## 1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| NOMBRES Y APELLIDOS | **JHEYSON DAVID ACEVEDO MONTES** | | | |
| NÚMERO DE CÉDULA | ***1088331597*** | | | |
| TIPO DE CONTRATO | Prestación de servicios | | Obra o Labor | X |
| CARGO | *PROFESIONAL EN DEPORTE* | | | |
| PERIODO DEL INFORME | *1 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.<br><br>**Objetivo:**<br>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. | ✓ Registro fotográfico<br>✓ Documentación Planes Clase – Reposa en DRIVE compartidos a la coordinación<br><br>**Ver anexo 1** |

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

**Se realizo así:**

| Fecha | Jornada | Tipo de actividad | Nombre de actividad |
|---|---|---|---|
| **1/07/2026** | PM | Recreación | Estimulación Cognitiva |
| **2/07/2026** | AM | Recreación | Juegos Predeportivos Futbol |
| **2/07/2026** | AM | Recreación | Juegos Predeportivos Futbol |
| **3/07/2026** | PM | Deportes | Actividad Física Musicalizada |
| **6/07/2026** | AM | Deportes | Ejercicio Aeróbico Musicalizado con bastones |
| **7/07/2026** | AM | Deportes | Estimulación Muscular |
| **8/07/2026** | PM | Recreación | Ludoteca |
| **9/07/2026** | PM | Recreación | Recreación Dirigida |
| **10/07/2026** | AM | Deportes | Actividad Física Musicalizada |
| **14/07/2026** | PM | Cultura | Apoyo Encuentro Intergeneracional |
| **15/07/2026** | PM | Recreación | Actividades de Concentración |
| **16/07/2026** | PM | Deportes | Estimulación Muscular |
| **16/07/2026** | PM | Recreación | Juegos Predeportivos Futbol |
| **17/07/2026** | PM | Deportes | Actividad Física Musicalizada con Balones |
| **18/07/2026** | AM | Cultura | Celebración Cumpleaños - Mundialito |
| **21/07/2026** | PM | Reunión | Taller "Reconectando con Nuestra Cultura" |
| **21/07/2026** | PM | Recreación | Juegos Predeportivos |
| **22/07/2026** | PM | Recreación | Estimulación Cognitiva |
| **23/07/2026** | PM | Deportes | Circuito Funcional |
| **23/07/2026** | PM | Recreación | Movilidad Recreativa |
| **24/07/2026** | AM | Deportes | Ejercicio Aeróbico Musicalizado |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO | ACTIVIDADES EJECUTADAS | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES |
|---|---|---|
| | **27/07/2026** PM Deportes Actividad Física Musicalizada con banda elástica<br>**28/07/2026** PM Deportes Ejercicio Físico Dirigido<br>**28/07/2026** PM Recreación Recreación Dirigida<br>**29/07/2026** PM Recreación Estimulación Cognitiva<br>**30/07/2026** PM Cultura Apoyo Actividad Usuarios: Extrema Belleza<br>**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.<br><br>**Objetivo**:<br>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. |
| **3.** De ser requerido, y ante una detección oportuna de alguna patología, o accidente durante la realización de actividades realizar Remisiones Externas Interinstitucionales | Para este periodo no se realizaron ni se recibieron remisiones de otras áreas, debido a que no se presentaron situaciones que lo requirieran. | No aplica. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO | ACTIVIDADES EJECUTADAS | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES |
|---|---|---|
| **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.<br><br>**Objetivo:**<br>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.<br><br>• Para el presente periodo, el Plan de Atención Integral se encuentra en desarrollo con la aplicación de las valoraciones PAR-Q. | ✓ Planes de atención integral del área de deportes, reposa en Google DRIVE compartidos a la coordinación |
| **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. | Se promueven hábitos y estilos de vida saludables a través de programas de actividad física, recreación y cultura, garantizando la elaboración y aplicación de Planes de clase detallados para cada una de las sesiones desarrolladas. Se implementó la actividad física musicalizada y aeróbica con el propósito de mejorar las condiciones rítmicas, coordinativas, cognitivas y generar estímulos cardiovasculares y musculares al son de melodías y ritmos acordes para el grupo Etario y sus especificidades físicas. (Línea de acción 2)<br><br>**Objetivo**:<br>Fomentar hábitos y estilos de vida saludables en las personas mayores mediante la ejecución de programas de actividad física, recreación y cultura, con énfasis en el fortalecimiento muscular. Para ello, se adopta la natación como estrategia principal de intervención, orientada a mejorar las capacidades funcionales y favorecer un envejecimiento activo y saludable | ✓ Registro fotográfico<br>✓ Planes clase (Formato)<br>✓ Documentación planes clase reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación.<br><br>**Ver anexo 2** |

<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>Se realizaron las siguientes actividades:<br><br>
<table>
<tr><th>FECHA</th><th>JORNADA</th><th>NOMBRE DE ACTIVIDAD</th></tr>
<tr><td>3/07/2026</td><td>PM</td><td>Actividad Física Musicalizada</td></tr>
<tr><td>6/07/2026</td><td>AM</td><td>Ejercicio Aeróbico Musicalizado con bastones</td></tr>
<tr><td>10/07/2026</td><td>AM</td><td>Actividad Física Musicalizada</td></tr>
<tr><td>17/07/2026</td><td>PM</td><td>Actividad Física Musicalizada con Balones</td></tr>
<tr><td>24/07/2026</td><td>AM</td><td>Ejercicio Aeróbico Musicalizado</td></tr>
<tr><td>27/07/2026</td><td>PM</td><td>Actividad Física Musicalizada con banda elástica</td></tr>
<tr><td>31/07/2026</td><td>AM</td><td>Actividad Física Musicalizada</td></tr>
</table>
</td><td></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.<br>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.<br><br>Objetivo:<br>Evaluar la condición de salud y aptitud física de las personas mayores, mediante la aplicación del PAR-Q para orientar de manera segura la participación en las actividades físicas del programa.</td><td>✓ Documentación reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación<br>✓ Registro fotográfico.<br><br>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* | *JOR* |
|---|---|---|---|
| 21/07/2026 | HERNNDO ANTONIO GARCIA | 10062083 | PM |
| 21/07/2026 | DESIDERIO ANTONIO VALENCIA | 1367598 | PM |
| 21/07/2026 | MARIA FABIOLA ARANGO | 34043763 | PM |

**Valoraciones PAR-Q realizadas por el equipo de deportes:**

| FECHA | NOMBRE | CEDULA | JOR | 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 | 1367598 | PM | JHEYSON ACEVEDO |
| 21/07/2026 | GABRIEL HERNANDEZ | 10064499 | PM | WAYGNER QUINTO |
| 21/07/2026 | HERNANDO ANTONIO GARCIA | 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 | 34043763 | PM | JHEYSON ACEVEDO |
| 21/07/2026 | MARIA CELENI OBANDO DE | 25107472 | PM | WILMAR LOAIZA |
| 21/07/2026 | MARIA AURENTINA RAMIREZ | 24788605 | AM | KATHERINE LOPEZ |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO | ACTIVIDADES EJECUTADAS | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES |
|---|---|---|
| | 21/07/2026 LUIS FERNANDO BETANCUR 7502407 AM KATHERINE LOPEZ<br>21/07/2026 TARSICIO ANTONIO HERNANDEZ 6243995 AM DAVID RENTERIA<br>21/07/2026 CARMEN TERESA LOPEZ 2557212 AM DAVID RENTERIA<br>21/07/2026 LUZ MARINA SANCHEZ 29447580 PM DAVID RENTERIA<br>27/07/2026 MARIA EDILMA LOPEZ SANCHEZ 24938879 PM WILMAR LOAIZA<br>27/07/2026 MARIA GLORIA MARTINEZ 31203055 PM JUAN SANCHEZ<br>27/07/2026 GLORIA ESNEDA ORTIZ MARIN 42165343 AM KATHERINE LOPEZ | |
| **7.** Apoyar la realización de la estrategia denominada: "Encuentros Intergeneracionales" y **"Escuelas de Familias"** | Se realizó apoyo al encuentro intergeneracional denominado **"Puentes de vida y cultura"** ejecutado el día 14 de julio de 2026, en el cual se brindó apoyo logístico. | ✓ Registro fotográfico.<br><br>**Ver anexo 4** |

| 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 participó en la visita de la funcionaria Dora llanos representante de la Secretaria de Desarrollo Social y Político el día 23/ Julio/ 2026. | ✓ Registro Fotográfico |
| 9. Participar en las reuniones técnicas de equipo de trabajo y capacitaciones. | Se participó activamente en las reuniones técnicas del equipo de trabajo, en las capacitaciones programadas desde la coordinación, y en las demás reuniones solicitadas con el objetivo de fortalecer el conocimiento y mejorar la ejecución de las actividades, contribuyendo al desarrollo continuo del programa.<br><br>Se realizo así:<br><br>FECHA — TEMA DE REUNIÓN — # ACTA<br>**7/07/2026** — Reunión Grupo Rojo PM — 136<br>**8/07/2026** — Reunión Equipo de Trabajo Interdisciplinario — 133<br>**8/07/2026** — Reunión Area de Deportes — 130<br>**27/07/2026** — Reunión Equipo de Trabajo — 153 | ✓ Registro fotográfico<br>✓ Actas<br><br>**Ver anexo 5** |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO | ACTIVIDADES EJECUTADAS | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES |
|---|---|---|
| 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 realizó el taller “Reconectando con Nuestra Cultura”, dirigido a los beneficiarios del programa Adulto Mayor del CV ORIENTE. Durante la actividad se destacó la importancia de la tradición oral como medio para preservar la historia, las costumbres y los saberes de cada participante. A través del diálogo y el intercambio de experiencias, los adultos mayores compartieron recuerdos, anécdotas y expresiones culturales, fortaleciendo su identidad, el sentido de pertenencia y la integración social.<br><br>**Objetivo**:<br><br>Promover el reconocimiento y la valoración de la tradición oral y del patrimonio cultural de las personas mayores, mediante actividades participativas que fortalezcan la identidad, la memoria colectiva, la interacción social y el bienestar integral. | ✓ Registro fotográfico<br>✓ Ficha Taller.<br><br>**Ver anexo 6** |
| 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<br><br>Se destaca el apoyo al Cine Foro ¨ Vivir dos Veces¨ | ✓ Registro fotográfico<br><br>**Ver anexo 7** |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO | ACTIVIDADES EJECUTADAS | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES |
|---|---|---|
| 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 diario de ruta.<br><br>Durante el mes de julio de 2026 se realizó apoyo de la siguiente manera:<br>• Del 1 al 5 de julio (SEMANA 1) – Apoyo servicio de ruta<br>• Del 6 al 12 de julio (SEMANA 2) – Apoyo servicio de ruta<br>• Del 13 al 19 de julio (SEMANA 3) – Apoyo servicio de restaurante<br>• Del 20 al 26 de julio (SEMANA 4) – Apoyo servicio de ruta<br>• Del 27 al 31 de julio (SEMANA 5) – Apoyo servicio de ruta | ✓ Registro fotográfico<br><br>**Ver anexo 8** |
| 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<br>✓ Registro Drive de la herramienta.<br><br>**Ver anexo 9** |

## 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.<br><br>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. |
| 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 1 de Julio al 31 de Julio. | Actividades realizadas | (# actividades hechas x #de actividades programas) / 100 | Mensual | 99.5% | **Actividades realizadas:**<br><br>• 86 deportivas de 96 proyectadas.<br>• 76 recreativas de 60 proyectadas.<br>• 47 culturales de 54 proyectadas. |

| OBJETIVO | META | NOMBRE DEL INDICADOR | FORMULA DE CALCULO | PERIODICIDAD DE MEDICIÓN | RESULTADO | ANALISIS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | • 10 Act. piscinas de 22 proyectadas.<br>• 1 reuniones de equipo de 1 proyectadas.<br>• 2 reuniones interdisciplinarias de 2 proyectadas.<br>• 2 actividad documentales de 2 proyectadas.<br>• 1 taller de 1 proyectado<br><br>**Meta:** 167 actividades (80%).<br>**(Entre deportivas, recreativas y culturales)**<br>• Actividades proyectadas 210<br>• Actividades realizadas 209<br><br>**Alcanzado: 99.5%**<br>Se alcanza meta del objetivo. |
| Contar con nivel de satisfacción igual o | Alcanzar nivel de satisfacción > a 30 | | Encuesta abierta a 60 usuarios | Semestral | No Aplica | No Aplica |

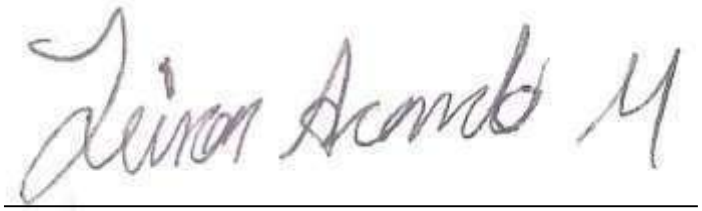
| OBJETIVO | META | NOMBRE DEL INDICADOR | FORMULA DE CALCULO | PERIODICIDAD DE MEDICIÓN | RESULTADO | ANALISIS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| mayor a sobresaliente en el área de deportes por parte de los beneficiarios | en percepciones del área de deportes | Percepción de los beneficiarios sobre las actividades del área de deportes (Deficiente-Insuficiente – Aceptable – Sobresaliente - Excelente) | aleatorios.<br><br>Suma del número de percepciones sobresaliente y excelentes.<br><br>Escala:<br>0-10 Defici.<br>11 a 20 Insuf.<br>21 a 30 Acep.<br>31 a 40 Sobr.<br>41 a 50 Exce. | | | |
| 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 | 80% | Se asiste a 4 capacitaciones y/o reuniones de 6 requeridas. |

## 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- **Fortalecimiento Muscular y Cardiovascular**
  Se recomienda estructurar programas de fortalecimiento muscular y cardiovascular adaptados a las particularidades de cada usuario de manera de poder cuantificar los beneficios obtenidos después de aplicar por un prolongando tiempo, favoreciendo y demostrando los resultados y beneficios de esta práctica física de manera regular en las personas mayores.

- **Variabilidad de Equipos**
  Se sugiere ampliar la cantidad de equipos y materiales para ejecutar las actividades masivas y clases con los diferentes grupos, entre ellos tener en cuenta, bandas elásticas, pesas, sonido, entre otros materiales necesarios para asegurar una participación adecuada y total por parte de los usuarios del centro vida oriente.

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



Jheyson David Acevedo Montes
Cédula: 1088331597
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación **|** C.T.A MULTISER
E-mail: Jdam12295@gmail.com
Celular: + 57 3205141040