Q

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

NOMBRES Y APELLIDOS	**JUAN BAUTISTA SANCHEZ SANCHEZ**
NÚMERO DE CÉDULA	***1010138437***
TIPO DE CONTRATO	Prestación de servicios [x] Obra o Labor [ ]
CARGO	*PROFESIONAL EN DEPORTE*
PERIODO DEL INFORME	*18 AL 30 DE SEPTIEMBRE 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, según lo establecido en el documento denominado: Procedimiento de Actividad Física- Recreación y Cultura, estructurando el plan de trabajo cualitativo y cuantitativo del área, dando cumplimiento a mínimo al ochenta por ciento (80%) de las actividades allí programadas, y	Se coordina el Área de Actividad Física, Recreación y Cultura del programa Centro Vida de Pereira, Risaralda, de acuerdo con los lineamientos establecidos en el Procedimiento de Actividad Física, Recreación y Cultura. Para el desarrollo de las acciones se estructura y ejecuta el plan de trabajo cualitativo y cuantitativo del área, realizando seguimiento permanente al cumplimiento de las actividades programadas y garantizando la ejecución de mínimo el ochenta por ciento (80%) de las mismas. De igual manera, se mantiene actualizado el registro diario de asistencia de los beneficiarios y de las actividades desarrolladas mediante el aplicativo institucional dispuesto para tal fin, permitiendo llevar un adecuado control, seguimiento y trazabilidad de las acciones ejecutadas. **Objetivo:** Coordinar, planificar y realizar seguimiento a las actividades del Área de Actividad	✓ Plan de trabajo área ✓ Cronograma de actividades. ✓ Registro en aplicativo institucional. **Entregables en aplicativo institucional**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
mantener registro diario de asistencia y actividades en el aplicativo institucional dispuesto para tal fin.	Física, Recreación y Cultura del programa Centro Vida, mediante la estructuración y ejecución del plan de trabajo cualitativo y cuantitativo, garantizando el cumplimiento de las actividades programadas y el registro oportuno de asistencias y acciones desarrolladas en el aplicativo institucional.	
2. Ante la detección de una patología, accidente o cualquier condición que requiera atención adicional durante el desarrollo de las actividades, realizar las remisiones internas o externas correspondientes dentro de las veinticuatro (24) horas siguientes. Asimismo, atender las remisiones dirigidas al Área de Deportes y efectuar el seguimiento de cada caso hasta su cierre, dejando constancia en la bitácora de seguimiento.	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
3. Realizar clases de cultura y artísticas, tales como teatro y danza, en las jornadas de la mañana (AM) y de la tarde (PM), con mínimo una (1) clase semanal en cada jornada, dejando como evidencia la ficha del taller de cada clase y la base de datos de participantes.	Se realizaron **clases de expresión cultural, incluyendo actividades de teatro y juegos tradicionales, con los usuarios de las jornadas AM y PM**, de acuerdo con la programación y los lineamientos establecidos por la coordinación. El cumplimiento de este alcance se encuentra respaldado mediante las **evidencias requeridas de las actividades realizadas**. **Objetivo**: Promover la participación activa, la inclusión social, la interculturalidad y el fortalecimiento de la autoestima en los adultos mayores del Centro Vida Oriente, mediante el desarrollo de actividades de expresión Cultural Artísticas y tradicionales FECHA | ACTIVIDAD | JORNADA | INTEGRANTES 23-09-2026 | Teatro | Am | 13 25-09-2026 | Teatro | Pm | 9 30-09-2026 | Teatro | Am | 11	✓ Ficha Taller ✓ Base de datos
4. Ejecutar mínimo 8 sesiones semanales (32 mensuales) de actividad física, recreación y cultura, con su respectivo Plan de Clase, abordando semanalmente y de forma rotativa las cinco temáticas establecidas: fortalecimiento físico y funcional, actividad física musicalizada y aeróbica, recreación y tradición, estimulación cognitiva y ludoteca, y expresión cultural y artística.	Se ejecutan semanalmente sesiones de actividad física, recreación y cultura, garantizando el desarrollo de actividades grupales y la elaboración del respectivo plan de clase para cada sesión. Las actividades se orientan de manera rotativa al fortalecimiento físico y funcional, actividad física musicalizada y aeróbica, actividad acuática y natación, recreación y rescate de la tradición, estimulación cognitiva y ludoteca, así como expresión cultural y artística. De igual manera, se brinda apoyo como segundo profesional en sesiones lideradas por otros integrantes del área, dejando como evidencia el plan de clase correspondiente firmado por los profesionales participantes. **Objetivo:** Promover el bienestar integral de las personas mayores mediante la ejecución planificada y continua de actividades físicas, recreativas,	✓ Planes Clase ✓ Base de datos de área. **Entregables en Drive institucional**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
Además, brindar apoyo como segundo responsable en mínimo 5 sesiones semanales (20 mensuales) lideradas por otros profesionales, dejando como evidencia el Plan de Clase firmado por ambos profesionales.	acuáticas, cognitivas, culturales y artísticas, fortaleciendo sus capacidades físicas, funcionales, sociales y cognitivas, y garantizando el cumplimiento de la programación establecida por el Área de Actividad Física, Recreación y Cultura. **Nota:** Para el presente periodo, comprendido entre el 17 y el 30 de septiembre de 2026, se desarrollaron las actividades correspondientes de acuerdo con los días efectivos de ejecución, los cuales sumaron un total de nueve (9) días de actividad. En consecuencia, la cantidad de sesiones realizadas durante este periodo fue proporcional al tiempo efectivamente laborado y a la programación establecida (Aproximadamente 11 sesiones)	

Fecha	Día	Actividad / Tema
21/09/2026	lunes	Ejercicio Fisico Musicalizado
21/09/2026	lunes	Actividad Recreativa
22/09/2026	martes	Juegos tradicionales
23/09/2026	miércoles	Concentración mental -Juegos
23/09/2026	miércoles	Teatro
24/09/2026	jueves	Taller - Moviendo el cuerpo calmando la mente
24/09/2026	jueves	Recreación - Juegos de Mesa
25/09/2026	viernes	Actividad Fisica Musicalizado
25/09/2026	viernes	Teatro
28/09/2026	lunes	Juegos de Mesa y tradicionales
28/09/2026	lunes	Actividad Fisica Musicalizada
29/09/2026	martes	Teatro

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	29/09/2026 martes Actividad Fisica Musicalizada 30/09/2026 miércoles Estimulación Cognitiva- Recreación	
5. Aplicar PAR-Q y Senior Fitness Test al 100 % de los usuarios activos, según la periodicidad establecida: anualmente, al reintegro después de más de 30 días de ausencia o dentro de los 7 días posteriores al ingreso de nuevos usuarios. Analizar y registrar los resultados en el Plan de Atención Integral, implementando las medidas de intervención necesarias.	Se aplican las valoraciones a los usuarios del programa, de acuerdo con la periodicidad establecida para usuarios activos, nuevos ingresos y personas que se reintegran después de una ausencia prolongada. Los resultados obtenidos son analizados y registrados en el Plan de Atención Integral, permitiendo identificar condiciones físicas, capacidades funcionales y posibles factores de riesgo que requieran intervención o seguimiento. **Objetivo:** Valorar la aptitud física y funcional de las personas mayores mediante la aplicación periódica del PAR-Q y el Senior Fitness Test, con el fin de identificar necesidades, riesgos y capacidades individuales, registrar los resultados en el Plan de Atención Integral y establecer las medidas de intervención y seguimiento necesarias para promover una participación segura en las actividades físicas. **Nota:** La totalidad de los usuarios que requerían valoración durante el presente periodo fueron evaluados mediante el cuestionario PAR-Q por parte del equipo de Deportes. En cuanto al Senior Fitness Test, a la fecha este instrumento no ha sido avalado ni entregado oficialmente al área para su aplicación, por lo cual no se han realizado valoraciones bajo esta metodología. **Valoraciones PAR-Q realizada**	✓ Formato PAR-Q ✓ Registro Atención Individual **Entregables en Drive institucional**

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
	30-09-2026 MARIA OLGA OSPINA 41113377 AM	
6. Apoyar la ejecución mensual mínimo de un (1) Encuentro Intergeneracional o una (1) Escuela de Familias o (1) "Cine foros" en articulación con el Talento Humano del programa	. Para este periodo no se programó Encuentro Intergeneracional ni escuela de familia, ni Cine foros articulación con el Talento Humano del programa. Se espera que para el próximo periodo se dé cumplimiento a este alcance	NA
7. Asistir al 100% de las reuniones técnicas, capacitaciones, inducciones y reinducciones convocadas por la coordinación del programa, así como a las visitas de evaluación y seguimiento realizadas por las Secretarías de Desarrollo Social y de Salud municipales y departamentales.	Se asistió al 100% de las reuniones programadas por el equipo administrativo así como a las visitas de evaluación y seguimiento realizadas por las Secretarías de Desarrollo Social y de Salud municipales y departamentales	✓ Actas de reunión ✓ Registro fotográfico

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
8. Reportar mensualmente el 100% de la información e indicadores requeridos para el seguimiento a la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez y al Plan de Acción del programa Centro Vida, dentro de los plazos y formatos que para el efecto disponga la coordinación, y registrar mensualmente en el aplicativo institucional o base de datos dispuesto por la coordinación el 100% de las actividades individuales y masivas ejecutadas durante el mes.	Se reporta mensualmente la información e indicadores requeridos para el seguimiento a la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez y al Plan de Acción del programa Centro Vida, atendiendo los plazos, formatos y lineamientos establecidos por la coordinación. De igual manera, se registran en el aplicativo institucional o base de datos dispuesta para tal fin las actividades individuales y masivas ejecutadas durante el mes, garantizando la actualización, trazabilidad y consolidación de la información correspondiente a las acciones desarrolladas por el área. **Objetivo:** Garantizar el reporte oportuno, completo y organizado de la información, indicadores y actividades desarrolladas, mediante su registro mensual en los formatos, aplicativos o bases de datos establecidos, con el fin de facilitar el seguimiento a la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez, al Plan de Acción del programa Centro Vida y al cumplimiento de las metas institucionales.	✓ Informe y reportes ✓ Certificado **Entregables en Drive institucional** .
9. Estructurar y ejecutar mínimo una (1) jornada educativa mensual por jornada de atención sobre hábitos y estilos de vida saludables, con su respectiva ficha técnica	El **24 de septiembre de 2026** se llevó a cabo el taller **"Moviendo el Cuerpo, Calmando la Mente"**, dirigido a los beneficiarios del programa Adulto Mayor del CV. Durante la jornada se desarrollaron actividades físicas, recreativas y lúdicas orientadas al reconocimiento del movimiento como una herramienta para el manejo del estrés y el fortalecimiento del bienestar físico, mental y social. Mediante ejercicios, juegos y dinámicas grupales se promovió la participación activa, la interacción entre los asistentes y la incorporación de hábitos saludables en la vida cotidiana. **Objetivo:** Promover en las personas mayores el reconocimiento de la actividad física, la recreación y el juego como herramientas para el manejo del estrés y el fortalecimiento del bienestar físico, mental y social, fomentando hábitos saludables, la participación grupal y la incorporación del movimiento en la vida cotidiana	✓ FicHa Taller Registro fotográfico

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
10. Participar en el **100 % de los estudios de caso** convocados por el equipo interdisciplinario, aportando análisis y recomendaciones desde el área de **actividad física, recreación y cultura**, dejando registro en el acta correspondiente dentro de los **3 días hábiles** y realizando seguimiento hasta el cierre del caso.	Para la participación de este periodo no se convocaron estudios de casos por ningún equipo disciplinario.	No aplica
11. Apoyar el **100 % de las jornadas de entrega personalizada de alimentos y recorridos de transporte** de los adultos mayores, brindando acompañamiento integral, apoyo en la movilidad, prevención de caídas y seguridad durante el embarque y desplazamiento. Asimismo, participar en **otras actividades relacionadas con el programa Centro Vida**, de acuerdo con la programación y el objeto contractual.	Durante este periodo se proporcionó apoyo y acompañamiento (según cronograma establecido por la administración) en las jornadas de transporte vehicular. Durante el mes de septiembre de 2026 se realizó apoyo de la siguiente manera: • Del 17 al 19 de septiembre (SEMANA 1) – Apoyo servicio de ruta • Del 21 al 26 de septiembre (SEMANA 2) – Apoyo servicio de ruta • Del 28 al 30 de septiembre (SEMANA 3) – Apoyo servicio de comedor	✓ Registro fotográfico

OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDADES EJECUTADAS	EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES
12. Apoyar la **planeación, preparación y ejecución del 100 % de las actividades masivas y extramurales** del programa, coordinando la participación de los adultos mayores de ambas jornadas y brindando **apoyo interdisciplinario** a las demás áreas cuando sea necesario, de acuerdo con la programación y logística establecida.	**Objetivo:** Apoyar de manera integral el desarrollo de las actividades masivas y extramurales del programa, favoreciendo la participación de las personas mayores, la adecuada organización logística y la articulación interdisciplinaria durante su ejecución. Se brindó apoyo a la actividad denominada **"Amor y Amistad"**, realizada el **19 de septiembre de 2026** y liderada por el Área Psicosocial. Asimismo, se apoyaron las actividades sabatinas programadas y desarrolladas bajo la responsabilidad de las diferentes áreas interdisciplinarias del programa	✓ Registro fotográfico

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%**	4 test realizados por el área de 4 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%**	4 análisis realizados + 4 tabulaciones al plan de integral y línea base.
Cumplir con las actividades programadas en el el período correspondiente	Alcanzar y/o superar el 80% de actividades programadas entre deportivas, recreativas y culturales en el periodo del 17al 30 de Septiembre de 2026.	Actividades realizadas	(# actividades hechas x #de actividades programas) / 100	Mensual	93.1%	**Actividades realizadas:** • 8 deportivas de proyectadas. • 3 recreativas de 3 proyectadas. • 8 culturales de 5 proyectadas. • 1 Act. piscinas de 14 proyectadas.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
						• 1 reuniones de equipo de proyectadas. • 2 actividad documentales de 2 proyectadas. • 1 taller de 1 proyectado **Meta:** 11 actividades (80%). **(Entre deportivas, recreativas y culturales)** • Actividades proyectadas 14 • Actividades realizadas 14 **Alcanzado: 100%** Se alcanza meta del objetivo.
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.	Semestral	No Aplica	No aplica.

OBJETIVO	META	NOMBRE DEL INDICADOR	FORMULA DE CALCULO	PERIODICIDAD DE MEDICIÓN	RESULTADO	ANALISIS
			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 1 capacitaciones y/o reuniones de 1 requeridas.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El equipo de deporte del CVO, a lo largo de todos los periodos contractuales, ha contribuido significativamente a dignificar la vida del adulto mayor, mediante la oferta de actividades variadas, pertinentes e idóneas que responden de manera efectiva a sus necesidades. En este sentido, y con el propósito de fortalecer el impacto y la relevancia del programa, resulta fundamental considerar e implementar las siguientes recomendaciones.

- **Apoyo Continuo**
  Los profesionales requieren un acompañamiento continuo por parte del equipo administrativo, que garantice la provisión oportuna de materiales y recursos necesarios para asegurar la variabilidad y la calidad en la prestación del servicio. De esta manera, se fortalece el trabajo articulado y se promueve una labor conjunta orientada al cumplimiento de los objetivos institucionales.

- **Dinamizar El Proceso**

Como profesionales, tenemos la obligación y la responsabilidad de ofrecer un servicio de calidad a los adultos mayores. Sin embargo, cuando el ejercicio profesional trasciende el simple cumplimiento de los alcances estipulados en un contrato y se orienta hacia la innovación, la empatía y el compromiso genuino, se logra generar un impacto significativo en su bienestar integral. Esto implica dinamizar constantemente el proceso mediante estrategias participativas, actividades motivadoras y ajustes oportunos que respondan a sus intereses y necesidades, fortaleciendo así su calidad de vida y el sentido de pertenencia hacia el programa

Para constancia, se firma en la ciudad de Pereira Risaralda, a los treinta (30) días del mes de septiembre del año 2026.



Juan Bautista Sanchez Sanchez
Cédula: 1010138437
Licenciado En Educación Física Recreación Y Deportes | C.T.A MULTISER
E-mail: juanbaito17@gmail.com
Celular: + 57 312665437