1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

NOMBRES Y APELLIDOS	**DAVID FERNANDO RENTERIA OCAMPO**
NÚMERO DE CÉDULA	***1088354555***
TIPO DE CONTRATO	Prestación de servicios [ ] Obra o Labor [X]
CARGO	*PROFESIONAL EN DEPORTE*
PERIODO DEL INFORME	*01 AL 31 DE JULIO DE 2026*
PROYECTO	Programa Centro Vida del Adulto Mayor Comuna Oriente

2. DESARROLLO DEL CONTRATO

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
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"**	En coherencia con la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 y la Ley 1276 de 2009, el Centro Vida Oriente desarrolló una serie de actividades deportivas, recreativas y culturales orientadas a promover el bienestar integral y mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Estas acciones impulsaron su participación activa, fortaleciendo procesos de envejecimiento saludable, digno y socialmente conectado. **Objetivo:** Fomentar el envejecimiento activo y el bienestar integral de las personas mayores a través de estrategias deportivas, recreativas y culturales, alineadas con los lineamientos establecidos por la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031 y la Ley 1276 de 2009.	

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES

Se realizo así:

Fecha	Jornada	Actividad	Nombre actividad
1/07/2026	PM	Recreación	Estimulación Cognitiva
1/07/2026	PM	Deportes	Actividad Física Acuática
2/07/2026	AM	Deportes	Ejercicio Físico Cardio Vascular
2/07/2026	PM	Recreación	Juegos Predeportivos Futbol
3/07/2026	AM	Deportes	Actividad Física Musicalizada
6/07/2026	AM	Deportes	Ejercicio Aeróbico Musicalizado con bastones
6/07/2026	PM	Deportes	Actividad Física Acuática
7/07/2026	AM	Recreación	Juegos Predeportivos Futbol
7/07/2026	PM	Recreación	Actividad de Integración
8/07/2026	PM	Recreación	Ludoteca
8/07/2026	PM	Deportes	Actividad Física Acuática
9/07/2026	AM	Deportes	Ejercicio Físico Aeróbico
9/07/2026	PM	Recreación	Recreación Dirigida
10/07/2026	AM	Deportes	Actividad Física Musicalizada
10/07/2026	PM	Deportes	Actividad Física Acuática
14/07/2026	AM	Recreación	Juegos Predeportivos
14/07/2026	PM	Cultura	Apoyo Encuentro Intergeneracional
15/07/2026	AM	Recreación	Actividades de Concentración
15/07/2026	PM	Deportes	Actividad Física Acuática
16/07/2026	AM	Deportes	Estimulación Muscular
16/07/2026	PM	Deportes	Estimulación Muscular
18/07/2026	AM	Cultura	Celebración Cumpleaños - Mundialito
21/07/2026	AM	Recreación	Juegos Predeportivos

✓ Documentación Planes Clase – Reposa en DRIVE compartidos a la coordinación

Ver anexo 1

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES

21/07/2026	PM	Deportes	Taller "Reconectando con Nuestra Cultura"
22/07/2026	AM	Recreación	Estimulación Cognitiva
23/07/2026	AM	Deportes	Circuito Funcional
23/07/2026	PM	Deportes	Circuito Funcional
27/07/2026	AM	Deportes	Actividad Física Musicalizada con banda elástica
28/07/2026	AM	Recreación	Recreación Dirigida
28/07/2026	PM	Deportes	Ejercicio Físico Dirigido
29/07/2026	AM	Cultura	Apoyo Actividad Usuarios: Extrema Belleza
30/07/2026	AM	Deportes	Ejercicio Físico Dirigido
30/07/2026	PM	Cultura	Apoyo Actividad Usuarios: Extrema Belleza
31/07/2026	AM	Deportes	Actividad Física Musicalizada

2. Seguimiento a los procesos misionales según lo establecido en el documento denominado "**Manual de Gestión Administrativa**"	Durante el periodo, se desarrollaron los procesos misionales del área de deportes, lo que incluyó el seguimiento a procesos cualitativos y cuantitativos, y el cumplimiento del cronograma semanal. Toda la documentación correspondiente fue entregada de manera oportuna a la coordinación del programa. **Objetivo**: Garantizar la ejecución eficiente y la entrega oportuna de los procesos misionales del área de deportes a la coordinación del programa, fortaleciendo la organización, el cumplimiento institucional y el bienestar integral de los beneficiarios.	✓ Documentación de área de deportes, reposa en Google DRIVE compartidos a la coordinación y en el presente informe.

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
3. De ser requerido, y ante una detección oportuna de alguna patología, o accidente durante la realización de actividades realizar Remisiones Externas Interinstitucionales	Durante el presente periodo, no se efectuaron remisiones a entidades externas interinstitucionales, ya que no se presentaron situaciones que lo requirieran durante el desarrollo de las actividades. Tampoco se recibieron remisiones de otras áreas, debido a que no se presentaron situaciones que lo requirieran.	No aplica
4. Construir e implementar los Planes de Atención Integral de los usuarios del Centro Vida de acuerdo con lo establecido en: **Resolución Minsalud 055/2018**	En cumplimiento de la Resolución 055 de 2018 del Ministerio de Salud y Protección Social, se implementa el Plan de Atención Integral para las personas mayores, fundamentado en el análisis de los resultados obtenidos a partir de las valoraciones físicas y de autonomía realizadas por el área de deportes. Estas evaluaciones se desarrollan de manera periódica, conforme a las necesidades detectadas, con el objetivo de garantizar intervenciones oportunas, adaptadas a la condición funcional de cada beneficiario y orientadas a su bienestar integral. **Objetivo:** Desarrollar e implementar el Plan de Atención Integral dirigido a personas mayores, a partir de valoraciones sistemáticas de su condición física y nivel de autonomía, promoviendo su bienestar mediante acciones planificadas, personalizadas y supervisadas técnicamente por el área de deportes. • Para el presente periodo, el Plan de Atención Integral se encuentra en fase de desarrollo, iniciando con la aplicación de las valoraciones PAR-Q.	✓ Planes de atención integral del área de deportes, reposa en Google DRIVE compartidos a la coordinación

<table>
<tr><th>OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th></tr>
<tr><td>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.</td><td>Se promueven estilos de vida saludables a través de programas de actividad física, recreación y cultura con planes de clase detallados. En particular, la recreación se utiliza como estrategia para desarrollar habilidades blandas y motrices como la creatividad, la coordinación y la resolución de conflictos, contribuyendo directamente al bienestar integral de los beneficiarios. (Línea de acción 4).

Objetivo: Fomentar hábitos y estilos de vida saludables en adultos mayores mediante la implementación de actividades recreativas que estimulen la movilidad, el bienestar emocional, la socialización y la participación activa, utilizando la recreación como una estrategia integral para mejorar su calidad de vida y promover un envejecimiento activo y saludable.

Se realizaron las siguientes actividades:
<table>
<tr><th>Fecha</th><th>Jornada</th><th>Nombre de actividad</th></tr>
<tr><td>2/07/2026</td><td>PM</td><td>Juegos Predeportivos Futbol</td></tr>
<tr><td>7/07/2026</td><td>AM</td><td>Juegos Predeportivos Futbol</td></tr>
<tr><td>9/07/2026</td><td>PM</td><td>Recreación Dirigida</td></tr>
<tr><td>14/07/2026</td><td>AM</td><td>Juegos Predeportivos</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>AM</td><td>Juegos Predeportivos</td></tr>
<tr><td>28/07/2026</td><td>AM</td><td>Recreación Dirigida</td></tr>
</table></td><td>✓ Registro fotográfico
✓ Planes clase (Formato)
✓ Documentación planes clase reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación.

Ver anexo 2</td></tr>
<tr><td>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.</td><td>Se realizaron valoraciones orientadas a evaluar la condición cardiaca de las personas mayores, utilizando como instrumento el PAR-Q. Los resultados obtenidos fueron analizados, tabulados y sistematizados en bases de datos, y posteriormente entregados a la coordinación del programa para su revisión, seguimiento y toma de decisiones pertinentes.

Objetivo:
Evaluar la condición de salud y aptitud física de las personas mayores, mediante la aplicación del PAR-Q y el Senior Fitness Test, para orientar de manera segura la participación en las actividades físicas del programa.</td><td>✓ Documentación reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación
✓ Registro fotográfico

Ver anexo 3</td></tr>
</table>

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES

Valoraciones PAR-Q realizadas:

FECHA	NOMBRE	CEDULA	JORNADA
21/07/2026	TARSICIO ANTONIO HERNANDEZ	6243995	AM
21/07/2026	CARMEN TERESA LOPEZ	2557212	AM
21/07/2026	LUZ MARINA SANCHEZ	29447580	PM

Valoraciones PAR-Q realizadas por el equipo de deportes:

FECHA	NOMBRE	CEDULA	JORNADA	EVALUADOR
8/07/2026	ARNOBIA OSORNO	25063538	AM	WAYGNER QUINTO
21/07/2026	CONSUELO RIVERA CARDONA	24602480	PM	WAYGNER QUINTO
21/07/2026	DESIDERIO ANTONIO VALENCIA AGUDELO	1367598	PM	JHEYSON ACEVEDO
21/07/2026	GABRIEL HERNANDEZ	10064499	PM	WAYGNER QUINTO
21/07/2026	HERNANDO ANTONIO GARCIA ARENAS	10062083	PM	JHEYSON ACEVEDO
21/07/2026	JAIME ANTONIO CASTAÑO	2459524	PM	JUAN SANCHEZ
21/07/2026	MARIA ADIELA DELGADO	42061096	PM	WILMAR LOAIZA
21/07/2026	MARIA EUCARIS ALVAREZ	24763814	PM	JUAN SANCHEZ
21/07/2026	MARIA FABIOLA ARANGO GIRALDO	34043763	PM	JHEYSON ACEVEDO

<table>
<tr><th>OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO</th><th>ACTIVIDADES EJECUTADAS</th><th>EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES</th></tr>
<tr><td></td><td>
<table>
<tr><td>21/07/2026</td><td>MARIA CELENI OBANDO DE MEJIA</td><td>25107472</td><td>PM</td><td>WILMAR LOAIZA</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>MARIA AURENTINA RAMIREZ</td><td>24788605</td><td>AM</td><td>KATHERINE LOPEZ</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>LUIS FERNANDO BETANCUR MORENO</td><td>7502407</td><td>AM</td><td>KATHERINE LOPEZ</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>TARSICIO ANTONIO HERNANDEZ</td><td>6243995</td><td>AM</td><td>DAVID RENTERIA</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>CARMEN TERESA LOPEZ</td><td>2557212</td><td>AM</td><td>DAVID RENTERIA</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>LUZ MARINA SANCHEZ</td><td>29447580</td><td>PM</td><td>DAVID RENTERIA</td></tr>
<tr><td>27/07/2026</td><td>MARIA EDILMA LOPEZ SANCHEZ</td><td>24938879</td><td>PM</td><td>WILMAR LOAIZA</td></tr>
<tr><td>27/07/2026</td><td>MARIA GLORIA MARTINEZ DE RENDON</td><td>31203055</td><td>PM</td><td>JUAN SANCHEZ</td></tr>
<tr><td>27/07/2026</td><td>GLORIA ESNEDA ORTIZ MARIN</td><td>42165343</td><td>AM</td><td>KATHERINE LOPEZ</td></tr>
</table>
</td><td></td></tr>
<tr><td>7. Apoyar la realización de la estrategia denominada: “Encuentros Intergeneracionales” y “Escuelas de Familias”</td><td>Se realizó el 5to Encuentro Intergeneracional denominado “Puentes de Vida y Cultura” el día 14 de julio de 2026, en el cual se participó activamente brindado apoyo logístico.</td><td>✓ Registro fotográfico.

Ver anexo 4</td></tr>
</table>

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
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.	Se atendió el día 23 de julio de 2026 la visita de la Coordinadora de Centros Vidas del municipio, la Sra Dora Llanos. En dicha visita, se presentó el trabajo que se realiza día a día desde el área de deportes.	✓ Registro fotográfico. **Ver anexo 5**
9. Participar en las reuniones técnicas de equipo de trabajo y capacitaciones.	Se participó en reuniones técnicas del equipo de trabajo, en capacitaciones programadas desde la coordinación, y en demás reuniones solicitadas con el objetivo de fortalecer el conocimiento y mejorar la ejecución de las actividades. **Se realizó así:** **Fecha** / **Tema de Reunión** / **# Acta** 7/07/2026 – Reunión Grupo Rojo AM – 139 7/07/2026 – Reunión Grupo Rojo PM – 136 8/07/2026 – Reunión Equipo de Trabajo – 133 8/07/2026 – Reunión Area de Deportes – 130 17/07/2026 – Capacitación "Brigadista por un Dia" – N/A 27/07/2026 – Reunión Equipo de Trabajo – 153	✓ Registro fotográfico ✓ Actas ✓ Certificado **Ver anexo 6**
10. Realizar talleres de hábitos y estilos de vida saludables, entre otros. Debiendo estructurar la ficha del taller del tema desarrollado.	El 21 de julio de 2026 se llevó a cabo el taller **"Sembradores de Historias: Reconectando con Nuestra Cultura"**, dirigido a los beneficiarios del programa Adulto Mayor del CV. Durante la jornada se facilitó actividades culturales para adultos mayores basadas en un enfoque participativo, vivencial y flexible. El objetivo principal no fue evaluar un resultado técnico, sino activar el bagaje cultural y los recuerdos que cada persona ya posee. **Objetivo:** Promover el bienestar integral del adulto mayor a través del reencuentro con sus raíces culturales, estimulando la memoria colectiva y el sentido de pertenencia.	✓ Registro fotográfico ✓ Ficha Taller. **Ver anexo 7**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
11. Realizar el apoyo y acompañamiento solicitado por los integrantes del equipo de trabajo en las actividades que sean transversales y masivas del programa.	Se brindó apoyo y acompañamiento a las áreas que lo requirieron, incluyendo las actividades realizadas los sábados. Se resalta el apoyo brindado a las áreas de Alimentación, Fisioterapia y el acompañamiento a la actividad de Cine Foro “Vivir dos Veces” realizando labores logísticas. .	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 8**
12. Apoyar la ejecución de las demás actividades administrativas, operativas y de apoyo.	Se proporcionó apoyo y acompañamiento en actividades operativas y administrativas, destacándose el respaldo al servicio de ruta y comedor. **Durante el mes de julio de 2026 se realizó apoyo de la siguiente manera:** • Del 01 al 04 de julio (SEMANA 1) – Apoyo a ruta (Medio Dia) • Del 06 al 11 de julio (SEMANA 2) – Apoyo recepción (hora de almuerzo) • Del 14 al 18 de julio (SEMANA 3) – Apoyo a comedor (PM) • Del 21 al 25 de julio (SEMANA 4) – Apoyo a ruta (Medio Dia) • Del 27 al 31 de julio (SEMANA 5) – Apoyo a comedor (PM)	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 9**
13. Realizar el registro de: Actividades Individuales y Masivas, según aplicativo desarrollado para tal efecto.	Se llevó a cabo el registro continuo de actividades individuales y masivas cada vez que se realizaron, utilizando la herramienta desarrollada específicamente para este propósito por el área de sistemas.	✓ Registro fotográfico ✓ Registro Drive de la herramienta. **Ver anexo 10**

3. EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
Realizar test de valoraciones establecido.	Realizar el total de test a beneficiarios requeridos.	Número de valoraciones realizadas.	(# de test realizados x 100) / # de beneficiarios requeridos	Anual. (Se condiciona por incapacidad física o mental mayor a 10 días del beneficiario, en tal caso se realizará nueva medición)	**100%**	18 test realizados por el área de 18 usuarios requeridos. Se cumplió con la meta establecida para los usuarios requeridos.
Realizar análisis y tabulación de test establecido.	Realizar total de análisis y tabulación a test aplicados.	Número de análisis y tabulación realizadas.	(# de test realizados x 100) / # de análisis y tabulación alcanzada.	Anual. (Se condiciona por incapacidad física o mental mayor a 10 días del beneficiario, en tal caso se realizará nueva medición)	**100%**	18 análisis realizados + 18 tabulaciones al plan de integral y línea base.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
Cumplir con las actividades programadas en el cronograma establecido por el área para el período correspondiente.	Alcanzar y/o superar el 80% de actividades programadas entre deportivas, recreativas y culturales en el periodo del 01 de julio al 31 de julio.	Actividades realizadas.	(# actividades hechas x #de actividades programas) / 100	Mensual	**99.5%**	**Actividades realizadas:** • 86 deportivas de 96 proyectadas. • 76 recreativas de 60 proyectadas. • 47 culturales de 54 proyectadas. • 10 Act. piscinas de 22 proyectadas. • 1 reuniones de equipo de 1 proyectadas. • 2 reuniones interdisciplinarias de 2 proyectadas. • 2 actividad documentales de 2 proyectadas. • 1 taller de 1 proyectado **Meta:** 167 actividades (80%). **(Entre deportivas, recreativas y culturales)** • Actividades proyectadas 210 • Actividades realizadas 209 **Alcanzado: (99.5%).** Se alcanza meta del objetivo.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
Contar con nivel de satisfacción igual o mayor a sobresaliente en el área de deportes por parte de los beneficiarios	Alcanzar nivel de satisfacción > a 30 en percepciones del área de deportes	Percepción de los beneficiarios sobre las actividades del área de deportes (Deficiente- Insuficiente – Aceptable – Sobresaliente - Excelente)	Encuesta abierta a 60 usuarios aleatorios. Suma del número de percepciones sobresaliente y excelentes. Escala: 0-10 Defici. 11 a 20 Insuf. 21 a 30 Acep. 31 a 40 Sobr. 41 a 50 Exce.	Semestral	**No Aplica**	No Aplica
Asistir a las capacitaciones y/o reuniones solicitadas	Asistir al 100% de las capacitaciones y/o reuniones solicitadas	Número de capacitaciones y/o reuniones asistidas	(# de capacitaciones y/o reuniones x # de capacitaciones y/o reuniones programas) / 100	Mensual	**75%**	Se asiste a 6 capacitaciones y/o reuniones de 8 requeridas.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1. Iniciativa para el Área de Deportes

Es recomendable mantener el programa de entrenamiento de fuerza dirigido a los adultos mayores, priorizando el trabajo en las extremidades inferiores. Fortalecer la musculatura de las piernas resulta fundamental para mejorar el equilibrio y la movilidad, lo que disminuye directamente el riesgo de caídas. De esta manera, se resguarda la salud física de los usuarios y se promueve su independencia y bienestar general.

2. Actualización del Material Deportivo

Conviene renovar y ampliar la variedad del equipamiento deportivo en las instalaciones. Contar con una oferta más diversa de recursos permitirá diseñar rutinas más ágiles, personalizadas y adaptadas a las necesidades individuales. Asimismo, disponer de insumos variados incrementa la motivación en cada sesión y facilita la integración de personas con distintos niveles de capacidad física.

3. Plan de Acción para el Área Recreativa

Se propone continuar impulsando actividades lúdicas y educativas, haciendo un hincapié especial en la recuperación de los juegos tradicionales. Estas dinámicas no solo estimulan la creatividad y fortalecen la identidad cultural, sino que también garantizan momentos de esparcimiento saludable. El propósito principal es consolidar al Centro Vida Oriente como un espacio donde el entretenimiento sea clave para la salud emocional y la integración comunitaria.

Para constancia, se firma en la ciudad de Pereira Risaralda, a los treinta y uno (31) días del mes de julio del año 2026.



_____

David Fernando Renteria Ocampo
Cédula: 1088354555
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación | C.T.A MULTISER
E-mail: davidr.ocampo11@gmail.com
Celular: + 57 3225164032