Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS OBLIGACIONES

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTES

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 1

Coordinar el Área Actividad Física- Recreación y Cultura del programa Centro Vida de Pereira Risaralda. En atención del 5to Eje Temático “Envejecimiento saludable para una vida independiente autónoma y productiva en la vejez”

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 5

Promoción de hábitos y estilos de vida saludables mediante programas de actividad física, recreación y cultura, teniendo en cuenta el énfasis de línea de trabajo, todo con la obligación de estructurar el plan de clase para cada actividad desarrollada.
(**Línea Ejercicio Físico Dirigido)**

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 6

Realizar las valoraciones que establezcan la salud desde la funcionalidad, evaluando la autonomía e independencia, aplicándose los siguientes instrumentos: PAR-Q y SENIOR FITNESS TEST (SFT) al 100% de la población que lo requiera.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 8

Participar en las visitas de evaluación y seguimiento que llevan a cabo la secretaria de Desarrollo Social y político Municipal, secretaria de Salud Municipal y las secretarias Departamentales de Salud y Desarrollo Social.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 9

Participar en las reuniones técnicas de equipo de trabajo y capacitaciones.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 10

Realizar talleres de hábitos y estilos de vida saludables, entre otros. Debiendo estructurar la ficha del taller del tema desarrollado.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 11

Realizar el apoyo y acompañamiento solicitado por los integrantes del equipo de trabajo en las actividades que sean transversales y masivas del programa.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 12

Apoyar la ejecución de las demás actividades administrativas, operativas y de apoyo.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N° 13

Realizar el registro de: Actividades Individuales y Masivas, según aplicativo desarrollado para tal efecto.

INFORME N° 4

PERIODO

(JUNIO 01 A JUNIO 30 DE 2026)

POR

WAYGNER XAMIR QUINTO SINISTERRA

PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTE