



INFORMACIÓN DE LA REUNIÓN

N° Acta: \_\_\_\_\_ Fecha: 22/04/26 Hora Inicio: 8:00 am Hora Fin: 9:00 am

Lugar: Centro día

Objetivo(s): Actividad Física y Recreativa

Dependencia Responsable: Secretaria de Familia

Responsable Elaboración o Transcripción: Activarte S.A.S

TIPO: ☒ Externa (con la Comunidad) ☐ Interna (con los funcionarios)

LISTADO DE ASISTENTES

| NOMBRES Y APELLIDOS      | ENTIDAD / DEPENDENCIA | CARGO        | CORREO | TELÉFONO    | FIRMA   |
|--------------------------|-----------------------|--------------|--------|-------------|---------|
| Florez Fernandez         | Centro día            | Participante | —      | 3194048281  | [Firma] |
| Maria del Carmen Bonilla | Centro día            | Participante | —      | 3105070007  | [Firma] |
| Blanca Carrizosa         | Centro día            | Participante | —      | 314 37 8512 | [Firma] |
| Maria Ines Carrizosa     | Centro día            | Participante | —      | 3133221213  | [Firma] |
| Maria Lourdes C. Jerez   | Centro día            | Participante | —      | 3124307428  | [Firma] |
| Josefina Bueda           | Centro día            | Participante | —      | 3156998080  | [Firma] |
| Berenice Guzmán          | Centro día            | Participante | —      | 3138706266  | [Firma] |
| Blanca Lilia Caza        | Centro día            | Participante | —      | 3194954399  | [Firma] |
| Carlos Rubio             | Centro día            | Participante | —      | 3019333066  | [Firma] |
| Graciela Rojas           | Centro día            | Participante | —      | 3106296749  | [Firma] |
| Antonio Bubiango         | Centro día            | Participante | —      | 319056613   | [Firma] |
| Gloria Solano            | Centro día            | Participante | —      | 3202132736  | [Firma] |
| Carmen Sanchez           | Centro día            | Participante | —      | 304 310771  | [Firma] |
| Blanca Metallana         | Centro día            | Participante | —      | 3144462035  | [Firma] |
| Victor gualterao         | Centro día            | Participante | —      | 3148168990  | [Firma] |
| Blanca Santomaria        | Centro día            | Participante | —      | 3224232077  | [Firma] |
| Valeria Gutierrez        | Centro día            | Participante | —      | 3224376194  | [Firma] |



ORDEN DEL DIA

- Bienvenida al satélite
- Desarrollo de sesión
- Cierre de acta

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Objetivo: Realizar Sesión de actividad física recreativa para el satélite de villa maria en horario de la mañana.

- Inicio de sesión con movilidad articular y calentamiento muscular. Exploración de la actividad y ejercicios con el método tabata para el fortalecimiento corporal.

- Ejercicios sencillos con elemento para fortalecer brazos, espalda y abdomen, piernas y glúteo.

- Estramiento para terminar la sesión

- En esta sesión participaron 47 adultos mayores, siendo 24 hombres y 43 mujeres, en un rango aprox de edad de 60-82 años

COMPROMISOS ADQUIRIDOS

| COMPROMISO                                                           | RESPONSABLE     | FECHA ENTREGA | FIRMA |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|-------|
| Supervisar el cumplimiento de la sesión, Srta secretaria de familia. | binna rodriguez |               |       |
| Dar cumplimiento al desarrollo de sesión, Srta instructora           | Wendy Rincon    |               |       |