1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

NOMBRES Y APELLIDOS	**JHEYSON DAVID ACEVEDO MONTES**			
NÚMERO DE CÉDULA	***1088331597***			
TIPO DE CONTRATO	Prestación de servicios		Obra o Labor	X
CARGO	*PROFESIONAL EN DEPORTE*			
PERIODO DEL INFORME	*9 AL 31 DE MARZO DE 2026*			
PROYECTO	Programa Centro Vida del Adulto Mayor Comuna Oriente			

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
1. Coordinar el Área Actividad Física- Recreación y Cultura del programa Centro Vida de Pereira Risaralda. En atención del 5to Eje Temático "**Envejecimiento saludable para una vida independiente autónoma y productiva en la vejez"**	En coherencia con la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 y la Ley 1276 de 2009, el Centro Vida Oriente desarrolló una serie de actividades deportivas, recreativas y culturales orientadas a promover el bienestar integral y mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Estas acciones impulsaron su participación activa, fortaleciendo procesos de envejecimiento saludable, digno y socialmente conectado. **Objetivo:** Fomentar el envejecimiento activo y el bienestar integral de las personas mayores a través de estrategias deportivas, recreativas y culturales, alineadas con los lineamientos establecidos por la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 y la Ley 1276 de 2009.	✓ Registro fotográfico ✓ Documentación Planes Clase – Reposa en DRIVE compartidos a la coordinación **Ver anexo 1**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES

Se realizo así:

FECHA	JORNADA	ACTIVIDAD	NOMBRE DE ACTIVIDAD	TOTAL F	TOTAL M	TOTAL
9/03/2026	A.M	Recreación	Actividad Lúdica de Bienvenida	18	8	26
10/03/2026	P.M	Deporte	Ejercicio Físico Dirigido	13	12	25
10/03/2026	P.M	Recreación	Ludoteca	17	8	25
11/03/2026	P.M	Deporte	Actividad Fisica Musicalizada	7	7	14
11/03/2026	P.M	Recreación	Movilidad Recreativa	15	7	22
12/03/2026	P.M	Deporte	Circuito Funcional	8	8	16
13/03/2026	A.M	Deporte	Ejercicio Cardio Vascular en Maquinas	16	7	23
16/03/2026	A.M	Deporte	Estimulación Muscular	17	7	24
17/03/2026	P.M	Deporte	Circuito Funcional	10	10	20

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS							EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	18/03/2026	A.M	Recreación	Lotería Lúdica para Adulto Mayor	12	6	18	
	18/03/2026	A.M	Deporte	Ejercicio Cardio Vascular en Maquinas	12	6	18	
	19/03/2026	P.M	Deporte	Ejercicio Físico Dirigido con Banda Elástica	9	9	18	
	20/03/2026	A.M	Deporte	Actividad Física Musicalizada	16	7	23	
	24/03/2026	A.M	Deporte	Ejercicio Físico Dirigido	14	8	22	
	24/03/2026	P.M	Cultura	Apoyo Encuentro Intergeneracional	33	22	55	
	25/03/2026	P.M	} Deporte	Ejercicio Fisico Dirigido	8	8	16	

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES

			con Balones			
25/03/2026	P.M	Recreación	Minigolf	14	7	21
26/03/2026	P.M	Deporte	Estimulación Muscular	9	8	17
27/03/2026	A.M	Deporte	Actividad Física Musicalizada	14	7	21
30/03/2026	A.M	Deporte	Taller "Pausas Activas"	17	7	24
31/03/2026	P.M	Deporte	Ejercicio Cardio Vascular en Maquinas	10	10	20

<table>
<tr><th>OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th></tr>
<tr><td>2. Seguimiento a los procesos misionales según lo establecido en el documento denominado “Manual de Gestión Administrativa”</td><td>Durante el periodo, se desarrollaron los procesos misionales del área de deportes, lo que incluyó el seguimiento a procesos cualitativos y cuantitativos, y el cumplimiento del cronograma semanal. Toda la documentación correspondiente fue entregada de manera oportuna a la coordinación del programa.

Objetivo:
Garantizar la ejecución eficiente y la entrega oportuna de los procesos misionales del área de deportes a la coordinación del programa, fortaleciendo la organización, el cumplimiento institucional y el bienestar integral de los beneficiarios.</td><td>✓ Documentación de área de deportes, reposa en Google DRIVE compartidos a la coordinación y en el presente informe.</td></tr>
<tr><td>3. De ser requerido, y ante una detección oportuna de alguna patología, o accidente durante la realización de actividades realizar Remisiones Externas Interinstitucionales</td><td>Durante el periodo no se recibieron remisiones externas interinstitucionales, pero si se recibió una remisión interna interdisciplinaria del área de fisioterapia

<table><tr><th>Jornada</th><th>Nombre</th><th>Cedula</th><th>Motivo de Remisión</th><th>Estado de Remisión</th><th>Recomendación</th><th>Fecha</th></tr><tr><td>AM</td><td>Elías Soto Arias</td><td>10087471</td><td>Antecedentes quirúrgico por columna cervicodorsal</td><td>Abierto</td><td>A.F en medio Acuático</td><td>26/03/2026</td></tr></table></td><td>✓ Remisión Interna</td></tr>
<tr><td>4. Construir e implementar los Planes de Atención Integral de los usuarios del Centro Vida de acuerdo con lo establecido en: Resolución Minsalud 055/2018</td><td>En cumplimiento de la Resolución 055 de 2018 del Ministerio de Salud y Protección Social, se implementa el Plan de Atención Integral para las personas mayores, fundamentado en el análisis de los resultados obtenidos a partir de las valoraciones físicas y de autonomía realizadas por el área de deportes. Estas evaluaciones se desarrollan de manera periódica, conforme a las necesidades detectadas, con el objetivo de garantizar intervenciones oportunas, adaptadas a la condición funcional de cada beneficiario y orientadas a su bienestar integral.

Objetivo:</td><td>✓ Planes de atención integral del área de deportes, reposa en Google DRIVE compartidos a la coordinación</td></tr>
</table>

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	Desarrollar e implementar el Plan de Atención Integral dirigido a personas mayores, a partir de valoraciones sistemáticas de su condición física y nivel de autonomía, promoviendo su bienestar mediante acciones planificadas, personalizadas y supervisadas técnicamente por el área de deportes. • Para este periodo el plan de Atención Integral se encuentra en su fase de desarrollo inicial.	
5. Promoción de hábitos y estilos de vida saludables mediante programas de actividad física, recreación y cultura, teniendo en cuenta el énfasis de línea de trabajo, todo con la obligación de estructurar el plan de clase para cada actividad desarrollada.	Se promueven hábitos y estilos de vida saludables a través de programas de actividad física, recreación y cultura, garantizando la elaboración y aplicación de planes de clase detallados para cada una de las sesiones desarrolladas. Se implementó la actividad física musicalizada y aeróbica con el propósito de mejorar las condiciones rítmicas, coordinativas, cognitivas y generar estímulos cardiovasculares y musculares al son de melodías y ritmos acordes para el grupo etario y sus especificidades físicas. (Línea de acción 2) **Objetivo**: Fomentar hábitos y estilos de vida saludables en las personas mayores mediante la ejecución de programas de actividad física, recreación y cultura, con énfasis en el fortalecimiento muscular y cardiaco. Para ello, se adopta la actividad física musicalizada y aeróbica como estrategia principal de intervención, orientada a mejorar las capacidades funcionales y favorecer un envejecimiento activo y saludable	✓ Registro fotográfico ✓ Planes clase (Formato) ✓ Documentación planes clase reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación. **Ver anexo 2**

<table>
<tr><th>OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th></tr>
<tr><td></td><td>Se realizaron las siguientes actividades:
<table>
<tr><th>FECHA</th><th>JORNADA</th><th>ACTIVIDAD</th><th>ACTIVIDAD</th><th>TOTAL F</th><th>TOTAL M</th><th>TOTAL</th></tr>
<tr><td>11/03/2026</td><td>P.M</td><td>Deporte</td><td>A.F Musicalizada</td><td>7</td><td>7</td><td>14</td></tr>
<tr><td>19/03/2026</td><td>P.M</td><td>Deporte</td><td>A.F Musicalizado</td><td>9</td><td>9</td><td>18</td></tr>
<tr><td>20/03/2026</td><td>A.M</td><td>Deporte</td><td>A.F Musicalizada con Bastón</td><td>16</td><td>7</td><td>23</td></tr>
<tr><td>25/03/2026</td><td>A.M</td><td>Deporte</td><td>A.F Musicalizada con Banda elástica</td><td>14</td><td>7</td><td>21</td></tr>
</table></td><td></td></tr>
<tr><td>6. Realizar las valoraciones que establezcan la salud desde la funcionalidad, evaluando la autonomía e independencia, aplicándose los siguientes instrumentos: Escala de Tinetti - Escala de Lawton al 100% de la población que lo requiera.</td><td>Para este período se realiza el cargue de la herramienta de Línea Base con el histórico de valoraciones PAR-Q. Se iniciará en el próximo período la aplicación de las valoraciones requeridas utilizando los formatos establecidos.</td><td>✓ Documentación reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación

Ver anexo 3</td></tr>
</table>

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
7. Apoyar la realización de la estrategia denominada: "Encuentros Intergeneracionales" y **"Escuelas de Familias"**	Se realizó el encuentro intergeneracional denominado **"Compartiendo vida y deporte"** el día 24 de marzo de 2026, en el cual se brindó apoyo logístico y se llevó a cabo la dirección de actividades enfocadas en juegos tradicionales y deportivos.	✓ Registro fotográfico. **Ver anexo 4**
8. Participar en las visitas de evaluación y seguimiento que llevan a cabo la secretaria de Desarrollo Social y político Municipal, secretaria de Salud Municipal y las secretarias Departamentales de Salud y Desarrollo Social.	En el presente mes contractual no se presentaron actividades para el presente alcance.	N/A
9. Participar en las reuniones técnicas de equipo de trabajo y capacitaciones.	Se participó activamente en las reuniones técnicas del equipo de trabajo, en las capacitaciones programadas desde la coordinación, y en las demás reuniones solicitadas con el objetivo de fortalecer el conocimiento y mejorar la ejecución de las actividades, contribuyendo al desarrollo continuo del programa. Se realizo así: ***FECHA*** / ***TEMA DE REUNION*** / ***# ACTA*** *17/03/2026* — Reunión Grupo Rojo PM — 16 *18/03/2026* — Reunión Equipo de Trabajo y Capacitación Base de Datos — 10 *24/03/2026* — Reunión Area de Deportes — 20	✓ Registro fotográfico ✓ Actas **Ver anexo 6**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
10. Realizar talleres de hábitos y estilos de vida saludables, entre otros. Debiendo estructurar la ficha del taller del tema desarrollado.	El 30 de marzo de 2026 se llevó a cabo el taller de **"Pausas Activas"**, dirigido a todos los beneficiarios del programa. Durante la jornada se desarrollaron diversas actividades enfocadas en ejercicios de movilidad articular, estiramientos y activación corporal, con el fin de promover hábitos saludables, prevenir el sedentarismo y mejorar el bienestar físico de los participantes, fomentando además la integración y la participación activa en un ambiente de convivencia. **Objetivo:** Promover la activación física mediante pausas activas que favorezcan la movilidad, prevengan el sedentarismo y contribuyan al bienestar integral de los beneficiarios.	✓ Registro fotográfico ✓ Ficha Taller. **Ver anexo 7**
11. Realizar el apoyo y acompañamiento solicitado por los integrantes del equipo de trabajo en las actividades que sean transversales y masivas del programa.	Se brindó apoyo y acompañamiento a las áreas que lo requirieron, incluyendo las actividades realizadas los sábados.	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 8**
12. Apoyar la ejecución de las demás actividades administrativas, operativas y de apoyo.	Se proporcionó apoyo y acompañamiento en actividades operativas y administrativas, destacándose el respaldo al servicio diario de ruta. Durante el mes de marzo de 2026 se realizó apoyo de la siguiente manera: • Del 9 al 14 de marzo (SEMANA 1) – Apoyo servicio de ruta • Del 16 al 21 de marzo (SEMANA 2) – Apoyo servicio de ruta • Del 23 al 28 de marzo (SEMANA 3) – Apoyo servicio de ruta • Del 30 al 31 de marzo (SEMANA 4) – Apoyo servicio de ruta	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 9**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
13. Realizar el registro de: Actividades Individuales y Masivas, según aplicativo desarrollado para tal efecto.	Se llevó a cabo el registro continuo de actividades individuales y masivas cada vez que se realizaron, utilizando la herramienta desarrollada específicamente para este propósito por el área de sistemas.	✓ Registro fotográfico ✓ Registro Drive de la herramienta. **Ver anexo 10**

3. EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
Realizar test de valoraciones establecido	Realizar el total de test a beneficiarios requeridos.	Número de valoraciones realizadas.	(# de test realizados x 100) / # de beneficiarios requeridos	Anual. (Se condiciona por incapacidad física o mental mayor a 10 días del beneficiario, en tal caso se realizará nueva medición)	**No iniciado**	Para este período se realiza solo el cargue de la herramienta de Línea Base con el histórico de Valoraciones PAR-Q. Se iniciará en el próximo período la aplicación de las valoraciones requeridas, utilizando los formatos establecidos.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
Realizar análisis y tabulación de test establecido	Realizar total de análisis y tabulación a test aplicados.	Número de análisis y tabulación realizadas.	(# de test realizados x 100) / # de análisis y tabulacialcanzada.	Anual. (Se condiciona por incapacidad física o mental mayor a 10 días del beneficiario, en tal caso se realizará nueva medición)	**No iniciado**	Para este período se realiza solo el cargue de la herramienta de Línea Base con el histórico de valoraciones PAR-Q. Se iniciará en el próximo período la aplicación de las valoraciones requeridas, utilizando los formatos establecidos.
Cumplir con las actividades programadas en el cronograma establecido por el área para el período correspondiente	Alcanzar y/o superar el 80% de actividades programadas entre deportivas, recreativas y culturales en el periodo del 3 de mayo al 2 de junio.	Actividades realizadas	(# actividades hechas x #de actividades programas) / 100	Mensual	86%	**Actividades realizadas:** • 83 deportivas de 78 proyectadas. • 41 recreativas de 42 proyectadas. • 16 culturales de 42 proyectadas. • 3 Act. piscinas de 4 proyectadas. • 1 reuniones de equipo de 2 proyectadas. • 1 reuniones interdisciplinarias de 1 proyectadas. • 6 actividad documentales de 6 proyectadas. • 1 taller de 1 proyectado

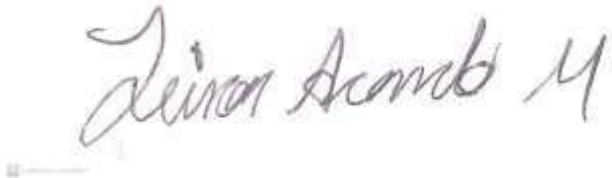
OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
						Meta: 129 actividades (80%). **(Entre deportivas, recreativas y culturales)** • Actividades proyectadas 162 • Actividades realizadas 140 • **Alcanzado: 86%** Se alcanza meta del objetivo.
Asistir a las capacitaciones y/o reuniones solicitadas	Asistir al 100% de las capacitaciones y/o reuniones solicitadas	Número de capacitaciones y/o reuniones asistidas	(# de capacitaciones y/o reuniones x # de capacitaciones y/o reuniones programas) / 100	Mensual	40 %	**Se asiste a 3 capacitaciones y/o reuniones de 7 programadas.**
Contar con nivel de satisfacción igual o mayor a sobresaliente en el área de deportes por parte de los beneficiarios	Alcanzar nivel de satisfacción > a 30 en percepciones del área de deportes	Percepción de los beneficiarios sobre las actividades del área de deportes (Deficiente-Insuficiente – Aceptable – Sobresaliente - Excelente)	Encuesta abierta a 60 usuarios aleatorios. Suma del número de percepciones sobresaliente y excelentes. Escala: 0-10 Defici. 11 a 20 Insuf. 21 a 30 Acep. 31 a 40 Sobr. 41 a 50 Exce.	Julio y Diciembre	No Aplica	No Aplica para este periodo.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- **Equipamiento del Gimnasio**
  Se recomienda mejorar los equipos y maquinarias para dar continuidad y brindar un mejor servicio en el área de fortalecimiento muscular ya que se evidencia pocos equipos para la cantidad de usuarios que se atienden de manera grupal y a la hora de ejecutar las actividades los usuarios manifiestan inconformidad por tener que esperar para hacer rotación de la maquinaria

- **Espacios para las Actividades**
  Se sugiere ampliar las jornadas de atención en instalaciones fuera del CVO cercanas como lo son cancha y mirador, ya que los usuarios manifiestan sentirse muy apretados y con poco espacio para la ejecución de las actividades recreativas, deportivas y de actividad física. Por lo cual se recomienda evaluar permisos para poder asistir a estos lugares más amplios y que permiten un mejor desarrollo de las actividades.

Para constancia, se firma en la ciudad de Pereira Risaralda, a los dos (31) días del mes de marzo del año 2026.



Jheyson David Acevedo Montes
Cédula: 1088331597
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación **|** C.T.A MULTISER
E-mail: Jdam12295@gmail.com
Celular: + 57 3205141040