INFORME UNICO

CONTRATO No. 060 DE 2026

OBJETO: AUNAR ESFUERZOS TÉCNICOS, ADMINISTRATIVOS, HUMANOS, LOGÍSTICOS Y FINANCIEROS PARA BRINDAR APOYO, COORDINACIÓN Y ASISTENCIA EN LA ATENCIÓN A LOS ADULTOS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD, BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DE BELÉN, BOYACÁ

CONTRATISTA
FUNDACION MAS MANOS DE AMOR Y SOLIDARIDAD
YEIMY SOLANLLY MELO SABOGAL

CONTRANTE
MUNICIPIO DE BELEN

CABETO PEREZ DIAZ
ALCALDE MUNICIPAL

SUPERVISOR
MARIA HELENA CASTRO PINEDA

Belén 09 de junio de 2026

Doctor
CABETO PEREZ DIAZ
Alcalde Municipal
Belén – Boyacá

Asunto: Informe único **CONTRATO No. 060 DE 2026**

Cordial saludo

La Fundación Mas Manos De Amor Y Solidaridad entidad sin ánimo de lucro, presenta el siguiente informe, bajo **contrato No. 006 de 2026**, donde el objeto principal es **AUNAR ESFUERZOS TÉCNICOS, ADMINISTRATIVOS, HUMANOS, LOGÍSTICOS Y FINANCIEROS PARA BRINDAR APOYO, COORDINACIÓN Y ASISTENCIA EN LA ATENCIÓN A LOS ADULTOS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD, BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DE BELÉN, BOYACÁ.**

Agradecemos de antemano su grado de confianza depositada en nosotros.

Atentamente;

YEIMY SOLANLLY MELO SABOGAL
Representante Legal

Belén 09 de junio de 2026

Señora
MARIA HELENA CASTRO PINEDA
Supervisora de contrato
Belén – Boyacá

Asunto: Informe único **CONTRATO No. 060 DE 2026**

Cordial saludo

La Fundación Mas Manos De Amor Y Solidaridad entidad sin ánimo de lucro, presenta el siguiente informe, bajo **contrato No. 006 de 2026**, donde el objeto principal es **AUNAR ESFUERZOS TÉCNICOS, ADMINISTRATIVOS, HUMANOS, LOGÍSTICOS Y FINANCIEROS PARA BRINDAR APOYO, COORDINACIÓN Y ASISTENCIA EN LA ATENCIÓN A LOS ADULTOS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD, BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DE BELÉN, BOYACÁ.**

Agradecemos de antemano su grado de confianza depositada en nosotros.

Atentamente;

YEIMY SOLANLLY MELO SABOGAL
Representante Legal

1. INFORMACION GENERAL DEL CONTRATO	
OBJETO: AUNAR ESFUERZOS TÉCNICOS, ADMINISTRATIVOS, HUMANOS, LOGÍSTICOS Y FINANCIEROS PARA BRINDAR APOYO, COORDINACIÓN Y ASISTENCIA EN LA ATENCIÓN A LOS ADULTOS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD, BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DE BELÉN, BOYACÁ	
CONTRATO No 060 DE 2026	
AÑO:	2026
MUNICIPIO:	BELEN
DEPARTAMENTO:	BOYACA
VALOR CONVENIO:	CIENTO TREINTA Y NUEVE MILLONES NOVECIENTOS SESENTA Y OCHO MIL PESOS ($139.968.000,00) M/CTE
DURACION:	EL PLAZO DE EJECUCIÓN DEL PRESENTE CONTRATO ES DE QUINCE (15) DÍAS A PARTIR DE LA FIRMA DEL ACTA DE INICIO
FECHA DEL CONTRATO:	06 DE ABRIL DE 2026
NOMBRE DE LA ENTIDAD QUE EJCUTO EL CONVENIO: CORPORACION CRECIENDO CON AMOR Y OBJETIVIDAD SOCIAL COCREAMOS	
CLASE DE ORGANIZACIÓN: ENTIDAD SIN ANIMO DE LUCRO	

ÍTEM	SERVICIO LEY 1276/2009	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	UNIDAD	V/UNIT	V/TOTAL
1	ATENCIÓN NUTRICIONAL	COMPLEMENTO NUTRICIONAL REFRIGERIO	900	UND	7.000	6.300.000
		COMPLEMENTO NUTRICIONAL ALMUERZO	900	UND	18.500	16.650.000
2	ATENCIÓN PSICOSOCIAL	PROFESIONAL EN TRABAJO SOCIAL O PSICOPEDAGOGÍA	1	MES	2.732.000	2.732.000
3	PROMOCIÓN DE LA SALUD	AUXILIAR DE ENFERMERÍA	1	MES	2.200.000	2.200.000
4	ATENCIÓN PSICOSOCIAL	PSICOPEDAGOGO Y/O TECNÓLOGO EN TICS	1	MES	3.500.000	3.500.000,00
5	ACTIVIDADES FÍSICAS, CULTURALES Y RECREATIVAS	LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE	1	MES	3.360.000	3.360.000
						34.742.000

APORTE ESAL

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	Cantidad	V/Unitario	V/Total
1	Talleres de danza, recreación o juegos criollos	3	$500.000	$1.500.000
2	Jornada de capacitación en derechos y deberes de los adultos mayores	1	$1.000.000	$1.000.000
3	Talleres de TICS	5	$500.000	$2.500.000
4	Talleres de actividades de la vida diaria	3	$500.000	$1.500.000

TOTAL A COBRAR PARCIAL: Treinta y cuatro millones setecientos cuarenta y dos mil pesos m/cte ($34.742.000,00).

ITEM 1	
ITEM 1.1	
DESCRIPCION: ATENCION NUTRICIONAL - COMPLEMENTO NUTRICIONAL REFRIGERIOS	
ACTIVIDADES: Se realizó la atención nutricional a los adultos mayores mediante la entrega de complementos nutricionales tipo refrigerio, con el propósito de contribuir al mejoramiento de su estado de salud y bienestar integral. Los refrigerios suministrados fueron diseñados para aportar nutrientes esenciales y apoyar una alimentación balanceada, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales propias de esta población. Esta actividad permitió fortalecer las acciones de cuidado y acompañamiento dirigidas a los adultos mayores, promoviendo hábitos de alimentación saludable y garantizando un apoyo alimentario durante el desarrollo de la jornada.	
UNIDAD: UNIDAD	**CANTIDAD:** 900
VALOR UNITARIO: $7.000	**VALOR TOTAL:** $ 6.300.000
ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS






COLISEO
OPPO A57


DE BELEN





FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



"Manos de Amor y Solidaridad"




OPPO A57


OPPO A57

FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"






OPPO A57


OPPO A57





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS

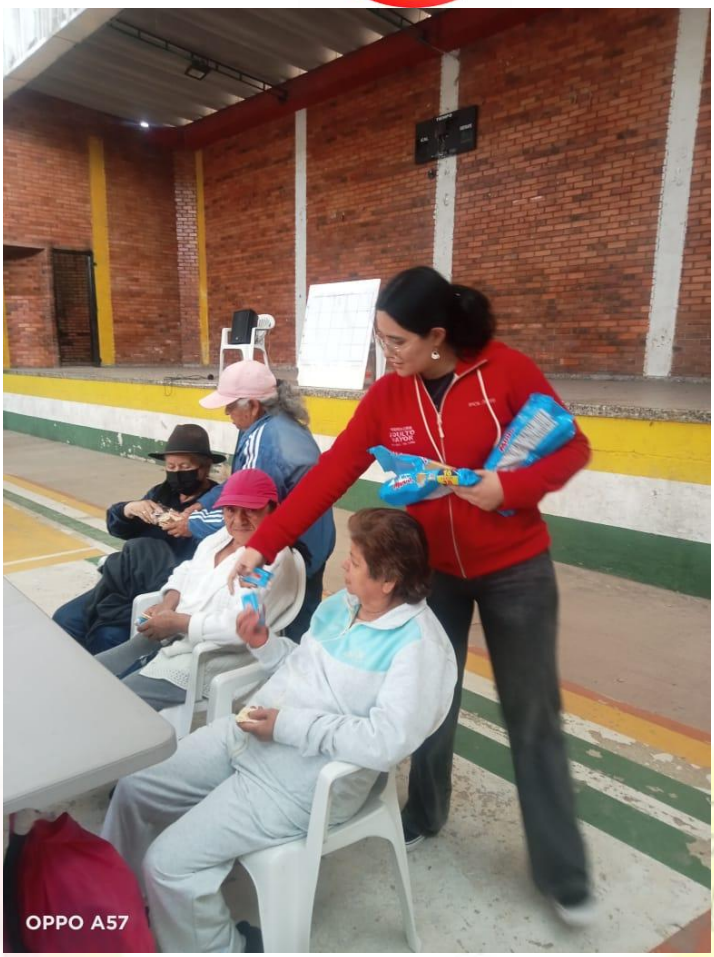




FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"






GIVENCHY
OPPO A57


OPPO A57

ITEM 1	
ITEM 1.2	
DESCRIPCION: ATENCION NUTRICIONAL - COMPLEMENTO NUTRICIONAL REFRIGERIOS	
ACTIVIDADES: Se brindó un complemento nutricional tipo almuerzo dirigido a los adultos mayores participantes de la actividad, con el propósito de contribuir al mejoramiento de su estado nutricional y garantizar una alimentación adecuada durante la jornada. El almuerzo fue preparado teniendo en cuenta criterios básicos de calidad, higiene y balance nutricional, incluyendo alimentos que aportan proteínas, carbohidratos, verduras y bebidas, favoreciendo el bienestar y la atención integral de esta población. Asimismo, la entrega se realizó de manera organizada y oportuna, asegurando cobertura y acceso para todos los beneficiarios asistentes.	
UNIDAD: UNIDAD	**CANTIDAD:** 900
VALOR UNITARIO: $18.500	**VALOR TOTAL:** $ 16.650.000
ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

}







FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACION MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



"Manos de Amor y Solidaridad"





"Manos de Amor y Solidaridad"




PROGRAMA
ADULTO
MAYOR
OPPO A57


PASCACIO
MARTINEZ
OPPO A57

FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"






OPPO A57


OPPO A57



"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACION MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





ITEM 2
DESCRIPCION: PROFESIONAL EN TRABAJO SOCIAL.
ACTIVIDADES: 1. Taller "Mitos, creencias y ritos familiares" Durante los encuentros realizados los días 11, 12 y 13 de mayo con los grupos Lunes B, Martes B y Miércoles B, se desarrolló el taller reflexivo denominado Mitos, creencias y ritos familiares, orientado a promover procesos de reflexión frente a aquellas enseñanzas, costumbres y formas de relacionamiento transmitidas a través de las generaciones dentro de los sistemas familiares. Desde el área de Trabajo Social, este espacio permitió abordar la influencia que tienen los mitos familiares, las creencias aprendidas y los ritos cotidianos en la construcción de las relaciones familiares, la resolución de conflictos y la forma en que las personas comprenden y afrontan diferentes situaciones de la vida. A través de ejercicios participativos, preguntas orientadoras y ejemplos cotidianos, los adultos mayores lograron identificar experiencias comunes relacionadas con la crianza, la autoridad, la expresión emocional y las dinámicas de convivencia presentes en sus familias. Asimismo, se promovió la reflexión frente a aquellas prácticas familiares que fortalecen los vínculos afectivos y aquellas que pueden generar dificultades o vulneraciones de derechos cuando se normalizan determinadas conductas dentro del hogar. De igual manera, se brindó orientación sobre las rutas de atención institucional y la importancia de acudir a entidades competentes en situaciones de maltrato o vulneración de derechos, fortaleciendo el reconocimiento de la población adulta mayor como sujeto de derechos. Las actividades desarrolladas favorecieron la participación activa de los asistentes, el intercambio de experiencias, la construcción colectiva del

conocimiento y el fortalecimiento de relaciones familiares más saludables y protectoras.

2. Actividad recreativa y cognitiva "Bingo mes de las madres"

En el marco de la conmemoración del mes de las madres, durante los días 19, 20, 21, 25, 26 y 27 de mayo se desarrolló una jornada recreativa de bingo con los grupos participantes del programa Centro Vida, actividad realizada de manera articulada con la tallerista del programa.

Esta actividad tuvo como propósito promover espacios de integración, recreación y bienestar emocional, reconociendo la importancia de generar experiencias significativas que fortalecieran la participación social y la convivencia entre los adultos mayores. Adicionalmente, el desarrollo del bingo permitió estimular diferentes habilidades cognitivas tales como la atención sostenida, la concentración, la memoria visual y auditiva, la velocidad de procesamiento de la información, la orientación espacial y la capacidad de seguimiento de instrucciones.

De igual manera, la actividad favoreció procesos de socialización, interacción grupal y fortalecimiento de vínculos entre los participantes, contribuyendo a la disminución del aislamiento social y al fortalecimiento de factores protectores para la salud mental y emocional. Asimismo, se promovieron sentimientos de motivación, alegría y reconocimiento mediante la entrega de incentivos a los participantes, buscando generar una experiencia agradable y significativa para todos los asistentes.

Estas actividades contribuyen al fortalecimiento del envejecimiento activo, la participación comunitaria y el bienestar integral de la población adulta mayor beneficiaria del programa.

UNIDAD:	**CANTIDAD:**
UNIDAD	1

VALOR TOTAL:

$ 2.732.000

ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"






COLISEO
PEDRO

FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"




Y EL DEPORTE
DE BELEN


OPPO A57



FUNDACIÓN MAS




Y EL DEPORTE
DE BELEN


DE BELEN
OPPO A57



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"








DE BELEN



FUNDACION MAS





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





"Manos de Amor y Solidaridad"



ITEM 3

DESCRIPCION: AUXILIAR EN ENFERMERIA

ACTIVIDADES:

- **TOMA DE TENSION ADULTO MAYOR:**

Para la realización de las actividades a desarrollar en el transcurso de este mes, se tienen cuenta citar a la población de Adultos Mayores del Área Rural y del Área Urbana del Municipio de Belén, el cual se realiza vía telefónica al usuario o a su acudiente que se encuentra en la base de datos, donde se le comunica la hora y lugar de encuentro y si es necesario el uso de Transporte para llegar al Encuentro actividades en las cuales por parte del área de Enfermería se realiza diligenciamiento de planillas de asistencia, se lleva un control de la T.A (Tensión Arterial), de cada Adulto Mayor y se brindan charlas educativas referentes a la promoción y prevención de la salud en los Adultos Mayores.

- **DILIGENCIAMIENTO DE PLANILLAS:**

El diligenciamiento de planillas, se hace con el fin de tener control de los Adultos Mayores que asisten y con qué frecuencia participan en las actividades propuestas para la realización de la actividad programada para la semana del Encuentro.

- **ACOMPAÑAMIENTO DEL BUS TRASLADO Y REGRESO DEL ADULTO MAYOR:**

Con el fin de evitar Accidentes y Traumatismos en el recorrido del Adulto Mayor se hace acompañamiento del Transporte a los Adultos Mayores de las Veredas de Tuate, San Luis, Centro Bosque y Arrayanes de ida y regreso a su destino donde todo estuvo dentro de la normalidad.

- **VISITA, ENCUENTRO Y TRASLADO AL ENCUENTRO DEL ADULTO MAYOR EN LA VEREDA DE SAN JOSE DE LA MONTAÑA.**

Se realiza el traslado a la vereda de San José con el fin de realizar el encuentro del Adulto Mayor, realizando las actividades programadas por el Equipo Interdisciplinario, hacemos toma de Tensión y compartimos el Refrigerio y Almuerzo enviado por la Administración Municipal

- **VISITAS DOMICILIARIAS URBANAS:**

Durante el mes de abril se realizaron visitas domiciliarias a los adultos mayores del área urbana, donde el objetivo es hacer la respectiva visita con el fin de observar en que condiciones se encuentran, como esta su salud física mental y emocional

Calos Francisco Álvarez Castro: Adulto mayor quien para movilizarse utiliza silla de ruedas, al momento de la visita se encuentra con su acompañante, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, el adulto mayor refiere alimentarse bien y de igual manera refiere que se toma los medicamentos de manera adecuada y a la hora indicada.
María Rosana Sánchez De Castro: Adulta mayor quien no puede movilizarse porque se encuentra en estado de cama, se encuentra con su cuidadora principal quien refiere que ha estado de buen ánimo, con buen apetito y tomando los medicamentos correctos y a la hora indicada, su TA se encuentra dentro de los parámetros normales y a nivel general se observa en buenas condiciones de salud, físicas, mentales y cognitivas.
Saul De Jesús Balaguera Balaguera: Adulto mayor que presenta sordoceguera, se encuentra acompañado por su cuidadora principal, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, su cuidadora refiere estar tomando sus medicamentos e manera oportuna y según formula médica.
José Manuel Cárdenas Bautista: Adulto mayor que se encuentra acompañado por su esposa, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, su esposa refiere que ha asistido al médico, toma sus medicamentos correspondientes, se observa en buenas condiciones de salud, físicas mentales y cognitivas
Blanca Cecilia Ruiz: Adulta mayor que se encuentra por su cuidador principal, se observa en buenas condiciones de salud, físicas, mentales y cognitivas, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, su cuidador principal refiere estar de buen ánimo, trata de hacer ejercicio como caminar y se toma sus medicamentos según prescripción médica.
Ana Bertilde Daza De Gutierrez: Adulta mayor que se encuentra en acompañamiento de una hija, refiere que esta bien salud, tomando sus medicamentos correctamente, bien de apetito y de ánimo, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales.

- VISITAS DOMICILIARIAS RURALES:

Durante el mes de abril se realizaron visitas domiciliarias a los adultos mayores del área rural, donde el objetivo es hacer la respectiva visita con el fin de observar en qué condiciones se encuentran, como esta su salud física mental y emocional

Carmen Ligia Suarez Moreno: Adulta mayor que se encuentra en acompañamiento de una hija, en la vereda molino, refiere que está bien salud, tomando sus medicamentos correctamente, bien de apetito y de

ánimo, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales.
Luis Alberto Rincón Rincón: Adulto mayor quien se moviliza en silla de ruedas, en la vereda molino, se encuentra acompañado por su cuidadora principal, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, su cuidadora refiere estar tomando sus medicamentos e manera oportuna y según formula médica.
Reinaldo Leopoldo Rincón: Adulto mayor que se encuentra acompañado por su esposa, en la vereda molino, ella refiere que hace ejercicio como caminar en la casa y estiramientos, toma medicamentos a la hora correcta u bajo la prescripción médica, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales, se observa en buenas condiciones de salud, físicas, mentales y cognitivas.
María Antonia Chiquillo De Vargas: Adulta mayor quien para movilizarse utiliza un bastón de apoyo, en la vereda rincón de Castilla, se encuentra en buenas condiciones, en el momento esta con su cuidadora quien nos refiere que toma sus medicamentos en las horas correctas, al tomarle su TA se encuentra dentro de los parámetros normales.
María Lorenza León De Silva: Adulta mayor que se encuentra con su cuidadora principal, nos refiere que ha estado de buen ánimo, tomando sus medicamentos a la hora correcta, haciendo caminatas cortas dentro de la casa, al tomar su TA se encuentra dentro de los parámetros normales.

Acompañamiento el 7 de mayo de 2026 al cumpleaños de nuestro Municipio Belén Boyacá realizando como actividad unas coplas por parte del programa Adulto Mayor.

UNIDAD:	**CANTIDAD:**
UNIDAD	1

VALOR TOTAL:
$ 2.200.000

ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"









FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACION MAS




OPPO A57









FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS









FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACION MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACION MAS



ITEM 4

DESCRIPCION: PSICOPEDAGOGO (A)

ACTIVIDADES:

La vejez constituye una etapa en la que se **consolidan las experiencias y esfuerzos acumulados a lo largo de la vida.** En este periodo se evidencia una **madurez propia del individuo**, forjada a partir de sus vivencias y aprendizajes, que se traducen en un valioso **acervo de saberes y conocimientos**. De este modo, la persona mayor se configura como un **referente de experiencia y memoria histórica**, cuyos aportes representan pilares fundamentales para la sociedad y la cultura, mereciendo reconocimiento, inclusión y una participación activa en la vida comunitaria. La Alcaldía Municipal y el programa de adulto mayor centro vida **AÑOS SABIOS, VIDA PLENA**, en trabajo articulado, se vincula con nuestra población adulta mayor a través del desarrollo de trabajos cognitivos, motrices, de destrezas, cuidados de la salud mental y física que coadyuvaran a la mejora de sus estilos de vida en nuestros adultos mayores.

- Iniciando nuestros talleres de manualidades y trabajo cognitivo del mes de mayo, se implementó en esta sesión el trabajo manual en tejido con lana y la elaboración de flores en papel seda en el adulto mayor que tuvo como propósito fortalecer múltiples dimensiones del bienestar emocional. Para tal actividad se procedió a proveer a los adultos de papeles de colores, Colbon, tijeras, lana de variados colores y vasos de cartón. La actividad realizo su apertura explicando y elaborando flores de papel para después cortar el vaso de cartón en variadas tiras las cuales se fueron cubriendo con lana entretejiendo estas hasta convertir el vaso en un pequeño florero, donde cada adulto deposito las flores realizadas con anterioridad. Esta tarea favoreció la expresión y canalización de emociones, permitiendo que los participantes exteriorizaran sus sentimientos de manera creativa y no verbal. Asimismo, promovieron estados de relajación y tranquilidad al centrar la atención en movimientos repetitivos y organizados, lo que contribuyó a disminuir manifestaciones de ansiedad, tensión y estrés.
- Continuando con nuestro trabajo manual y cognitivo con el adulto mayor se procedió a prolongar con la sesión de elaboración de flores en papel seda y elaboración de jarrón con lana y cartón. Para

la actividad se procedió a la entrega de material y a la explicación del trabajo. La implementación de actividades manuales como el tejido con lana y la elaboración de flores en papel seda en el adulto mayor tuvo como objetivo potenciar diversas capacidades físicas y motrices esenciales para el mantenimiento de la funcionalidad e independencia. Estas tareas favorecieron el fortalecimiento de la motricidad fina mediante movimientos precisos de pinza digital, enrollado, torsión, corte y ensamblaje de materiales, lo que contribuyó a mejorar la destreza manual y el control de los pequeños grupos musculares de manos y dedos. Asimismo, se observó una mayor precisión en los movimientos de manos y dedos, así como un mejor dominio en la manipulación de materiales delicados, evidenciando avances en la coordinación motora y en la capacidad funcional para ejecutar actividades que requieren exactitud y control.

- Prosiguiendo con nuestras sesiones de talleres, se continuó con la elaboración de flores en papel y el trabajo con lana. Con la realización de esta manualidad con lana y la elaboración de flores en papel seda se pretendió estimular el sentido de pertenencia y favorecer la integración social de los adultos mayores, brindándoles un espacio para compartir experiencias, intercambiar ideas y ofrecer apoyo mutuo durante el proceso creativo. Asimismo, se buscó fortalecer los vínculos afectivos y consolidar redes de apoyo, con el propósito de disminuir sentimientos de aislamiento y soledad.
- Continuando con nuestras sesiones de manualidades y trabajo cognitivo se trabajó el juego del Bingo. La práctica del bingo en los adultos mayores se planteó como una actividad recreativa y terapéutica orientada a favorecer la interacción interpersonal y fortalecer los espacios de convivencia grupal, permitiendo que los participantes compartieran experiencias, dialogaran y establecieran relaciones significativas.
- Siguiendo con nuestros talleres, se procedió a continuar con la actividad del juego del bingo. Esta actividad se planteó como una estrategia lúdica y terapéutica orientada a estimular y preservar las funciones cognitivas en los adultos mayores. Mediante esta dinámica se pretendió fortalecer la atención sostenida y selectiva, al requerir que los participantes mantuvieran un monitoreo constante de los números anunciados y los compararan con los presentes en sus cartones.

- Prosiguiendo con nuestras sesiones, se dio continuidad a la práctica del bingo. se utilizó ésta actividad de manera terapéutica orientada a preservar y fortalecer las capacidades físicas y motrices de los adultos mayores. A través de esta dinámica se pretendió estimular la destreza manipulativa y la precisión de los movimientos finos, al requerir la toma y colocación de fichas o el uso de papeles para señalar los números correspondientes.
- Iniciando con nuestra siguiente semana se continúa con el juego del bingo, con la práctica de éste se pretendió favorecer la interacción social de los adultos mayores al reunirlos en un espacio de convivencia donde pudieron compartir experiencias, conversar y establecer relaciones significativas. Asimismo, se buscó promover habilidades sociales como la comunicación asertiva, la escucha activa, el respeto por las normas y los turnos, así como la cooperación y el trabajo grupal.
- Prosiguiendo con nuestras sesiones y talleres se continuó con el juego del bingo, donde se tuvo como propósito potenciar la discriminación visual, la concentración y la coordinación viso perceptiva, al exigir el reconocimiento preciso de números y su ubicación dentro de la cuadrícula. También se pretendió estimular las funciones ejecutivas, especialmente la planificación, la organización y el control inhibitorio, al seguir reglas, respetar secuencias y mantener el control de la tarea. Igualmente se asistió con el grupo de adultos ala feria saludable □vive mejor, vive saludable□ realizada por la ese nuestra señora de Belén donde le explicaron los buenos hábitos de alimentación, los cuidados que se necesitan en la tercera edad y culminaron con una jornada de aero rumba.
- Nuestra siguiente sesión del juego del bingo se centró en buscar favorecer la coordinación viso motriz, integrando la percepción visual con la ejecución motora de manera organizada y precisa. De igual manera, la actividad promovió la movilidad funcional de dedos, manos y muñecas, contribuyendo al mantenimiento de la flexibilidad articular y al fortalecimiento de la musculatura intrínseca de las manos. También se pretendió mejorar el tiempo de respuesta motora y la agilidad en la ejecución de movimientos, favoreciendo una mayor eficiencia en tareas que demandan rapidez y exactitud.
- Nuestra última sesión de bingo se llevó a cabo en la vereda de San José de la Montaña y carrizal. Durante el desarrollo de la actividad de bingo se potenciaron sentimientos de alegría, entusiasmo y

satisfacción mediante la participación activa de los adultos mayores en una dinámica recreativa grupal. Asimismo, se favoreció la disminución de sentimientos de soledad y aislamiento al propiciar espacios de interacción en un ambiente lúdico, acogedor y participativo. La actividad estimuló la expresión espontánea de emociones, experiencias y vivencias personales, fortaleciendo la comunicación y el intercambio afectivo entre los participantes. De igual manera, se promovió una mayor sensación de bienestar subjetivo a través de experiencias de entretenimiento que generaron placer, disfrute y satisfacción, contribuyendo positivamente al equilibrio emocional y a la calidad de vida de los adultos mayores.

- Continuando con las actividades en los talleres de manualidades y talleres cognitivos se participó con el grupo en una charla sobre reflexología y acupresión. Durante la actividad educativa se brindó información relacionada con prácticas complementarias orientadas al bienestar integral de los adultos mayores. Asimismo, se promovió el autocuidado mediante el aprendizaje de técnicas sencillas que contribuyeron a la relajación y al manejo del estrés, fortaleciendo la adopción de hábitos saludables. De igual manera, se favoreció la comprensión de la relación existente entre diferentes zonas corporales y su posible influencia en el bienestar físico y emocional, permitiendo ampliar los conocimientos de los participantes sobre estrategias complementarias para el cuidado de su salud y la mejora de su calidad de vida.
- Prosiguiendo con la ejecución de nuestros talleres se trabajó el coloreado de mándalas. Para la realización de la actividad se entregaron colores y hojas con la silueta de la mándala para que cada adulto mayor la coloreara de manera espontánea. Durante la actividad de pintura de mándalas se pretendió el fortalecimiento de la motricidad fina mediante la realización de movimientos precisos y controlados durante el coloreado. Asimismo, se favoreció la coordinación visomotora al integrar la percepción visual con la ejecución de movimientos manuales, optimizando la precisión y el control motor. De igual manera, se estimuló la movilidad y flexibilidad de los dedos, manos y muñecas a través de la manipulación constante de lápices, marcadores y otros materiales de pintura. La actividad también contribuyó al mantenimiento y fortalecimiento de la destreza manual necesaria para la ejecución de actividades de la vida diaria, al tiempo que promovió el control

postural mediante la adopción y conservación de una posición adecuada durante el desarrollo de la tarea.

- Reanudando con los talleres cognitivos y de manualidades, se continuo con la sesión del coloreo de mándalas. Al igual que en la sesión anterior se le hizo entrega hojas con la silueta de la imagen establecida a cada adulto y se les hizo entrega de variados colores. La elaboración y coloreado de mándalas favoreció la activación de procesos cognitivos esenciales en los adultos mayores, permitiendo ejercitar la capacidad de concentración durante períodos prolongados. Asimismo, se estimuló la velocidad de procesamiento de la información y la atención al detalle al identificar espacios, formas y combinaciones de colores dentro del diseño. De igual manera, la actividad fortaleció las habilidades de planificación y ejecución de tareas, promoviendo una mayor organización cognitiva y flexibilidad mental. Además, contribuyó al mantenimiento de la capacidad de aprendizaje y al ejercicio constante de las funciones mentales, favoreciendo un envejecimiento activo y la preservación de las capacidades intelectuales.
- Se realizaron visitas domiciliarias a los adultos mayores que por cuestión de salud no se pueden desplazar y asistir a las jornadas establecidas por el programa, Dichas visitas se realizaron tanto en el área rural y urbana con las cuales se pretendió obtener un conocimiento más amplio de la realidad cotidiana de los adultos mayores, permitiendo valorar sus condiciones de salud, dinámicas familiares y contexto social. A través de este acompañamiento se logró fortalecer el proceso de seguimiento individual, favoreciendo la identificación de necesidades específicas y la implementación de acciones orientadas a mejorar su bienestar. Asimismo, se promovió una atención más cercana y humanizada, facilitando la detección de situaciones que pudieran generar dependencia, aislamiento o deterioro en su calidad de vida.

UNIDAD:	**CANTIDAD:**
UNIDAD	1

VALOR TOTAL:

$ 3.500.000

ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS









FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS









FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS













FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS









FUNDACIÓN MAS



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





ITEM 5

DESCRIPCION: LICENCIADO EN EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

ACTIVIDADES:

- Fortalecimiento Muscular

- 1. Sesión de Ejercicios de resistencia

  Estos ejercicios están enfocados en la resistencia en grupos musculares clave.
  Proporcionando demostraciones y asistencia, garantizando la correcta ejecución de cada ejercicio.

- 2. Actividad de Reflexión

  Facilitando la demostración del fortalecimiento muscular, estiramientos de las extremidades superiores e inferiores, apoyándose por parejas, en series no mayores a diez y repeticiones moderadas.

- 3. Estiramientos

  Esta técnica de estiramiento y movilidad específicas, mejoran la flexibilidad y reducen la rigidez en las articulaciones.
  Se realiza estiramiento en principio los brazos a los lados, luego arriba y abajo, también las extremidades inferiores apoyándose con el compañero, en series moderadas y siempre con retroalimentación constante para corregir posturas.

- 4. Resistencia

  Ejercicios básicos de movimiento, marcha y caminatas suaves sin salir del espacio deportivo, acompañado de cánticos y respiración continua, para retomar la actividad.

- 5. Aeróbicos

  El baile como actividad recreativa, fomenta la integración, además de generar el espacio propicio para fortalecer la cultura a través del movimiento corporal, direccionado a nuestros adultos mayores, a

mejorar la coordinación, la lateralidad, la ubicación temporoespacial y el ritmo cardíaco.

Además de estas actividades resaltamos el papel de las Mamitas y celebramos su día con cada uno de los grupos, los cuales pudieron disfrutar de una buena integración y de varios regalos y sorpresas para todo, además actividades lúdicas y recreativas, resaltando la participacion y el fortalecimiento cultural, ya que son nuestros Adultos Mayores la esencia viva de las tradiciones y en estas actividades se destacó el compromiso en todos ellos,dejando ver su creatividad en las actividades programadas

Por último es de anotar,que resaltamos en cada una de las actividades durante el mes,un reconocimiento a todos nuestros adultos,entregando detalles con el fin de resaltar su labor en la sociedad e integrarlos pero además con el objetivo de dinamizar las actividades.

De esta manera finalizamos este periodo dedicado a todas las madres en el mes de mayo 2026.

UNIDAD:	**CANTIDAD:**
UNIDAD	1

VALOR TOTAL:

$ 3.360.000

ANEXO: EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS






Belén


Belén

FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS





FUNDACION MAS





Manos de Amor y Solidaridad



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"



"Manos de Amor y Solidaridad"





FUNDACIÓN MAS





FUNDACIÓN MAS





"Manos de Amor y Solidaridad"



FUNDACIÓN MAS
"Manos de Amor y Solidaridad"







FUNDACIÓN MAS





"Manos de Amor y Solidaridad"





