1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

NOMBRES Y APELLIDOS	**JOHN WILMAR LOAIZA VALENCIA**
NÚMERO DE CÉDULA	***1144170116***
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. **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.	✓ Registro fotográfico ✓ 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

Se realizo así:

FECHA	*JOR*	*ACTIVIDAD*	*NOMBRE DE ACTIVIDAD*
1/07/2026	PM	Recreación	Estimulación Cognitiva
2/07/2026	AM	Deporte	Ejercicio Físico Cardio Vascular
2/07/2026	PM	Deporte	Ejercicio Físico Cardio Vascular
3/07/2026	AM	Deporte	Actividad Física Acuática
3/07/2026	PM	Deporte	Actividad Física Musicalizada
6/07/2026	AM	Deporte	Ejercicio Aeróbico Musicalizado con bastones
7/07/2026	PM	Recreación	Actividad de Integración
8/07/2026	AM	Deporte	Actividad Física Acuática
8/07/2026	PM	Recreación	Ludoteca
9/07/2026	AM	Deporte	Ejercicio Físico Aeróbico
9/07/2026	PM	Deporte	Ejercicio Físico Aeróbico
10/07/2026	PM	Deporte	Actividad Física Musicalizada
14/07/2026	AM	Deporte	Ejercicio Físico Cardio Vascular
14/07/2026	PM	Cultura	Apoyo Encuentro Intergeneracional
15/07/2026	PM	Recreación	Actividades de Concentración
16/07/2026	AM	Deporte	Estimulación Muscular
16/07/2026	PM	Recreación	Juegos Predeportivos Futbol
17/07/2026	PM	Deporte	Actividad Física Musicalizada con Balones
17/07/2026	PM	Deporte	Actividad Física Acuática
18/07/2026	AM	Cultura	Celebración Cumpleaños - Mundialito
21/07/2026	AM	Deporte	Taller "Reconectando con Nuestra Cultura"
21/07/2026	PM	Recreación	Juegos Predeportivos
22/07/2026	PM	Recreación	Estimulación Cognitiva

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	22/07/2026 PM Deporte Actividad Física Acuática *23/07/2026* AM Deporte Circuito Funcional *23/07/2026* PM Recreación Movilidad Recreativa *24/07/2026* PM Deporte Ejercicio Aeróbico Musicalizado *24/07/2026* PM Deporte Actividad Física Acuática *27/07/2026* PM Deporte Actividad Física Musicalizada con banda elástica *28/07/2026* AM Deporte Ejercicio Físico Dirigido *28/07/2026* PM Recreación Recreación Dirigida *29/07/2026* AM Cultura Apoyo Actividad Usuarios: Extrema Belleza *29/07/2026* PM Recreación Estimulación Cognitiva *30/07/2026* AM Deporte Ejercicio Físico Dirigido *30/07/2026* PM Cultura Apoyo Actividad Usuarios: Extrema Belleza *31/07/2026* PM Deporte 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	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.
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 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

<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 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 natación como herramienta central para la readaptación funcional y el fortalecimiento muscular en personas mayores, orientando las sesiones al mejoramiento de la fuerza, el equilibrio, la flexibilidad y la coordinación. Esta estrategia ha contribuido de manera significativa al bienestar integral de los beneficiarios.
(Línea de acción 6)

Objetivo:
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

Se realizaron las siguientes actividades:
<table>
<tr><th>FECHA</th><th>JOR</th><th>ACTIVIDAD</th><th>NOMBRE DE ACTIVIDAD</th></tr>
<tr><td>1/07/2026</td><td>PM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</td></tr>
<tr><td>3/07/2026</td><td>AM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</td></tr>
<tr><td>6/07/2026</td><td>PM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</td></tr>
<tr><td>8/07/2026</td><td>AM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</td></tr>
<tr><td>8/07/2026</td><td>PM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</td></tr>
<tr><td>10/07/2026</td><td>PM</td><td>Deporte</td><td>Actividad Física Acuática</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>
</table>

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	15/07/2026 PM Deporte Actividad Física Acuática 17/07/2026 PM Deporte Actividad Física Acuática 22/07/2026 PM Deporte Actividad Física Acuática 24/07/2026 PM Deporte Actividad Física Acuática	
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.	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 para orientar de manera segura la participación en las actividades físicas del programa. **Valoraciones PAR-Q realizadas:** ***FECHA*** ***NOMBRE*** ***CEDULA*** ***JOR*** 21/07/2026 MARIA ADIELA DELGADO 42061096 PM 21/07/2026 MARIA CELENI OBANDO DE MEJIA 25107472 PM 27/07/2026 MARIA EDILMA LOPEZ SANCHEZ 24938879 PM **Valoraciones PAR-Q realizadas por el equipo de deportes:**	✓ Documentación reposa en Google DRIVE compartido a la coordinación ✓ Registro fotográfico. **Ver anexo 3**

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

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
21/07/2026	LUIS FERNANDO BETANCUR	7502407	AM	KATHERINE LOPEZ
21/07/2026	TARSICIO ANTONIO HERNANDEZ	6243995	AM	DAVID RENTERIA
21/07/2026	CARMEN TERESA LOPEZ	2557212	AM	DAVID RENTERIA
21/07/2026	LUZ MARINA SANCHEZ	29447580	PM	DAVID RENTERIA

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	27/07/2026 MARIA EDILMA LOPEZ SANCHEZ 24938879 PM WILMAR LOAIZA 27/07/2026 MARIA GLORIA MARTINEZ 31203055 PM JUAN SANCHEZ 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 el encuentro intergeneracional denominado **"Puentes de vida y cultura"** el día 14 de julio de 2026, en el cual se brindó apoyo logístico.	✓ Registro fotográfico. **Ver anexo 4**
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.	Durante este periodo no se presentaron visitas técnicas por parte de entidades gubernamentales.	No aplica
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	✓ Registro fotográfico ✓ Actas

<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>solicitadas con el objetivo de fortalecer el conocimiento y mejorar la ejecución de las actividades, contribuyendo al desarrollo continuo del programa.

Se realizo así:

<table>
<tr><th>FECHA</th><th>TEMA DE REUNIÓN</th><th># ACTA</th></tr>
<tr><td>7/07/2026</td><td>Reunión Grupo Rojo PM</td><td>136</td></tr>
<tr><td>8/07/2026</td><td>Reunión Equipo de Trabajo Interdisciplinario</td><td>133</td></tr>
<tr><td>8/07/2026</td><td>Reunión Area de Deportes</td><td>130</td></tr>
<tr><td>21/07/2026</td><td>Capacitación Ley de Piscinas</td><td>145</td></tr>
<tr><td>27/07/2026</td><td>Reunión Equipo de Trabajo</td><td>153</td></tr>
</table></td><td>Ver anexo 5</td></tr>
<tr><td>10. Realizar talleres de hábitos y estilos de vida saludables, entre otros. Debiendo estructurar la ficha del taller del tema desarrollado.</td><td>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.

Objetivo:

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.</td><td>✓ Registro fotográfico
✓ Ficha Taller.

Ver anexo 6</td></tr>
</table>

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 al área administrativo con base de datos.	✓ Registro fotográfico **Ver anexo 7**
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. Durante el mes de julio de 2026 se realizó apoyo de la siguiente manera: • Del 1 al 5 de julio (SEMANA 1) – Apoyo servicio de ruta • Del 6 al 12 de julio (SEMANA 2) – Apoyo servicio de ruta • Del 13 al 19 de julio (SEMANA 3) – Apoyo servicio de ruta • Del 20 al 26 de julio (SEMANA 4) – Apoyo servicio de ruta • Del 27 al 31 de julio (SEMANA 5) – Apoyo servicio de ruta	✓ Registro fotográfico **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 ✓ Registro Drive de la herramienta. **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. 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	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.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
						• 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.
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. 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.			
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	100%	Se asiste a 5 capacitaciones y/o reuniones de 5 requeridas.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- **Fortalecimiento Muscular**
  Se recomienda dar continuidad al programa de fortalecimiento muscular dirigido a las personas mayores, con especial énfasis en el trabajo del tren inferior, dada su relevancia en la movilidad, el equilibrio y la prevención de caídas. Esta estrategia resulta clave para potenciar el bienestar físico, la autonomía y la funcionalidad de los beneficiarios.

- **Variabilidad de Equipos**
  Se sugiere ampliar y diversificar la dotación de implementos deportivos disponibles, con el propósito de enriquecer las sesiones y adaptarlas a distintos niveles funcionales. Contar con una mayor variedad de equipos permitirá generar experiencias más dinámicas, inclusivas y motivadoras, ajustadas a las necesidades individuales de los participantes.

- **Recomendación sobre la Piscina**
  Se recomienda intervenir el sistema de calefacción de la piscina con el fin de garantizar una temperatura adecuada durante todo el año. Las bajas temperaturas han limitado la participación de algunos beneficiarios, afectando la continuidad del proceso. Disponer de condiciones térmicas confortables es fundamental para mantener una asistencia regular y optimizar los beneficios de las actividades acuáticas.

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



John Wilmar Loaiza Valencia
Cédula: 1144170116
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación | C.T.A MULTISER
E-mail: John.loaiza@utp.edu.co
Celular: + 57 3023957406