ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Caminata		
ACTIVIDAD	Unidos en el camino		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
02/02/2026	09:00 a.m.	10:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Promover la recreación, el ejercicio físico y la socialización de los adultos mayores a través de una caminata saludable, fomentando hábitos de vida activa y el bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 8:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Unidos en el camino". La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través de caminatas.

El objetivo fundamental de la caminata en el adulto mayor es mejorar la salud física y mental, prevenir y controlar enfermedades crónicas como las cardíacas y la diabetes, aumentar la fuerza muscular y el equilibrio para reducir el riesgo de caídas, mantener un peso saludable y fomentar la autonomía y el bienestar general.

- **Salud física:** Fortalece los músculos, los huesos y las articulaciones, lo que mejora la funcionalidad, la agilidad y reduce el riesgo de caídas y fracturas, al mismo tiempo; ayuda a mantener un peso saludable, mejora la circulación sanguínea y la salud del corazón; ayudando a prevenir enfermedades.
- **Salud mente y bienestar:** Reduce el estrés, la ansiedad y los síntomas de depresión al liberar endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo y la autoestima, además Estimula la memoria y la función cognitiva, lo que ayuda a prevenir el deterioro cognitivo y enfermedades como el Alzheimer.

Durante la caminata se realizaron ejercicios de estiramiento y pausas activas orientadas al fortalecimiento físico y emocional de los adultos mayores. La jornada se desarrolló en un ambiente de alegría, integración y respeto, promoviendo la participación de todos los participantes. Siendo las 9:00

a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Los adultos mayores participaron activamente, demostrando entusiasmo y disposición durante todo el recorrido.
- La caminata contribuyó al fortalecimiento físico y emocional de los participantes.
- Se recomienda continuar implementando este tipo de actividades de forma periódica, por sus múltiples beneficios en la calidad de vida de los participantes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Santo Rosario		
ACTIVIDAD	Renovando nuestra fe		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
04/02/2026	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la espiritualidad, el fortalecimiento de la fe y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante la realización del Santo Rosario, generando un espacio de reflexión, oración y unión comunitaria.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Renovando nuestra fe", dirigida a los adultos internos del centro; la jornada dio inicio con una breve bienvenida a los adultos mayores, resaltando la importancia de mantener viva la fe y la devoción. Posteriormente, se inició el rezo del Santo Rosario, guiado por Carmelita Galindo perteneciente al grupo de oración "La legión de María" de la iglesia Santa Ana del municipio de Yaguará.

Durante la oración, se realizó la lectura de los Misterios Gloriosos donde se relatan la Resurrección y los episodios posteriores que celebran la victoria sobre el pecado y la muerte, así como la exaltación de Jesús y de María; acompañados de cantos religiosos y momentos de silencio para la meditación personal. Los adultos mayores demostraron gran compromiso y recogimiento espiritual, compartiendo intenciones personales por la salud, la familia y la comunidad. Rezar el rosario en la edad adulta puede tener varios objetivos y beneficios espirituales. Algunas razones comunes incluyen:

- Oración y reflexión: El rosario es una forma de oración meditativa que permite a los adultos reflexionar sobre la vida de Jesucristo y la Virgen María, cada misterio proporciona un tema para la meditación y contemplación.
- Fortalecimiento de la fe: La repetición de las oraciones del rosario y la contemplación de los misterios pueden ayudar a fortalecer la fe de los adultos, proporcionando un tiempo dedicado a la conexión espiritual.

- Paz y consuelo: Rezar el rosario puede ofrecer paz interior y consuelo en momentos de dificultad. La práctica constante puede ayudar a enfrentar desafíos con una perspectiva espiritual.
- Intercesión y petición: Muchas personas rezan el rosario para interceder por ellos mismos, sus seres queridos o por el mundo en general. También es común realizar peticiones especificas durante la oración del rosario.
- Crecimiento espiritual: La práctica regular del rosario puede contribuir al crecimiento espiritual al proporcionar una estructura para la oración y la reflexión, ayudando a los adultos a profundizar en su relación con Dios.

Finalizado el rezo, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual, promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad permitió fortalecer la espiritualidad de los adultos mayores, promoviendo la unión, la esperanza y el bienestar emocional. Se evidenció una excelente participación y disposición por parte de los asistentes, quienes manifestaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros religiosos con mayor frecuencia.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Pintando recuerdos		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
05/02/2026	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Promover la estimulación cognitiva, la motricidad fina, la creatividad y el bienestar emocional de los adultos mayores, a través del arte y la expresión mediante el color.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “Pintando recuerdos”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (paisajes, animales, Magdala, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó diversos materiales como lápices de colores, marcadores y crayones para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Caminata		
ACTIVIDAD	Caminando por la salud		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
09/02/2026	09:00 a.m.	10:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Promover la recreación, el ejercicio físico y la socialización de los adultos mayores a través de una caminata saludable, fomentando hábitos de vida activa y el bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 8:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Caminando por la salud". La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través de caminatas.

El objetivo fundamental de la caminata en el adulto mayor es mejorar la salud física y mental, prevenir y controlar enfermedades crónicas como las cardíacas y la diabetes, aumentar la fuerza muscular y el equilibrio para reducir el riesgo de caídas, mantener un peso saludable y fomentar la autonomía y el bienestar general.

- **Salud física:** Fortalece los músculos, los huesos y las articulaciones, lo que mejora la funcionalidad, la agilidad y reduce el riesgo de caídas y fracturas, al mismo tiempo; ayuda a mantener un peso saludable, mejora la circulación sanguínea y la salud del corazón; ayudando a prevenir enfermedades.
- **Salud mente y bienestar:** Reduce el estrés, la ansiedad y los síntomas de depresión al liberar endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo y la autoestima, además Estimula la memoria y la función cognitiva, lo que ayuda a prevenir el deterioro cognitivo y enfermedades como el Alzheimer.

Durante la caminata se realizaron ejercicios de estiramiento y pausas activas orientadas al fortalecimiento físico y emocional de los adultos mayores. La jornada se desarrolló en un ambiente de alegría, integración y respeto, promoviendo la participación de todos los participantes. Siendo las 9:00

a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Los adultos mayores participaron activamente, demostrando entusiasmo y disposición durante todo el recorrido.
- La caminata contribuyó al fortalecimiento físico y emocional de los participantes.
- Se recomienda continuar implementando este tipo de actividades de forma periódica, por sus múltiples beneficios en la calidad de vida de los participantes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Terapia de color		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
10/02/2026	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Promover la estimulación cognitiva, la motricidad fina, la creatividad y el bienestar emocional de los adultos mayores, a través del arte y la expresión mediante el color.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “Terapia de color”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (paisajes, animales, Magdala, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó diversos materiales como lápices de colores, marcadores y crayones para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Sacramento		
ACTIVIDAD	Unción de los enfermos		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
11/02/2026	10:00 a.m.	11:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Brindar acompañamiento espiritual y fortalecimiento emocional a los adultos mayores del Centro Integral de Vida La María, a través del sacramento de la Unción de los Enfermos, promoviendo la fe, la esperanza, la tranquilidad interior y el bienestar integral.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, se llevó a cabo la celebración de la Unción de los Enfermos dirigida a los adultos mayores del Centro Integral de Vida La María. Para el desarrollo de la actividad se contó con la valiosa presencia de un padre de la Iglesia Católica, acompañado por un seminarista, quienes guiaron la jornada espiritual con profundo respeto, calidez humana y sentido pastoral.

La actividad inició con un espacio de oración y reflexión colectiva, en el cual se invitó a los adultos mayores a disponerse espiritualmente para recibir el sacramento. Posteriormente, el padre procedió a realizar la unción de los enfermos de manera individual, teniendo en cuenta las condiciones físicas, emocionales y de salud de cada participante, mientras el seminarista brindaba apoyo durante la ceremonia y acompañamiento cercano a los adultos mayores.

La Unción de los Enfermos es un sacramento de la Iglesia Católica orientado a brindar consuelo, fortaleza espiritual, paz interior y alivio emocional a las personas que atraviesan enfermedades, limitaciones físicas o situaciones propias de la vejez. Este sacramento no solo representa un acto religioso, sino también un espacio de acompañamiento y cercanía, en el cual se promueve la dignidad de la persona, el respeto por su proceso de vida y la contención espiritual frente a la enfermedad y el sufrimiento.

El personal del centro estuvo presente durante toda la actividad, facilitando la organización, el traslado y el acompañamiento de los adultos mayores, garantizando un ambiente tranquilo, seguro y

respetuoso. Se procuró que cada participante viviera el momento con serenidad, privacidad y recogimiento espiritual.

Siendo las 11:00 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad permitió fortalecer la espiritualidad de los adultos mayores, promoviendo la unión, la esperanza y el bienestar emocional. Se evidenció una excelente participación y disposición por parte de los asistentes, quienes manifestaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros religiosos con mayor frecuencia.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Ejercicio		
ACTIVIDAD	Encestando Sonrisas		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
12/02/2026	10:00 a.m.	11:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Fomentar la actividad física adaptada en los adultos mayores a través de ejercicios suaves con pelota, orientados al fortalecimiento muscular, la estimulación motora y la promoción del bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “Encestando Sonrisas”, dirigida a los adultos internos del centro.

La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través del ejercicio. En el marco de las actividades de estimulación física y motricidad dirigidas a los adultos mayores, se llevó a cabo una jornada de ejercicios suaves con pelota y canasta, con el propósito de promover la movilidad, la coordinación y el fortalecimiento muscular de forma segura y agradable.

Durante la sesión, los participantes realizaron una serie de movimientos lentos y controlados utilizando pelotas y una canasta, que incluían ejercicios de estiramiento, coordinación mano-ojo, movilidad articular y equilibrio. La dinámica fue guiada por las profesionales en psicología y fisioterapeuta del Centro de vida, quien acompañaron cada ejercicio con música suave y motivación constante, generando un ambiente de bienestar y energía positiva.

Los adultos mayores participaron con entusiasmo y compromiso, evidenciando mejoras en la postura, la movilidad de brazos y piernas, así como un fortalecimiento del trabajo grupal y la interacción social.

La práctica de ejercicios suaves con pelota contribuye al mantenimiento de la salud física y mental en los adultos mayores, ofreciendo beneficios como:

- Mejorar la flexibilidad, coordinación y equilibrio corporal.
- Prevenir la rigidez muscular y articular.
- Favorecer la circulación sanguínea y la movilidad general.
- Estimular la concentración y la atención.
- Promover la socialización y el trabajo en equipo.

Estas actividades son esenciales para conservar la autonomía funcional, prevenir el sedentarismo y fortalecer el bienestar integral, generando además un espacio de recreación y motivación que mejora la calidad de vida de los participantes. Siendo las 11:00 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad se desarrolló satisfactoriamente, con una participación activa y positiva por parte de los adultos mayores. Se observó alegría, motivación y colaboración grupal. Se recomienda continuar implementando este tipo de ejercicios, adaptados a las capacidades de cada persona, como parte de las rutinas de mantenimiento físico y salud preventiva.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Ejercicio		
ACTIVIDAD	Ejercitando por los lazos de amistad		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
13/02/2026	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Promover la actividad física, el bienestar integral y la socialización en los adultos mayores, en el marco de la celebración del Día del Amor y la Amistad, fortaleciendo hábitos de vida saludable, el trabajo en equipo y la integración social

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, se llevó a cabo la actividad cardiovascular en el marco de celebración del mes del amor y la amistad con la participación activa de los adultos mayores del programa, en articulación con el instructor de educación física Esneider fierro.

La jornada tuvo como propósito promover la salud física, mejorar la capacidad respiratoria, fortalecer el sistema cardiovascular y fomentar hábitos de vida saludable en la población adulta mayor. La actividad inició con una fase de calentamiento y estiramiento general, seguida de ejercicios aeróbicos moderados, movimientos rítmicos y juegos de coordinación motriz, todo bajo la orientación profesional del instructor. Por otra parte, el equipo de profesionales del centro realizo el baile de la amistad mediante globos.

Durante la sesión se evidenció activa participación, entusiasmo y compromiso por parte de los adultos mayores, quienes manifestaron sentirse motivados y con mayor energía al finalizar la actividad. Además, se resaltó la importancia de este tipo de ejercicios para prevenir enfermedades cardíacas, controlar la presión arterial y mejorar el estado de ánimo y la autoestima.

La práctica de ejercicios cardiovasculares en la etapa de la vejez resulta fundamental para mantener la salud integral, ya que ayuda a:

- Mejorar la circulación sanguínea y la función cardíaca.
- Incrementar la capacidad pulmonar y la resistencia física.
- Favorecer la liberación de endorfinas, reduciendo el estrés, la depresión y la ansiedad.
- Conservar la autonomía e independencia funcional, previniendo el deterioro físico y cognitivo.
- Promover una actitud positiva frente al envejecimiento y una mejor calidad de vida.

Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad se desarrolló satisfactoriamente, cumpliendo los objetivos propuestos y fortaleciendo el bienestar físico, emocional y social de los adultos mayores. Se resalta la importancia de mantener este tipo de espacios de forma continua, con el acompañamiento del instructor de educación física, como parte esencial de la atención integral brindada por el Centro Integral de Vida "La María".

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:**	
TEMA	Caminata		
ACTIVIDAD	Paso a paso por el camino		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
16/02/2026	09:00 a.m.	10:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Promover la recreación, el ejercicio físico y la socialización de los adultos mayores a través de una caminata saludable, fomentando hábitos de vida activa y el bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 8:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Paso a paso por el camino". La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través de caminatas.

El objetivo fundamental de la caminata en el adulto mayor es mejorar la salud física y mental, prevenir y controlar enfermedades crónicas como las cardíacas y la diabetes, aumentar la fuerza muscular y el equilibrio para reducir el riesgo de caídas, mantener un peso saludable y fomentar la autonomía y el bienestar general.

- **Salud física:** Fortalece los músculos, los huesos y las articulaciones, lo que mejora la funcionalidad, la agilidad y reduce el riesgo de caídas y fracturas, al mismo tiempo; ayuda a mantener un peso saludable, mejora la circulación sanguínea y la salud del corazón; ayudando a prevenir enfermedades.
- **Salud mente y bienestar:** Reduce el estrés, la ansiedad y los síntomas de depresión al liberar endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo y la autoestima, además Estimula la memoria y la función cognitiva, lo que ayuda a prevenir el deterioro cognitivo y enfermedades como el Alzheimer.

Durante la caminata se realizaron ejercicios de estiramiento y pausas activas orientadas al fortalecimiento físico y emocional de los adultos mayores. La jornada se desarrolló en un ambiente de alegría, integración y respeto, promoviendo la participación de todos los participantes. Siendo las 9:00

a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Los adultos mayores participaron activamente, demostrando entusiasmo y disposición durante todo el recorrido.
- La caminata contribuyó al fortalecimiento físico y emocional de los participantes.
- Se recomienda continuar implementando este tipo de actividades de forma periódica, por sus múltiples beneficios en la calidad de vida de los participantes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Motricidad y coordinación		
ACTIVIDAD	Encajando pimpones		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
17/02/2026	10:00 a.m.	11:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Estimular la motricidad fina y la coordinación óculo-manual, fortalecer procesos cognitivos como la atención y la concentración, y promover la interacción social y el bienestar emocional de los adultos mayores.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m., en las instalaciones del Centro Integral de Vida La María, la profesional en psicología Stefani Ramírez Torres realizó una dinámica lúdico-cognitiva y psicomotriz denominada “Encajando Pimpones”, dirigida a los adultos internos del centro, adaptada a las capacidades y ritmos de los participantes. Esta actividad fue diseñada como una estrategia de estimulación cognitiva, recreación y fortalecimiento de habilidades sociales, teniendo en cuenta las características propias del proceso de envejecimiento.

La actividad consistió en la manipulación de pelotas de pimpones, las cuales debían ser encajadas de manera individual en los espacios de panales de huevos dispuestos previamente. Cada participante realizó la actividad según sus posibilidades, respetando sus tiempos y habilidades, contando con acompañamiento y orientación constante por parte de la profesional. es de gran importancia para los adultos mayores, ya que contribuye al mantenimiento y fortalecimiento de habilidades motoras, cognitivas y sociales. A través de la manipulación de pelotas de pimpones y su encaje en panales de huevos, se estimula de manera significativa la motricidad fina, la coordinación óculo-manual y la precisión de los movimientos, aspectos fundamentales para conservar la funcionalidad en las actividades de la vida diaria.

Durante el desarrollo de la dinámica se fomentó la participación voluntaria, el refuerzo positivo y la interacción entre los adultos mayores, generando un ambiente de confianza, motivación y disfrute. La

actividad permitió trabajar habilidades motoras y cognitivas de forma funcional, mediante el uso de materiales sencillos y accesibles. Además, contribuyen a mejorar la calidad de vida, promoviendo espacios significativos donde los adultos mayores participan activamente y mantienen su rol protagónico. Siendo las 11:00 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue evaluada como positiva y pertinente, ya que contribuyó al fortalecimiento de habilidades motoras, cognitivas y sociales, favoreciendo el envejecimiento activo y el bienestar integral de los adultos mayores. Se recomienda continuar implementando este tipo de actividades dentro del programa institucional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Integración/ actividad Física		
ACTIVIDAD	Celebración de los cumpleaños y ejercicio		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
18/02/2026	10:00 a.m.	11:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Fortalecer los lazos de integración, convivencia y participación entre los adultos mayores internos y externos, promoviendo espacios de encuentro, socialización y bienestar emocional, con el acompañamiento del personal del centro.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos y externos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, se llevó a cabo una integración con los adultos mayores internos y externos del centro, con el fin de celebrar los cumpleaños de los adultos mayores que han cumplido en los meses de enero y febrero; este con el propósito de fomentar la unión, la integración y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

La jornada inició con el proceso de acogida, donde el personal del centro realizó el registro de asistencia y brindó un saludo institucional a los participantes, contextualizando el propósito de la celebración. Se enfatizó la importancia de generar espacios significativos que promuevan la integración, el reconocimiento y la construcción de vínculos positivos entre los adultos mayores. Esta actividad fue organizada como una estrategia de fortalecimiento psicosocial, recreativo y comunitario, orientada a reconocer a los usuarios y favorecer su bienestar integral.

Seguidamente en articulación con el instructor de educación física Esneider fierro; se realizó una sesión de actividad física, la jornada tuvo como propósito promover la salud física, mejorar la capacidad respiratoria, fortalecer el sistema cardiovascular y fomentar hábitos de vida saludable en la población adulta mayor. La actividad inició con una fase de calentamiento y estiramiento general, seguida de ejercicios aeróbicos moderados, movimientos rítmicos y juegos de coordinación motriz, todo bajo la orientación profesional del instructor. Estas actividades fueron acompañadas por el equipo interdisciplinario, quien garantizó la adecuada adaptación de las dinámicas según las condiciones físicas y cognitivas de los participantes; propiciando un ambiente cálido, seguro y orientado al disfrute.

Se realizaron intervenciones de carácter recreativo, expresivo y musical, las cuales facilitaron la participación de todos los asistentes, incluyendo aquellos con limitaciones funcionales.

Posteriormente, se procedió al compartir del refrigerio, garantizando condiciones de higiene, organización y acompañamiento por parte del equipo del centro.

La actividad se desarrolló en un ambiente armonioso, participativo y respetuoso, logrando cumplir los objetivos propuestos y evidenciando el impacto positivo de este tipo de dinámicas grupales y en el bienestar emocional de los adultos mayores. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Se evidenció participación activa, disposición emocional positiva y satisfacción por parte de los usuarios.
- El acompañamiento del personal del Centro Integral de Vida La María permitió garantizar el adecuado desarrollo de la jornada.

VIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Sacramento		
ACTIVIDAD	Misa de la Ceniza		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
18/02/2026	03:00 p.m.	04:00 p.m.	1 hora

OBJETIVO: Brindar a los adultos mayores del Centro Integral de Vida La María un espacio de encuentro espiritual y reflexión a través de la celebración de la misa de ceniza.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos y externos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: En horas de la tarde se llevó a cabo la celebración de la misa de ceniza en la capilla del Centro Integral de Vida La María. En esta actividad participaron los adultos mayores internos y externos que hacen parte del centro, quienes asistieron con respeto y disposición a este importante espacio de encuentro espiritual.

La ceremonia fue presidida por el padre, quien estuvo acompañado por un seminarista. Asimismo, se contó con la participación de un grupo de oración que brindó apoyo durante la celebración a través de cantos, lecturas bíblicas y momentos de reflexión, generando un ambiente de recogimiento y espiritualidad entre los asistentes.

Durante la celebración, el padre explicó a los adultos mayores el significado de la misa de ceniza, resaltando que esta celebración marca el inicio del tiempo de Cuaresma dentro de la tradición católica, un periodo de conversión, reflexión y preparación espiritual para la celebración de la Pascua. Se invitó a los participantes a vivir este tiempo fortaleciendo la fe, la oración y las buenas acciones.

Posteriormente, se realizó la imposición de la ceniza a cada uno de los asistentes, como símbolo de humildad, arrepentimiento y renovación espiritual. Este momento fue vivido con respeto y devoción por parte de los adultos mayores.

Este tipo de espacios espirituales son de gran importancia para los adultos mayores, ya que les permiten fortalecer su fe, encontrar momentos de tranquilidad y reflexión, y sentirse acompañados

dentro de la comunidad. Además, promueven valores como el respeto, la solidaridad y la convivencia entre los participantes.

El personal de talento humano del Centro Integral de Vida La María estuvo presente durante toda la actividad, brindando acompañamiento, apoyo logístico y atención a los adultos mayores para garantizar su participación y bienestar durante la ceremonia.
Siendo las 04:00 p.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad se desarrolló de manera satisfactoria, contando con la participación de los adultos mayores internos y externos del Centro Integral de Vida La María. La celebración de la misa de ceniza permitió generar un espacio de fe, recogimiento y convivencia, fortaleciendo el acompañamiento espiritual dentro de la institución. De igual manera, se resalta el apoyo del padre, el seminarista, el grupo de oración y el personal de talento humano, quienes hicieron posible el desarrollo adecuado de esta significativa actividad.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Momentos creativos		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
20/02/2026	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Promover la estimulación cognitiva, la motricidad fina, la creatividad y el bienestar emocional de los adultos mayores, a través del arte y la expresión mediante el color.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “Momentos creativos”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (paisajes, animales, Magdala, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó diversos materiales como lápices de colores, marcadores y crayones para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:**	
TEMA	Caminata		
ACTIVIDAD	Cuerpo en movimiento		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
23/02/2026	09:00 a.m.	10:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Promover la recreación, el ejercicio físico y la socialización de los adultos mayores a través de una caminata saludable, fomentando hábitos de vida activa y el bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 8:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Paso a paso por el camino". La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través de caminatas.

El objetivo fundamental de la caminata en el adulto mayor es mejorar la salud física y mental, prevenir y controlar enfermedades crónicas como las cardíacas y la diabetes, aumentar la fuerza muscular y el equilibrio para reducir el riesgo de caídas, mantener un peso saludable y fomentar la autonomía y el bienestar general.

- **Salud física:** Fortalece los músculos, los huesos y las articulaciones, lo que mejora la funcionalidad, la agilidad y reduce el riesgo de caídas y fracturas, al mismo tiempo; ayuda a mantener un peso saludable, mejora la circulación sanguínea y la salud del corazón; ayudando a prevenir enfermedades.
- **Salud mente y bienestar:** Reduce el estrés, la ansiedad y los síntomas de depresión al liberar endorfinas, lo que mejora el estado de ánimo y la autoestima, además Estimula la memoria y la función cognitiva, lo que ayuda a prevenir el deterioro cognitivo y enfermedades como el Alzheimer.

Durante la caminata se realizaron ejercicios de estiramiento y pausas activas orientadas al fortalecimiento físico y emocional de los adultos mayores. La jornada se desarrolló en un ambiente de alegría, integración y respeto, promoviendo la participación de todos los participantes. Siendo las 9:00

a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Los adultos mayores participaron activamente, demostrando entusiasmo y disposición durante todo el recorrido.
- La caminata contribuyó al fortalecimiento físico y emocional de los participantes.
- Se recomienda continuar implementando este tipo de actividades de forma periódica, por sus múltiples beneficios en la calidad de vida de los participantes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Santo Rosario		
ACTIVIDAD	Uniendo fuerzas de fe		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
25/02/2026	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la espiritualidad, el fortalecimiento de la fe y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante la realización del Santo Rosario, generando un espacio de reflexión, oración y unión comunitaria.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "Uniendo fuerzas de fe", dirigida a los adultos internos del centro; la jornada dio inicio con una breve bienvenida a los adultos mayores, resaltando la importancia de mantener viva la fe y la devoción. Posteriormente, se inició el rezo del Santo Rosario, guiado por Carmelita Galindo perteneciente al grupo de oración "La legión de María" de la iglesia Santa Ana del municipio de Yaguará.

Durante la oración, se realizó la lectura de los Misterios Gloriosos donde se relatan la Resurrección y los episodios posteriores que celebran la victoria sobre el pecado y la muerte, así como la exaltación de Jesús y de María; acompañados de cantos religiosos y momentos de silencio para la meditación personal. Los adultos mayores demostraron gran compromiso y recogimiento espiritual, compartiendo intenciones personales por la salud, la familia y la comunidad. Rezar el rosario en la edad adulta puede tener varios objetivos y beneficios espirituales. Algunas razones comunes incluyen:

- Oración y reflexión: El rosario es una forma de oración meditativa que permite a los adultos reflexionar sobre la vida de Jesucristo y la Virgen María, cada misterio proporciona un tema para la meditación y contemplación.
- Fortalecimiento de la fe: La repetición de las oraciones del rosario y la contemplación de los misterios pueden ayudar a fortalecer la fe de los adultos, proporcionando un tiempo dedicado a la conexión espiritual.

- Paz y consuelo: Rezar el rosario puede ofrecer paz interior y consuelo en momentos de dificultad. La práctica constante puede ayudar a enfrentar desafíos con una perspectiva espiritual.
- Intercesión y petición: Muchas personas rezan el rosario para interceder por ellos mismos, sus seres queridos o por el mundo en general. También es común realizar peticiones especificas durante la oración del rosario.
- Crecimiento espiritual: La práctica regular del rosario puede contribuir al crecimiento espiritual al proporcionar una estructura para la oración y la reflexión, ayudando a los adultos a profundizar en su relación con Dios.

Finalizado el rezo, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual, promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad permitió fortalecer la espiritualidad de los adultos mayores, promoviendo la unión, la esperanza y el bienestar emocional. Se evidenció una excelente participación y disposición por parte de los asistentes, quienes manifestaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros religiosos con mayor frecuencia.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

Municipio de YAGUARÁ	Certificación de recepción de los servicios: orientación psicológica de manera preventiva a toda la población del centro día y centro de bienestar del anciano en el centro integral de vida la maría, mitigando el efecto de patologías del comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a los que ellas conducen.
STEFANI RAMIREZ TORRES - PSICÓLOGA	DESDE: 01 febre - 2026 HASTA 28 febre - 2026

No.	NOMBRES	APELLIDOS	No. CEDULA	FIRMA O HUELLA DEL BENEFICIARIO
1	ALEJANDRO	ROJAS SAENZ	4913520	
2	ADULTO M. N.N	SIN NINGUN	REGISTRO	
3	AMINTA	CEBALLES BUYUCUE	26.515.298	
4	ANTONIO	SANCHEZ DAMIAN	1.081.416.870	
5	CAMPO ELIAS	MARTINEZ MARTINEZ	19.101.258	
6	CARMEN	TRUJILLO	1.082.214.933	
7	CIRO	PEREZ LOSADA	4.951.160	
8	DARIO	RAMIREZ CAMACHO	12.094.233	
9	DORILA	ARAUJO DE PERDOMO	26.606.055	
10	ELADIO	RAMOS CORDOBA	4.951.174	
11	GABRIEL ANGEL	PERDOMO LOSADA	1.668.406	
12	JAIRO	CUENCA LIZCANO	4.951.270	
13	JOSE MARIA	ROJAS COLLAZOS	4.951.221	
14	LUCILA	CAMACHO MARTINEZ	26.409.422	
15	LUIS ALBERTO	GALINDO	1.664.569	

Powered by CamScanner

16	LUIS ENRRIQUE	SILVA CASTRO	1.664.383	
17	LUZ DARY	TOBAR CEDEÑO	26.515.934	
18	MELIDA	BOHADA MARTINEZ	26.470.395	
19	MERCEDES	HERNANDEZ	1.082.216.298	
20	MERCEDES	CORTEZ DE ORTIZ	26465821	
21	ORLANDO	NUÑEZ GARCIA	17.625.521	
22	ROMULO	TRUJILLO RAMIREZ	4.913.716	
23	VICENTE	ORTIZ RAMIREZ	1623883	
24	ZORAIDA YANETH	ROSERO	36.171.451	

FIRMA DE LA PSICÓLOGA_____

Powered by CamScanner

Municipio de YAGUARÁ	Certificación de recepción de los servicios: Recreación y aprovechamiento del tiempo libre de los beneficiarios del Centro Integral De Vida "La María" del municipio de Yaguará (H).
STEFANI RAMIREZ TORRES - PSICÓLOGA	DESDE: 01 - Febre - 2026 HASTA 28 - Febre - 2026

No.	NOMBRES	APELLIDOS	No. CEDULA	FIRMA O HUELLA DEL BENEFICIARIO
1	ALEJANDRO	ROJAS SAENZ	4913520	
2	ADULTO M. N.N	SIN NINGUN	REGISTRO	
3	AMINTA	CEBALLES BUYUCUE	26.515.298	
4	ANTONIO	SANCHEZ DAMIAN	1.081.416.870	
5	CAMPO ELIAS	MARTINEZ MARTINEZ	19.101.258	
6	CARMEN	TRUJILLO	1.082.214.933	
7	CIRO	PEREZ LOSADA	4.951.160	
8	DARIO	RAMIREZ CAMACHO	12.094.233	
9	DORILA	ARAUJO DE PERDOMO	26.606.055	
10	ELADIO	RAMOS CORDOBA	4.951.174	
11	GABRIEL ANGEL	PERDOMO LOSADA	1.668.406	
12	JAIRO	CUENCA LIZCANO	4.951.270	
13	JOSE MARIA	ROJAS COLLAZOS	4.951.221	
14	LUCILA	CAMACHO MARTINEZ	26.409.422	
15	LUIS ALBERTO	GALINDO	1.664.569	

Powered by CamScanner

16	LUIS ENRRIQUE	SILVA CASTRO	1.664.383	
17	LUZ DARY	TOBAR CEDEÑO	26.515.934	
18	MELIDA	BOHADA MARTINEZ	26.470.395	
19	MERCEDES	HERNANDEZ	1.082.216.298	
20	MERCEDES	CORTEZ DE ORTIZ	26465821	
21	ORLANDO	NUÑEZ GARCIA	17.625.521	
22	ROMULO	TRUJILLO RAMIREZ	4.913.716	
23	VICENTE	ORTIZ RAMIREZ	1623883	
24	ZORAIDA YANETH	ROSERO	36.171.451	

FIRMA DE LA PSICÓLOGA

Powered by CamScanner