

INTEGRACION Y RECREACION DEL ADULTO MAYOR

Asociación Del Adulto Mayor María Auxiliadora

Estudiante:

Brandon David Flechas Salazar

CC. 1090525930

Código: 202323227902

Horas sociales

Quinto semestre

Ingeniería de Sistemas

Universidad Simón Bolívar

DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO SOCIAL

Elegí formar parte de una asociación dedicada al bienestar de los adultos mayores. Esta organización, conocida como Asociación del Adulto Mayor María Auxiliadora, es un espacio fundamental que impulsa la inclusión, el cuidado integral y el enriquecimiento personal de quienes han acumulado experiencia y sabiduría a lo largo de los años.

La asociación ofrece una variedad de servicios y actividades diseñados para fortalecer la salud física, emocional y mental de sus integrantes. Su propósito principal es empoderar a los adultos mayores, brindándoles un entorno donde se sientan valorados, escuchados y capaces de seguir aportando a la sociedad con sus vivencias y conocimientos. Estas iniciativas celebran cada etapa de la vida y promueven un envejecimiento activo y saludable.

OBJETIVO GENERAL

El objetivo principal es llevar a cabo diversas actividades que beneficien de manera positiva a la población de adultos mayores, promoviendo su bienestar integral en esta etapa de la vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Coordinar actividades como juegos de mesa, clases de manualidades, pintura, música, baile o viajes grupales que estimulan la creatividad y la interacción social.
- Ayudar en la logística de celebraciones organizadas por la asociación, incluyendo fiestas, almuerzos o cenas, para promover la camaradería y la integración social entre los miembros.
- Asistir en actividades de estiramiento, aeróbicos suaves o ejercicios de bajo impacto, promoviendo la salud física, la movilidad y el fortalecimiento del cuerpo.
- Colaborar en charlas sobre temas relevantes como salud, nutrición, tecnología, arte, finanzas personales, entre otros, que fomentan el aprendizaje continuo y están dirigidas a los adultos mayores.

ACTIVIDADES A REALIZAR

1. Juego de mesa y cartas
2. Hacer ejercicio para la movilidad y el fortalecimiento del cuerpo
3. Escucha activa en las experiencias vividas de cada uno de los adultos mayores
4. Acompañamiento en la salida a paseos y realización de eucaristías.
5. Acompañamiento en las manualidades con los miembros de la asociación

REFLEXIÓN DEL TRABAJO REALIZADO

Esta experiencia ha sido profundamente enriquecedora y llena de aprendizajes para mí. Tuve la oportunidad de organizar y participar en una variedad de actividades diseñadas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Al planificar actividades como juegos de mesa, clases de manualidades, pintura y excursiones grupales, he sido testigo directo de cómo estas iniciativas estimulan la creatividad y promueven la interacción social. La energía y el entusiasmo con los que los adultos mayores se involucran me han demostrado el inmenso valor que tienen la creatividad y las conexiones humanas en cualquier etapa de la vida. Comprendí que estas experiencias no solo entretienen, sino que también fortalecen los lazos comunitarios, creando un sentido de pertenencia y un propósito compartido.

Evidencia Y Anexo Al Cumplimiento De Actividades



**Asociación El Adulto
Mayor María Auxiliadora**



Certificación

La **Asociación El Adulto Mayor María Auxiliadora**, una organización sin ánimo de lucro dedicada al bienestar y atención integral de los adultos mayores, ubicada en la **calle 7B #20-80, barrio San Miguel, Cúcuta, Norte de Santander**, certifica que:

Brandon David Flechas Salazar, identificado con cédula de ciudadanía No. 1090525930, expedida en Cúcuta, realizó **60 horas de servicio social** en nuestra dependencia durante el periodo **del 3 de agosto de 2024 al 2 de noviembre de 2024**.

Durante este tiempo, el estudiante desempeñó actividades de apoyo y asistencia en los programas y proyectos dirigidos a la población adulta mayor, demostrando un compromiso destacado con las tareas asignadas y colaborando activamente con el personal de la entidad.

Con esta certificación, la Asociación El Adulto Mayor María Auxiliadora reconoce su valiosa contribución al bienestar de los beneficiarios, y le extiende el presente documento como constancia de su participación.

La presente certificación se expide a solicitud del interesado, en **Cúcuta**, a los **15 días del mes de enero de 2025**.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Luz Marina Ruiz'.

Luz Marina Ruiz
Líder de la Asociación El Adulto Mayor María Auxiliadora
Teléfono: 3203036539
Calle 7B #20-80 Barrio San Miguel



Entidad	Asociación Del Adulto mayor María Auxiliadora					
Nombre del encargado por parte de la entidad	Luz Mariana Ruiz		Área/Dpto		Cúcuta/Norte de Santander	
Nombre del estudiante	Brandon David Flechas Salazar		Documento		C.C. 1090525930	
Fecha	Actividades realizadas	Hora de entrada	Hora de salida	Total de horas	Firma estudiante	Visto bueno del encargado de la entidad
10/08/2025	Ayuda y organización en juegos de mesa	08:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fu acant
16/08/2025	Apoyo en el juego bingo	08:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fu acant
17/08/2025	Organización y apoyo para una fiesta de adulto mayor	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fu acant
23/08/2025	Apoyo en manualidades al adulto mayor	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fu acant
24/08/2025	Coordinación ejercicios suaves	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fu acant
31/08/2025	Acompañamiento y apoyo en la excursión al río la playita	08:00 am	04:00 pm	08:00 H	Brandon Flechas	fu acant
06/09/2025	Ayuda Juegos de mesa	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fu acant
13/09/2025	Organización juego bingo	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fu acant
20/09/2025	Apoyo reunión organizada en un parque	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fu acant



Palacio Municipal - Calle 11 No. 5-49
PBX: 6075960140 / Cúcuta - Colombia
www.cucuta.gov.co



Entidad	Asociación Del Adulto mayor María Auxiliadora					
Nombre del encargado por parte de la entidad	Luz Marina Ruiz			Área/Dpto	Cúcuta/Norte de Santander	
Nombre del estudiante	Brandon David Flechas Salazar			Documento	C.C. 1090525930	
Fecha	Actividades realizadas	Hora de entrada	Hora de salida	Total de horas	Firma estudiante	Visto bueno del encargado de la entidad
21/09/2025	Apoyo de una eucaristía al adulto mayor	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fuera
27/09/2025	Apoyo sobre charla de Salud y nutrición	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fuera
28/09/2025	organización Juego bingo	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fuera
11/10/2025	Ayuda en organización de juego de dominó y apoyo en comida	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fuera
18/10/2025	Coordinación para ejercicios Sillas	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fuera
25/10/2025	organización y ayuda de Juego de mesa	03:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fuera
26/10/2025	Apoyo de una eucaristía al adulto mayor	02:00 pm	06:00 pm	04:00 H	Brandon Flechas	fuera
01/11/2025	Apoyo en manualidades al adulto mayor	02:00 pm	05:00 pm	02:00 H	Brandon Flechas	fuera
02/11/2025	acompañamiento y apoyo durante la excursión al río carajo	08:00 am	04:00 pm	08:00 H	Brandon Flechas	fuera



Palacio Municipal - Calle 11 No. 5-49
PBX: 6075960140 / Cúcuta - Colombia
www.cucuta.gov.co



REGISTRADURÍA
NACIONAL DEL ESTADO CIVIL

ELECCIONES DE CONSEJOS
MUNICIPALES Y LOCALES
DE JUVENTUD



CERTIFICADO ELECTORAL ELECCIONES 19 DE OCTUBRE DE 2025

NORTE DE SANTANDER
Departamento

CUCUTA
Municipio/Distrito

COL JULIO PEREZ FERRERO
Puesto de votación

Zona 09

Mesa 2

Núm. _____ 1.090.525.930 _____

Nombres y apellidos Flechas Salazar Brandon David



Jaider Díaz

Firma del jurado

2505434956



BENEFICIOS CERTIFICADO ELECTORAL

- Prelación en el caso de obtener un empate en los resultados de los exámenes de ingreso a las instituciones públicas o privadas de educación superior.
- Rebaja de un mes en el tiempo de prestación del servicio militar obligatorio si son soldados bachilleres o auxiliares bachilleres y dos meses si son soldados campesinos o soldados regulares.
- Beneficios en la adjudicación de becas educativas, predios rurales y subsidios de vivienda ofrecidos por el Estado en casos de igualdad de condiciones estrictamente establecidas en un concurso abierto. Un tratamiento similar tendrán en caso de igualdad de puntaje en una lista de elegibles cuando se trate de un empleo de carrera con el Estado.
- Los estudiantes de una institución oficial de educación superior tendrán derecho a un descuento del 10% en el costo de la matrícula, según el artículo 1 de la Ley 815 de 2003, con la cual se agregan nuevos estímulos al sufragante.
- Rebaja del 10% en el valor de la expedición del pasaporte que solicite durante los 4 años siguientes a la votación, por una sola vez.
- Descuento del 10% del valor en el trámite inicial y expedición de duplicados de la Libreta Militar; por duplicados de la Cédula de Ciudadanía, del segundo duplicado en adelante.
- Media jornada de descanso compensatorio remunerado por el tiempo que utilice para sufragar.
- Las universidades no oficiales podrán establecer un descuento en el valor de la matrícula a los estudiantes de pregrado y postgrado.