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

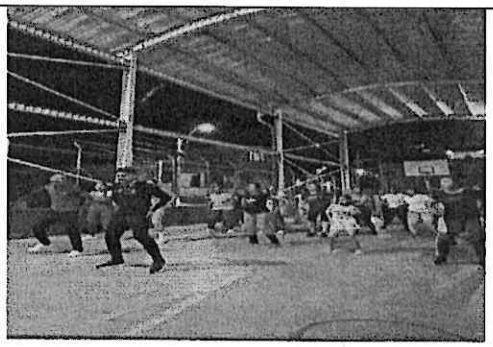
1. Información General:

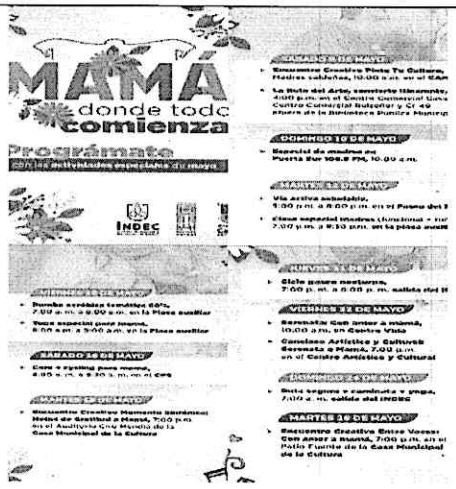
NÚMERO DE CONTRATO:	PS-025-2026
CONTRATANTE:	INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CALDAS-INDEC
NIT:	800.019.147-1
NOMBRE DEL CONTRATISTA:	JOHN EDISON USME HIGUITA
OBJETO:	PRESTACIÓN DE SERVICIOS POR SU PROPIA CUENTA Y RIESGO, SIN VÍNCULO LABORAL, COMO FORMADOR PARA APOYAR EL DESARROLLO DE LOS PROGRAMAS 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 DE 2026
PLAZO INICIAL:	6 MESES
AMPLIACIÓN 01:	N/A
PLAZO FINAL:	6 MESES
VALOR MENSUAL:	DOS MILLONES QUINIENTOS SESENTA Y DOS MIL PESOS M/L ($2.562.000)
CERTIFICADO DE DISPONIBILIDAD PRESUPUESTAL	CDP 25 DEL 06/01/2026
REGISTRO PRESUPUESTAL:	RCP 24 DEL 06/01/2026
CERTIFICADO DE DISPONIBILIDAD PRESUPUESTAL ADICION:	N/A
REGISTRO PRESUPUESTAL ADICIÓN:	N/A

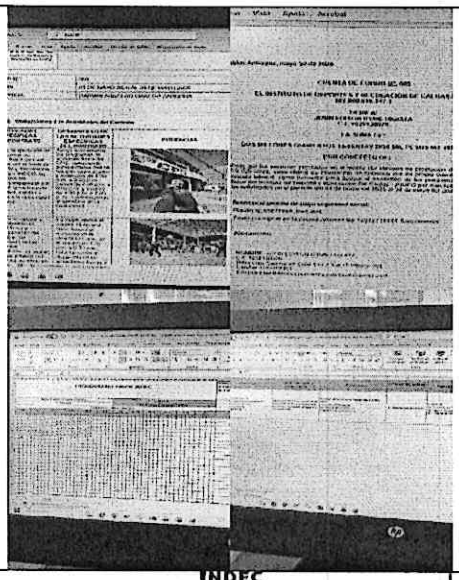
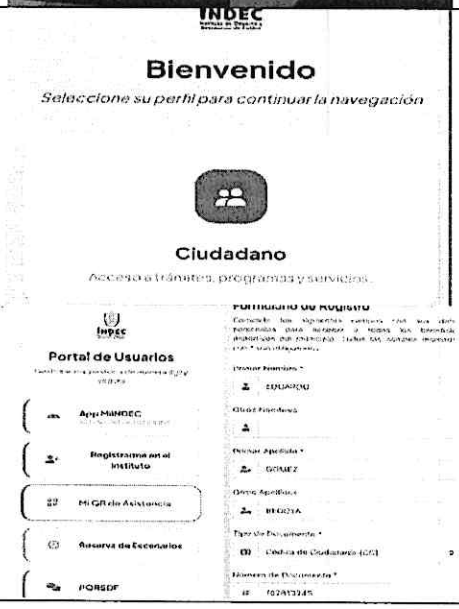
INDEC Instituto de Deporte y Recreación de Caldas	**Informe de Actividades y/o productos del Contratista**

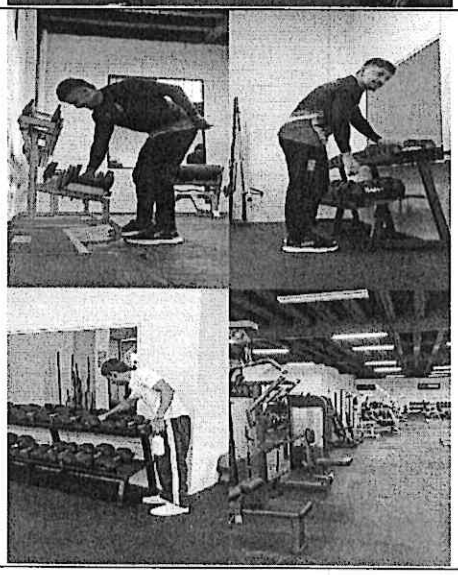
INFORME N°:	005
PERIODO:	01 DE MAYO 2026 AL 30 DE MAYO 2026
SUPERVISOR:	DARWIN ARNOLDO URREGO CARDONA

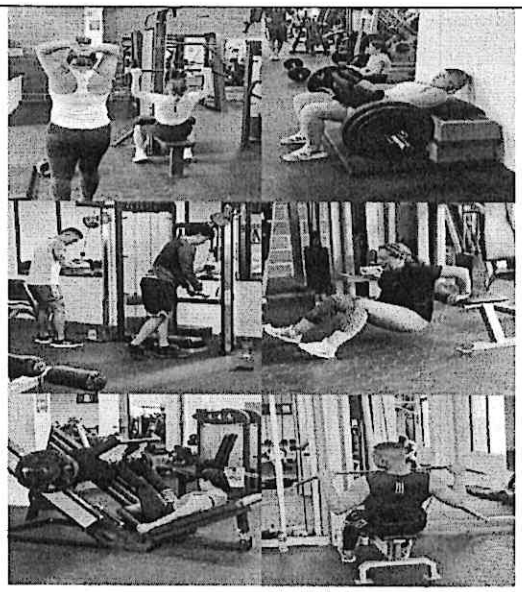
2. Obligaciones y /o Actividades del Contrato

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.	Apoyé activamente los programas de actividad física del CPS, cumpliendo puntualmente con mi horario: lunes martes y miércoles de 5:00 p.m. a 9:00 p.m.; jueves de 4:00 p.m. a 9:00 p.m. y viernes de 4:00 p.m. a 8:00 p. m., contribuyendo al beneficio de la comunidad.	
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	En mayo, apoyé el martes 19 en una clase funcional realizada en la vereda El Cano, en el horario de 7:30 p.m. a 8:30 p.m., contribuyendo al desarrollo de las actividades físicas y al bienestar de la	

participe y/o articule con otras instituciones.	comunidad participante.	
3. Utilizar de manera adecuadas 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.	Durante este mes de mayo, compartí en mis redes sociales Información sobre las actividades programadas en el mes de las Madres, como la rumba aeróbica, yoga, caminatas y otras actividades promovidas para incentivar un estilo de vida saludable.	
4. Participar en las reuniones, capacitaciones y demás actividades convocadas por el Instituto.	El miércoles 29 de abril no asistí a la reunión primaria con mi coordinadora Camila y el subgerente Darwin Urrego; sin embargo, mi coordinadora me compartió la información tratada, de las actividades del mes de mayo.	N/A

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.	Este mes de mayo entregué la cuenta de cobro, el pago de la planilla, el informe de actividades, cronograma anual y guía metodológica, dentro de las fechas establecidas por la entidad financiera.	
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 el mes de mayo, apoyé el proceso de registro de nuevos usuarios del gimnasio municipal (CPS) en la página web del INDEC, realizando la generación de códigos QR para cada uno, con el propósito de optimizar su acceso a las instalaciones.	

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 atendió a los usuarios de manera cuidadosa y respetuosa, respondiendo a sus preguntas sobre las diversas ofertas del INDEC.	
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.	Durante las jornadas en el gimnasio municipal (CPS), se brindó educación a los usuarios sobre el adecuado manejo de los implementos deportivos, y al finalizar las jornadas se realizó la respectiva limpieza y orden de los mismos.	

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.	En articulación con los monitores del CPS, se buscó direccionar un plan de entrenamiento estandarizado para los usuarios, teniendo en cuenta que la población atendida es específica y que cada persona llega con objetivos distintos.	

OBSERVACIONES (En caso de tenerlas)

PERÍODO EJECUTADO:

- 01 DE MAYO DEL 2026 AL 30 MAYO 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
Abril	85077899	$ 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 abril de 2026

John E.

NOMBRE: JOHN EDISON USME HIGUITA
C.C 1.026.130.070
Dirección Carrera 49 Calle 135 A Sur 15 Interior 301
Celular 3243409301
Correo Electrónico: jeusmehiguita1986@gmail.com