARLOS MARIA PORTILLA	6436973
14	CARLOS HERNANDO RAMIREZ	6400573
15	CENELIA FLOREZ HOLGUIN	1113781918
16	DARIELLY ALFONSO RECIO	29770790
17	DARIO DE JESUS OSORIO	1113781192
18	DORA MARIA HENAO	29842684
19	ELIAS OSPINA ESPINOZA	6441388
20	ESNEDA SANCHEZ	29777965
21	FERNANDO GONZAGA PINEDA	6437525
22	FLOR IDALBA VALLEJO	29657612
23	FRANCISCO HELADIO ARENAS	6437949
24	GILBERTO OSPINA GOMEZ	70091428
25	GILDARDO DE JESUS AGUDELO	6435125
26	GILMA LUCIA SAENZ	29769961
27	GRACIELA OCHOA RODRIGUEZ	65781497

28	HECTOR FABIO HERRERA GONZALES	2733026
29	HENRY TORO ARENAS	6435814
30	IDALID ARENAS	29770073
31	ISIDRO TRIVIÑO ALMECIGA	6436334
32	ISRAEL MARIN DRADA	16248336
33	JESUS MARIA GARCIA GARCIA	2627257
34	JESUS MARIA LINARES	1349985
35	JOSE ABELARDO RIVERA	6256675
36	JOSE CLIMACO MARTINEZ	6437016
37	JOSE MANUEL PEREZ	16334390
38	JOSE SERVIO GIRALDO CHICA	2482246
39	JUDITH CASTILLO	29770868
40	JULIA RUTH	29768722
41	LEONOR POVEDA POVEDA	29771693
42	LETICIA FLOREZ	29186179
43	LIRIA NELLY FERNANDEZ DE FERNANDEZ	29193143
44	LUCRECIA ROJAS	66873961
45	LUZ MARINA CAJIGAS	29771548
46	MARIELA ALZATE DE RAMIREZ	29777436
47	MARIA ARLEY MORALES	29197605
48	MARIA AVANET VERA	29771983
49	MARIA CESAREA LEON DE BUSTAMANTE	29768954
50	MARIA DEL CARMEN LLANOS	29769615
51	MARIA DEL ROCIO VASCO	29769697
52	MARIA DORIS SEGURA	29769161
53	MARIA EUSEBIA GARCIA	29991433
54	MARIA ELVIRA OBANDO RENDON	29197507
55	MARIA ESNEDA VELEZ	29770432

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES
CENTRO VIDA
26 MARZO AL 16 DE ABRIL 2026**

FECHA	HORA	ACTIVIDAD
MARZO 26- 2026	8:AM	BIENVENIDA -RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30AM	ORACION -GRUPO DE TRABAJO
	9:00AM	DESAYUNO
	9:15	INICIO DE ACTIVIDAD
	9:15- 11:30	ACTIVIDAD ENFERMERIA (ACV) Pintura con colores, pintura en tela, cortina en tapas de botella reciclada, diario en material reciclado, manualidades en lana, porta retrato en revista reciclada
	11:30-11:40	DESCANSO Y LAVADO DE MANOS
	12:00 -12:30	ALMUERZO

VIERNES 27 DE MARZO	12:30 -2:00	JUEGO DE BINGO-JUEGO COGNITIVO
	2:30- 3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	8:AM	BIENVENIDA -RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30AM	ORACION -Grupo
	9:00	DESAYUNO
	9:15	PAUSA ACTIVA
	9:15-11:30	CINE LUDICO SALUDABLE (ENFERMERIA)
	11:30-11:40	DESCANSO -LAVADO DE MANOS
	12:00 – 12:30	ALMUERZO
	12:30-2:30	JUEGO BINGO- LUDICA
	2:30- 3:00	REFRIGERIO – DESPEDIDA
	<p> Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle  311 833 1938 Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano</p>	

LUNES 30 DE MARZO	8:00AM	BIENVENIDA -RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30	ORACION ((GRUPO DE TRABAJO)
	9:00	DESAYUNO
	9:15	INICIO DE ACTIVIDAD
	9:15-11:30	TOMA DE SIGNOS (ENFERMERAS)
	11:30-11:40	DESCANSO Y LAVADO DE MANOS
	12 :00-12:30	ALMUERZO
	12:30-2:30	CONTINUACION ACTIVIDAD FISICA (Lina María Jaramillo)
	2:30- 3:00	REFRIGERIO Y DESPEDI
MARTES 31 DE MARZO	8:00 AM	BIENVENIDA RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00AM	ORACION – ESTIRAMIENTOS
	9:00-	DESAYUNO

 Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle |
  311 833 1938

Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano

MIÉRCOLES 1 DE ABRIL	9:15-11:30	TALLER (FISIOTERAPIA GRUPAL) LINA JARAMILLO
	11:30 -11:40	DESCANSO PAUSA ACTIVA
	12:AM	ALMUEZO
	12:30 -2:30	CONTINUACION DE ACTIVIDAD (JUEGO BINGO)
	2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	8:00AM	BIENVENIDAY RECEPCION DELOS ABUELOS
	8:30-9:00AM	ORACION – (STELLA GIRALDO)
	9:00-11:30AM	TALLER MANUALIDADES (BEATRIZ MARTINEZ) PINTURA CON COLORES, PINTURA EN TELA, CORTINA EN TAPAS DE BOTELLA RECICLADA, DIARIO EN MATERIAL RECICLADO, MANUALIDADES EN LANA, PORTA RETRATO EN REVISTA RECICLADA
	11:30-11:40	DESCANSO Y LAVADO DE MANOS
	12:00-12:30	ALMUERZO
	12:30 -2:30	CONTINUACION ACTIVIDAD
	2:30-3:00PM	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	 Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle  311 833 1938	



Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano

LUNES 06- ABRIL	8:00AM	BIENVENIDA Y RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00AM	ORACION (GRUPO DE TRABAJO)
	9:00AM	DESAYUNO
	9:15-12:15	ALFABETIZACIÓN, TRABAJO ESTIMULACIÓN COGNITIVA (BEATRIZ MARTINEZ)
	12:15	DESCANSO Y LAVADO DE MANOS
	12:30 -1:00	ALMUERZO
	1:00 -2:30	JUEGOS COGNITIVOS
	2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
MARTES 7 DE ABRIL	8:00AM	BIENVENIDA Y RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00	ORACION (STELLA GIRALDO)
	9:00- 9:15	DESAYUNO
	9:30-11:30	(BEATRIZ MARTINEZ) TALLER MANUALIDADES
	11:30-11:40	DESCANSO -LAVADO DE MANOS
<p> Carrera 3 Norte #12B - 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle  311 833 1938</p> <p>Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano</p>		

MIERCOLES 08 DE ABRIL	12:00	ALMUERZO
	12:30 -2:30	JUEGO DE BINGO -SAPO
	2:30- 3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	8:00-8:30am	BIENVENIDA Y RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30 -9:00	ORACION (GRUPO)
	9:00:9:30	DESAYUNO
	9:30-11:30	PINTURA CON COLORES, PINTURA EN TELA, CORTINA EN TAPAS DE BOTELLA RECICLADA, DIARIO EN MATERIAL RECICLADO, MANUALIDADES EN LANA, PORTA RETRATO EN REVISTA RECICLADA
	11:30_ 11:40	DESCANSO (LAVADO DE MANOS)
	12:00	ALMUERZO
JUEVES 09 DE ABRIL	12:30-2:30	CONTINUACION DE LA ACTIVIDAD
	2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	8:00AM	BIENVENIDA -RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00	ORACION (GRUPO)

VIERNES 10 DE ABRIL	9:00AM	DESAYUNO
	9:15-11:30	CIRCUITOS DE MOTRICIDAD (PIEDAD GOMEZ)
	11:30-11:40	DESCANSO -LAVADO DE MANOS
	12:00	ALMUERZO
	12:30-2:30	JUEGO DE BINGO-SAPO
	2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	LUNES 13 DE ABRIL	8:00AM
8:30-9:00		ORACION(GRUPO)
9:15-11:30		TALLER EN ATENCION PRIMARIA (ENFERMERIA) (ANGELA HJORTUA MARINA GIRALDO)
11:30-11:40		DESCANSO -LAVADO DE MANOS
12:00		ALMUERZO
12:30-2:30		JUEGO BINGO- SAPO PAUSA ACTIVA
2:30-3:00		REFRIGERIO Y DESPEDIDA
8:00AM		BIENVENIDA Y RECEPCION DE LOS ABUELOS
8:30 -9:00		ORACION (GRUPO)
 Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle 		
 311 833 1938		

Fundación para el Desarrollo Económico, Social y Cultural Vallecaucano

MARTES 14 DE ABRIL	9:00	DESAYUNO
	9:30-11:30	CONFORMACION CLUB HIPERTENSOS Y DIABETICOS (GRUPO DE TRABAJO)
	11:30-11:40	DESCANSO – LAVADO DE MANOS
	12:00	ALMUERZO
	12:30-2:30	CONTINUACION DE ACTIVIDAD (TRABAJO COGNITIVO)
	2:30-3:00	REFRIGERIO- DESPEDIDA
	8:00AM	BIENVENIDA – RECEPCION GRUPO
	8:30_9:00	ORACION
	9:00	DESAYUNO
	9:30-11:30	(TALLER LINA JARAMILLO) (TALLER BEATRIZ MARTINEZ)
	11:30-11:40	DESCANSO PAUSA ACTIVA
	12:00	ALMUERZO
	12:30-2:30PM	JUEGO DE MESA
2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA	
MIERCOLES 15 DE ABRIL	8:00AM	BIENVENIDA RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00	ORACION
	9:00AM	DESAYUNO
	9:30-11:30	PINTURA CON COLORES, PINTURA EN TELA, CORTINA EN TAPAS DE BOTELLA REICLADA, DIARIO EN MATERIAL REICLADO, MANUALIDADES EN LANA, PORTA RETRATO EN (Beatriz Martínez)
	12:00	ALMUERZO
 Carrera 3 Norte #12B – 71 Barrio Villa Sofia. Roldanillo - Valle  11 833 1938		

JUEVES 16 DE ABRIL	12:30-2:30	CONTINUACION DE ACTIVIDAD
	2:30-3:00	REFRIGERIO Y DESPEDIDA
	8:00AM	BIENVENIDA-RECEPCION DE LOS ABUELOS
	8:30-9:00	ORACION GRUPAL
	9:00AM	DESAYUNO
	9:30-11:30	GIMNACIA SIN IMPACTO (PIEDAD GOMEZ) TOMA DE SIGNOS VITALES (ENFERMERIA)
	12:00	ALMUERZO
	12:30-2:30	JUEGOS DE MESA-CRUCIGRAMAS
	2:30-3:00	REFRIGERIO -DESPEDIDA

Stella Giraldo

Stella Giraldo
Psicóloga clínica
Directora Centro Vida/Día

FUNDESCUVAL

Nit. 900.260.028-5