INDEC Instituto de Deporte y Recreación de Caldas	**Informe de Actividades y/o productos del Contratista**

1. Información General:

NÚMERO DE CONTRATO:	PS-026-2026
CONTRATANTE:	INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CALDAS-INDEC
NIT:	800.019.147-1
NOMBRE DEL CONTRATISTA:	CAREN RUIZ RESTREPO
OBJETO:	PRESTACIÓN DE SERVICIOS POR SU PROPIA CUENTA Y RIESGO, SIN VÍNCULO LABORAL, COMO FORMADOR PARA APOYAR EL DESARROLLO DE LOS PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CALDAS – INDEC.
OTROSI	**N/A**
VALOR INICIAL:	QUINCE MILLONES TRESCIENTOS SETENTA Y DOS MIL PESOS M/L ($15.372.000)
ADICIÓN: 01	N/A
VALOR TOTAL	QUINCE MILLONES TRESCIENTOS SETENTA Y DOS MIL PESOS M/L ($15.372.000)
FECHA DE INICIO:	10 DE ENERO DEL 2026
PLAZO INICIAL:	EL PLAZO DEL PRESENTE CONTRATO SERÁ DE SEIS (6) MESES CONTADOS A PARTIR DEL CAMBIO DE ESTADO A “EN EJECUCIÓN” EN LA PLATAFORMA SECOP II Y, SIN EXCEDER EL 31 DE DICIEMBRE DE 2026.
AMPLIACIÓN 01:	N/A
PLAZO FINAL:	EL PLAZO DEL PRESENTE CONTRATO SERÁ DE SEIS (6) MESES CONTADOS A PARTIR DEL CAMBIO DE ESTADO A “EN EJECUCIÓN” EN LA PLATAFORMA SECOP II Y, SIN EXCEDER EL 31 DE DICIEMBRE DE 2026.
VALOR MENSUAL:	DOS MILLONES QUINIENTOS SESENTA Y DOS MIL PESOS M/L ($2.562.000)
CERTIFICADO DE DISPONIBILIDAD PRESUPUESTAL	26 DEL 06/01/2026
REGISTRO PRESUPUESTAL:	25 DEL 06/01/2026,
CERTIFICADO DE DISPONIBILIDAD PRESUPUESTAL ADICION:	N/A

Alcaldía de Caldas ANTIOQUIA
Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co

INDEC Instituto de Deporte y Recreación de Caldas	**Informe de Actividades y/o productos del Contratista**

REGISTRO PRESUPUESTAL ADICIÓN:	N/A
INFORME N°:	004
PERIODO:	DEL 01 DE ABRIL DEL 2026 AL 30 DE ABRIL DEL 2026
SUPERVISOR:	DARWIN ARNOLDO URREGO CARDONA

2. Obligaciones y /o Actividades del Contrato

ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DEL CONTRATO	DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DEL CONTRATO	EVIDENCIAS
1. Apoyar la ejecución de los programas de actividad física general asignadas por el Instituto de Deporte y Recreación de Caldas – INDEC, de acuerdo con las directrices impartidas por la entidad, garantizando oportunidad, calidad y cobertura a la comunidad beneficiaria.	Se brindó acompañamiento a las diferentes personas que frecuentaron el CPS, por medio del direccionamiento en los horarios de 4 pm a 5 pm los días lunes, 10 am a 3 pm los martes, 9 am a 1 pm los días miércoles, 5 am a 10 am los jueves y de 1 pm a 4 pm los viernes realizando sesiones de musculación.	

Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co
Alcaldía de Caldas ANTIOQUIA

2. Organizar, apoyar y liderar procesos de actividad física y aprovechamiento del tiempo libre, de conformidad con los lineamientos institucionales, ya sea en programas propios del INDEC o en aquellos en los que la entidad participe y/o articule con otras instituciones.	Realicé apoyo en las clase de la selección caldas de futbol femenino, los días miércoles y viernes de 6:30 pm a 10:30 pm, haciendo parte de la formación deportiva en nuestro municipio.	
3. Utilizar de manera adecuada herramientas tecnológicas, medios digitales y redes sociales, cuando así se requiera, con el fin de promover la práctica de la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre en el municipio, incluyendo la realización de actividades presenciales, grupales y/o virtuales.	Se brindó la información por redes sociales, para la población cercana haciendo de esto una difusión de los eventos, que se genera en el instituto de deportes (INDEC), de manera asertiva y con una buena comunicación.	

Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co
Alcaldía de Caldas ANTIOQUIA

4. Participar en las reuniones, capacitaciones y demás actividades convocadas por el Instituto.	Por parte de coordinación, de fomento y directivos se mantuvo la comunicación para establecer, orden en lo laboral, nuestro lugar de trabajo, se habló de las necesidades requeridas, nos brindan este espacio para formarnos como líderes, haciendo de este un buen servicio para la población del municipio. Reunión primaria el 13 de abril lunes.	
5. Elaborar y presentar oportunamente los informes mensuales de actividades, planes de trabajo, proyectos y demás documentos que le sean solicitados por el INDEC, directamente relacionados con la ejecución del contrato.	Se realizó la entrega de los informes mensuales solicitados por el instituto, mostrando con evidencias las actividades participativas, la asistencia, el cumplimiento con lo indicado a desarrollar. entregando informe de la implementación deportiva del CPS, la seguridad social, montando al SECOP ll. como lo indica el objeto contractual.	N/A

Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co

6. Apoyar la realización de mediciones, seguimientos y evaluaciones a la población impactada por los programas de actividad física, y presentar los informes técnicos correspondientes conforme a los lineamientos establecidos por la entidad.	Durante este mes se implementó en el CPS actividad de musculación, apoyando diferentes actividades del instituto y brindando a la población de nuestro municipio la oportunidad de obtener mejores hábitos saludables, por medio de ejercicio físico, priorizando siempre su bienestar.	
7. Brindar apoyo en la atención, orientación y asesoría a los usuarios, beneficiarios de los programas de actividad física del INDEC, actuando con respeto, honestidad, imparcialidad y trato digno, así como mantener relaciones cordiales y respetuosas con los servidores públicos y demás contratistas del Instituto.	Se brindó información a la comunidad acerca de los espacios generados en el CPS, de la disciplina deportiva de futbol femenino para ofrecer un mejor servicio al público. Dicha información se entrega de manera respetuosa y adecuada, orientando correctamente sobre las diferentes ofertas del instituto, tales como horarios, costos.	

Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co

8. Velar por el adecuado uso, cuidado y conservación de los implementos, insumos y escenarios deportivos que le sean asignados o estén bajo su responsabilidad.	En mi lugar de trabajo se promovió el cuidado y la protección de los espacios, transmitiendo cultura y enseñanzas de orden a quienes nos visitan. Ofrecí a la comunidad un ambiente adecuado y seguro que fomenta hábitos de autocuidado, convivencia y bienestar, contribuyendo así a mantener un mejor espacio para todos.	
9.Elaborar planes de entrenamiento deportivo para los usuarios del Centro de Promoción de la Salud - CPS, zona húmeda, clases musicalizadas y demás actividades de conformidad con sus condiciones físicas, necesidades particulares y los lineamientos técnicos establecidos, orientados a la promoción de la salud, el bienestar y la mejora de la condición física.	Enfoqué mis conocimientos para prestar un buen servicio en el cps, y en las canchas de futbol, cumpliendo con mis deberes generando un buen trabajo en equipo y apoyando mis compañeros para realizar actividades propuestas en el mes. Como lo indican mis obligaciones contractuales.	

Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Caldas
NIT. 800.019.147-1
Teléfono. 6043788500 opción 3 código postal 055440
Email: contactenos@indeccaldas.gov.co
indeccaldas@.gov.co
Alcaldía de Caldas ANTIOQUIA

OBSERVACIONES (En caso de tenerlas)

PERÍODO EJECUTADO:

- DEL 01 DE ABRIL DEL 2026 AL 30 DE ABRIL DEL 2026

VALOR A COBRAR: DOS MILLONES QUINIENTOS SESENTA Y DOS MIL PESOS M/L ($2.562.000)

Certifico que me encuentro al día en el pago de aportes relativos al Sistema de Seguridad Social Integral, de conformidad con el parágrafo 1º del artículo 23 de la Ley 1150 de 2007 y ley 100/93.

Periodo de cotización (mes)	N° de planilla	Pago Salud	Pago Pensión	Pago ARL	Total pagado en el periodo
MARZO	84437123	$218.900	$ 280.200	$ 42.700	$ 541.800

NOTA: El contratista realiza el pago de sus aportes mes vencido

Para constancia se firma en Caldas Antioquia, 30 de abril de 2026

NOMBRE: Caren Ruiz Rad.
C.C: 1026156418
Dirección: calle 140 sur Cr 45 C-51
Celular: 3226779136
Correo: Karensuper13@hotmail.com