Septiembre 2021
Edición N° 166

Revista coleccionable

Comfenalco Antioquia

UN RECORRIDO POR LAS HISTORIAS

en las que el **aprendizaje** y el **bienestar** son **PROTAGONISTAS**

VIGILADO SuperSubsidio

Nos dedicamos a buscar las **historias** de aquellos que han hecho del

BIENESTAR SU PROPÓSITO

¡Dale play a nuestro **pódcast Historias Sonoras de Comfenalco Antioquia!**

Escanea con la cámara de tu celular el código QR y escucha **las voces de sus protagonistas**.

Síguenos en nuestras redes sociales y sé parte de la **transformación de nuestro departamento**.

@comfenalcoant

www.comfenalcoantioquia.com.co

Comfenalco Antioquia

REVISTA COMFENALCO ANTIOQUIA

Caja de Compensación Familiar Comfenalco Antioquia © Todos los derechos reservados.

DIRECTOR: Jorge Alejandro Gómez Bedoya

CONSEJO DIRECTIVO:
Federico Restrepo Posada • María José Bernal Gaviria • Juan Felipe Montoya Calle • Maritza López Calle • Gloria Cecilia Calle Uribe • Jorge Uriel Buitrago Restrepo • Carlos Julio Tavera Atehortúa • Wilson Flórez Medina • Nora Milena Olarte • Jorge Alberto Vera Arango • León Darío Correa Flórez • María Cristina Gómez Noreña • Juan Esteban Álvarez Bermúdez • Luis Fernando Gómez Giraldo • Rubén Darío Montoya Orozco • Reina Catalina Montañez Borja • Juan David Cortés Torres • Edwin Alexander Franco Escobar • Claudia Leticia Arboleda Arango

COMITÉ EDITORIAL:
Francisco Javier Duque Ossa • Jorge Humberto Sepúlveda Zapata • Carolina Franco Giraldo • Gustavo Alberto Trujillo Aramburo • Liliana María Arroyave Restrepo • Deicy Johana Pareja Montoya • Hernán Darío Orozco Palacios • Joan Manuel Toro Herrera • Sarita Palacio Garcés

ISSN 2027-7725

EDICIÓN: 166
DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN: Duende SAS.
IMPRESIÓN: La Patria

MEDELLÍN, COLOMBIA
2021

CONTENIDO

- **EDUCAR PARA LA LIBERTAD,** para el presente y para el futuro 1
- **¡HABLEMOS DE BIENESTAR!** 2
- **EDUCACIÓN Y BIENESTAR,** ¡Más cercanos de lo que piensas! 3
- **EDUCACIÓN Y BIENESTAR,** conexiones posibles 5
- **LA EDUCACIÓN INCLUYENTE, base del** desarrollo personal y comunitario 6
- **CONTIGO GENERAMOS MÁS Y MEJORES MOMENTOS DE VIDA** 7
- **DESCUBRE LA RELACIÓN ENTRE TUS SUEÑOS Y EL BIENESTAR** 9
- **¡TÚ LO SUEÑAS Y JUNTOS LO HACEMOS POSIBLE!** 10
- **IKIGAI,** encuentra tu sentido de vida 11
- **¡CONTAMOS CON UN NUEVO ESPACIO PARA LA EDUCACIÓN!** Una sede colorida y funcional de Comfenalco Antioquia te espera en el centro de Medellín 14
- **LANGUAGES THAT BREAK DOWN BARRIERS** 15
- **IDIOMAS QUE ROMPEN BARRERAS** 16
- **CÓMO CONSTRUIR VÍNCULOS FAMILIARES SANOS DURANTE LOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA** 17
- **EL JUEGO,** un aliado perfecto para el desarrollo infantil 18
- **¿PARA QUÉ SIRVE LA CURIOSIDAD?** 19
- **CON CRISOL** les abres la puerta a la libertad y la creatividad 20
- **ENTRE PARTITURAS, COMPOSICIONES Y LIENZOS SE DESCUBRE EL MUNDO** 21
- **EN LOS TIEMPOS DE OCIO** se fomenta la creatividad y la autonomía 22
- **LEER POR PLACER Y NO POR OBLIGACIÓN:** pautas para fomentar la lectura en los jóvenes 23
- **FÓRMULAS Y RECETAS PARA VIVIR EN UN MUNDO MEJOR** 24
- **EDUCACIÓN Y VIRTUALIDAD:** revolucionando la forma de aprender 25
- **LA EDUCACIÓN EN EL CENTRO DEL DESARROLLO Y LA TRANSFORMACIÓN DEL SER** 27
- **¡CONTINÚA APRENDIENDO EN NUESTROS CURSOS!** 28
- **APRENDE CON NUESTRA OFERTA DE CURSOS Y PONLE VALOR A TU TIEMPO LIBRE** 29
- **LAS TARIFAS DE NUESTRA OFERTA FORMATIVA SE DIVIDEN EN 4 CATEGORÍAS** 30
- **LA EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO, UN MOTOR DE TRANSFORMACIÓN** 31
- **¿CÓMO ELABORAR UNA HOJA DE VIDA IMPACTANTE?** 32
- **ALFABETIZACIÓN DIGITAL:** ¿cómo adaptarnos a un mundo hiperconectado? 33
- **EDUCACIÓN EN LA ADULTEZ** 34
- **EL VALOR DE LA VIDA NO SE MIDE EN AÑOS** 36
- **TODOS TENEMOS HISTORIAS PARA CONTAR** 37

EDUCAR PARA LA LIBERTAD, PARA EL PRESENTE Y PARA EL FUTURO

Hace sesenta y tres años, cuando asumimos el propósito de aportar al desarrollo integral de los trabajadores antioqueños y de sus familias, entendimos que el bienestar no se puede concebir sin el conocimiento. **En estos años hemos creado nuestra propia definición de la palabra *educación*,** que se aparta de estructuras rígidas y verdades absolutas, y se sustenta en las necesidades y las realidades de cada subregión del departamento.

Desde el Urabá y el Norte, hasta el Oriente y el Suroeste Antioqueño, hemos llevado una oferta integral a los 125 municipios de Antioquia, conservando la premisa de que el aprendizaje no es algo que sucede exclusivamente en las aulas; **las conversaciones, las canciones, las exposiciones de arte, el teatro, los libros y hasta los deportes también enriquecen nuestra mirada y nos acercan al saber práctico y vigente,** tan necesario para comprender nuestro entorno.

Y es que la educación no puede ser ajena a los cambios sociales, a las coyunturas ni a la identidad de cada territorio. **Por eso, en Comfenalco Antioquia promovemos la construcción colectiva** del conocimiento a partir de preguntas, interpretaciones y subjetividades, pues son estas las bases sobre las que se forja el criterio.

Educar para formar ciudadanos libres, conscientes, analíticos y diversos es la mejor manera de seguir haciendo lo que nos mueve: construir territorios que alberguen oportunidades para todos. **De esta manera, nuestros cerca de 860.000 afiliados, entre trabajadores y sus beneficiarios, encuentran una amplia oferta formativa que incluye arte, cultura, tecnología, manualidades, deportes, idiomas y muchas otras ramas del saber.**

Somos una Caja de Compensación que le apuesta a la formación en todas las etapas de la vida. Tenemos programas para personas desde los 0 años, como Crisol: una escuela que potencia la creatividad, el descubrimiento de los sentidos, el asombro, la relación con los padres y cuidadores, y la sensibilización artística.

También acompañamos a los niños y adolescentes para que descubran sus talentos, fortalezcan sus capacidades y encuentren espacios para interactuar con personas de su edad.

Sabemos que **la juventud es una etapa fundamental, en la que se toman decisiones que influyen directamente en el futuro** de cada individuo; de ahí que asumamos como prioridad la orientación vocacional y las oportunidades de educación formal a través de nuestra Institución de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano. Con nuestra Agencia de Empleo y nuestros cursos, diplomados y talleres contribuimos al logro de las metas profesionales y personales de los jóvenes de nuestro departamento.

Trabajamos diariamente para **ser la Caja de Compensación que está más cerca del corazón de los antioqueños,** y eso implica, por supuesto, acompañar a los adultos mayores con espacios y actividades que hagan de esta etapa una temporada de la vida productiva y feliz: clubes, cursos deportivos, artísticos y de idiomas son nuestra forma de estar presentes durante su prejubilación y su jubilación.

Este recorrido que comparto con ustedes por lo que ha sido nuestra apuesta decidida por la educación es precisamente el tema que inspira y le da línea a la nueva edición de la Revista Comfenalco Antioquia. **Volvemos con una publicación multimedia que podrán disfrutar en impreso y digital, a través de www.comfenalcoantioquia.com.co.**

Volvemos para seguir nutriendo las conversaciones de los antioqueños y celebrar las historias de vida en las que el bienestar es el protagonista.

Jorge Alejandro Gómez Bedoya
Director de Comfenalco Antioquia

¡Los invitamos

a disfrutar esta edición hecha y pensada para todos!

¡Hablemos de **bienestar!**

En Comfenalco Antioquia queremos multiplicar nuestra apuesta por el bienestar, pues creemos que es la mejor forma de contribuir a la calidad de vida de las familias antioqueñas.

¿Qué es el **bienestar?**

Es poder satisfacer las necesidades fundamentales de las personas en sus múltiples áreas de desarrollo humano, para que se sientan bien.

Percepción de bienestar para Comfenalco Antioquia

El bienestar para nosotros es:

Colectivo, todos pueden acceder a él mediante las soluciones que Comfenalco Antioquia ofrece, de manera fácil, adecuada y oportuna.

Humano, parte de un proceso de mejoramiento de la calidad de vida con base en la satisfacción de las necesidades fundamentales del desarrollo humano.

Integral, un concepto holístico con múltiples funciones integradas en una: generar experiencias significativas.

Estamos a tono con la tendencia mundial que ubica al ser humano en el centro de todos los procesos de transformación.

Nodos del bienestar para Comfenalco Antioquia

Nos apoyamos en 3 nodos para brindar tranquilidad a nuestros afiliados:

1. Social e intelectual
Ofrece soluciones que promueven un sentido de conexión social y reconoce las habilidades creativas.

2. Físico y emocional
Cuida al ser humano en su dualidad mente y cuerpo, para que alcance la plenitud e interactúe de una manera cada vez mejor con el mundo actual, ampliando el sentido de propósito y significado de la vida.

3. Económico
Acompaña a los afiliados en el manejo responsable de la economía, para que puedan satisfacer una necesidad, cumplir un sueño o emprender un proyecto.

4 atributos de nuestra oferta de

Proactividad
Tenemos presencia y anticipación para entender cuáles son las necesidades de nuestros afiliados y sorprenderlos con soluciones a la medida.

Inmersividad
Brindamos una oferta que se integra a la gestión humana de las empresas y ayuda a desarrollar el talento de la organización.

Continuidad
Hacemos un acompañamiento permanente, que se funde con las áreas de talento humano para complementarlas.

Adaptabilidad
Somos flexibles para darles solución a las necesidades de cada ecosistema empresarial.

Cada empresa es un ecosistema laboral diferente

Trabajamos muy de cerca con las empresas afiliadas a la Caja de Compensación, entendemos su postura y desde ahí abordamos sus necesidades puntuales, para ofrecerles soluciones a la medida.

Algunas de nuestras **ofertas de bienestar**

Impulsamos la educación, la recreación, la vivienda, la cultura y el bienestar económico. Estos son algunos de nuestros programas que buscan el bienestar de quienes integran esta gran familia:

Cuota Monetaria | Subsidio de Vivienda | Educación | Bibliotecas | Formación Artística y Cultural | Recreación y Deportes | Hoteles y Parques | Créditos | Foniñez | Agencia de Gestión y Colocación de Empleo

Para Comfenalco Antioquia es muy importante dar solución a las necesidades de sus afiliados. Esto nos exige hacer una permanente lectura del entorno y una indagación profunda sobre las características de nuestros beneficiarios.

¡Aliados en el **bienestar de los trabajadores**

Fuente: Francisco Javier Duque Ossa, gerente de Relacionamiento y Gestión Comercial de Comfenalco Antioquia.

EDUCACIÓN Y BIENESTAR,

¡Más cercanos de lo que piensas!

Ambas palabras son importantes en la vida de un ser humano y están más relacionadas de lo que imaginas. Compartimos contigo algunas definiciones de cada concepto para que puedas acercarte a su origen y a distintos puntos de vista sobre lo que significan.

EDUCACIÓN

Primero, conozcamos su etimología

La palabra educación tiene dos raíces: *ēducātiō*, que significa "crianza", y *ēdūcere*, que significa **"promover el desarrollo intelectual y cultural"**. Esto quiere decir que, desde siempre, esta palabra ha estado unida al propósito de instruir y preparar.

¿Cómo la entiende el Diccionario de Oxford?

1. Formación destinada a desarrollar la capacidad **intelectual, moral y afectiva** de las personas de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de la sociedad a la que pertenecen.
2. **Transmisión de conocimientos** a una persona para que adquiera una determinada formación.
3. **Conjunto de habilidades o conocimientos** intelectuales, culturales y morales que tiene una persona.
4. **Adecuación del comportamiento** de una persona a las normas de cortesía comúnmente admitidas.

¿Qué dice la Real Academia Española?

Existen cuatro definiciones principales:

1. **Acción y efecto** de educar.
2. **Crianza, enseñanza y doctrina** que se da a los niños y a los jóvenes.
3. **Instrucción** por medio de la acción docente.
4. **Cortesía, urbanidad.**

Y para el Ministerio de Educación Nacional...

La educación se define como un **proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana,** de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes. También se ha clasificado, según su contexto, en formal, no formal e informal.

BIENESTAR

Primero, su etimología

La palabra bienestar tiene su raíz en dos palabras de origen latino: *bene*, que quiere decir un "nivel elevado", y *stare*, que se traduce como "estar o vivir". Desde su origen, el bienestar nos habla sobre estar o vivir de una manera superior, más allá de lo normal u ordinario.

¿Qué dice la Real Academia Española?

1. Conjunto de las cosas necesarias para **vivir bien**.
2. **Vida holgada o abastecida** de cuanto conduce a pasarlo bien y con tranquilidad.
3. **Estado de la persona** en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica.

¿Y el Diccionario de Oxford?

Estado de la persona cuyas condiciones físicas y mentales le proporcionan un sentimiento de satisfacción y tranquilidad.

¿Y cómo se relacionan, entonces?

La educación contribuye al bienestar intelectual de cualquier individuo que, al tener las herramientas para disfrutar, generar y compartir conocimiento, puede transformar su entorno y ser parte activa del bienestar social de la comunidad a la que pertenezca.

Otras instituciones de alcance mundial lo han dicho así:

- **La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura** promueve los derechos humanos y el Estado de derecho, con especial énfasis en el derecho a la educación, a la información, la libertad de opinión y de expresión, los derechos culturales, y el derecho a participar en los avances y en el progreso científicos.
- **En 1983, la Organización Mundial de la Salud** definió el concepto "educación para la salud" como cualquier combinación de actividades de información y educación que conduzca a una situación en la que las personas deseen estar sanas, sepan cómo alcanzar la salud, hagan lo que puedan individual y colectivamente para mantenerla y busquen ayuda cuando la necesiten.

La educación contribuye al bienestar intelectual de cualquier individuo y le permite ser parte de la transformación de su comunidad por medio del conocimiento.

EDUCACIÓN Y BIENESTAR, CONEXIONES POSIBLES

Julioprofe

Julioprofenet

Julioprofenet

Julioprofe

Cuando encontré este formato en el que pongo mi cámara, alisto mis marcadores y mi tablero, me encierro en la habitación a trabajar en los videos, siento bienestar porque hago lo que me gusta, **siento que logro compartir los conocimientos en física y matemáticas con quienes realmente quieren aprender.**

Bienestar implica gozar de un buen ambiente y de las condiciones óptimas para hacer las cosas. Incluye, por supuesto, el gozar de buena salud y de tranquilidad. El bienestar es un conjunto de condiciones favorables que están a nuestro alrededor y que propician un ambiente ideal para avanzar en nuestros proyectos de vida, académicos, profesionales. Son todos esos elementos que nos permiten gozar de un buen ambiente en la vida cotidiana, por ejemplo para descansar y para trabajar.

Desde que empecé con el formato de video educativo hace 12 años, me di cuenta de que existía **otra forma de aprender**. Las personas sienten desespero en clase cuando no entienden un tema, en el colegio o la universidad. Pero recobran la tranquilidad cuando encuentran la explicación en Youtube, la exploran con calma, en detalle, paso a paso.

Es un aporte a su bienestar.

Estos contenidos educativos tienen la ventaja de que pueden repetirse cuantas veces sea necesario, entonces se **respeta el ritmo de aprendizaje de cada quien.** Todos tenemos capacidades diferentes de acceder a X o Y conocimiento. Particularmente, se me dificulta un poco cocinar. Pero si lo hago con mi ritmo y mi forma de hacer las cosas, lo puedo lograr. Lo mismo pasa con las matemáticas.

A veces los profesores vamos a un ritmo más acelerado que los estudiantes, y ellos no se atreven a preguntar. Entonces al acceder a estas explicaciones gratuitas en formato de video, creo que el **estudiante siente un "fresco", una alegría y una tranquilidad**. Esto me lo han manifestado durante estos años muchas personas.

En ese camino de crecer académicamente, mi labor es apoyar desde las matemáticas a aquellas personas que tienen alguna dificultad, que son la mayoría. Desde mucho antes de la pandemia ya venimos ratificando que **esta forma de aprender es efectiva y proporciona tranquilidad a las personas.**

Es una experiencia diferente a tener en el salón al grupo de estudiantes, donde ocurren distracciones que no hacen parte del proceso de aprendizaje. No tener ciertas interrupciones de los ambientes presenciales te permite avanzar de manera más efectiva.

También hay que decir que 40 o 45 minutos de clase en un salón se van rapidísimo. El profesor a veces se siente "alcanzado" con el tiempo y el avance de los temas, entonces para mí esta es la forma ideal de hacer mi trabajo, incluso para un público mucho más amplio en internet.

En cuanto a lo técnico, lo que hago es un aprendizaje constante, lo que me genera bienestar en la labor. Cuidar detalles como el micrófono, la cámara, la luz, explorar formas de usar las plataformas como Facebook, Youtube, Instagram, que permanentemente ofrecen nuevas herramientas, le permiten a uno experimentar y renovar el formato.

Quizá uno de los **desafíos para el bienestar de quienes nos dedicamos a esto consiste en cómo responder ante los *haters*** que, como su nombre lo indica, están llenos de odio y existen en esos entornos digitales para criticar, para irrespetar, para hacer *bullying*, afectando a las personas e incluso haciendo que abandonen sus proyectos. Es algo que aprendí a lidiar, a manejar para que no me afecte, pues todavía después de 12 años me encuentro con comentarios de esa naturaleza.

Una recomendación ante esto es enfocarse en la comunidad que está retroalimentando de manera positiva, en la gente que te dice gracias por tomarte el tiempo para este video, me ayudaste a prepararme para mi carrera, para aprobar un examen... Cuando recibes esa palmadita en la espalda de alguien que ni conoces y que puede estar en otro lado del mundo, eso no tiene precio.

Al final de cuentas, eso es lo que te permite sentir que el **balance es positivo por encima de las situaciones difíciles. Eso contribuye muchísimo, te genera bienestar,** es como una especie de salario emocional, que te hace sentir que lo que haces vale la pena.

LA EDUCACIÓN INCLUYENTE, BASE DEL DESARROLLO PERSONAL Y COMUNITARIO

Carolina Franco Giraldo,
gerente de Bienestar Social
e Intelectual de Comfenalco Antioquia

Cuando me preguntan por qué creo en el poder de la educación se me viene a la cabeza una respuesta contundente: es el camino que nos lleva al bienestar. Las sociedades de hoy están marcadas por la inmediatez, la virtualidad y el bombardeo constante de información. En tales condiciones, es el conocimiento el que nos da las pautas necesarias para que formemos nuestro criterio y podamos decidir cuál es la mejor manera de interactuar con ese contexto.

Aunque estos tiempos nos obliguen a mantener ritmos vertiginosos, **no podemos perder de vista el centro de todos los procesos de transformación: el ser humano.** Y para alcanzar su desarrollo integral es fundamental que la educación que reciba cada persona a lo largo de la vida tenga en cuenta tres dimensiones: la física y emocional, la social e intelectual, y la económica.

El ser humano como centro de todos los procesos de transformación.

Como gerente de Bienestar Social e Intelectual de Comfenalco Antioquia tengo una misión retadora pero a la vez emocionante: **articular los cambios sociales, las coyunturas y las necesidades de cada territorio con el conocimiento, para crear soluciones vigentes, incluyentes e innovadoras, que aumenten el bienestar de las comunidades.**

En un país en vía de desarrollo, como el nuestro, implementar una educación de calidad, basada en las necesidades reales y particulares de las personas, es un propósito urgente. Mi experiencia me ha mostrado que el punto de partida para crear conciencia sobre este objetivo social es transformar la idea tradicional que tenemos sobre los procesos de formación y el intercambio de saberes.

Asistir a clases magistrales, tener que memorizar las lecciones, ser alumnos silenciosos y replicar el discurso impuesto por un docente no es el único modelo pedagógico ni necesariamente el más adecuado, sobre todo en la época actual.

Para transformar esa visión del aprendizaje es necesario que nos **apoyemos en la innovación y en la creatividad.** Así podremos generar alternativas que propicien la participación, el debate y el diálogo. Además, es importante tener en cuenta las subjetividades, los gustos, las habilidades y las necesidades individuales, pues de ahí parten el reconocimiento de la diversidad y la posibilidad de poner en práctica estrategias pedagógicas equitativas.

Cuando miramos la educación desde una perspectiva más amplia y ofrecemos múltiples oportunidades de acceso al conocimiento, **sembramos el deseo de aprender y brindamos mejores herramientas para tomar decisiones conscientes en el mediano y el largo plazo,** pues estudiar lo que nos apasiona no debe ser un privilegio ni mucho menos una negociación, es una necesidad.

En Comfenalco Antioquia nos inspira y nos enorgullece pensar que a través de nuestros cursos, clubes, talleres, exposiciones y conversatorios aportamos al reconocimiento de las habilidades y las destrezas de los antioqueños. **Creemos que el conocimiento nos convierte en agentes de nuestra identidad y nuestro proyecto de vida, y nos moviliza a ser ciudadanos que participan en la construcción de una sociedad con alternativas adecuadas para todos.**

Esa debe ser la apuesta para que niños, jóvenes y adultos se interesen por los distintos saberes, pues el desarrollo social e intelectual del ser humano no es exclusivo de la infancia y la juventud. Cada etapa de la vida se convierte en una oportunidad para aprender algo nuevo, darle valor al tiempo libre y enriquecer las experiencias cotidianas.

En Comfenalco Antioquia anhelamos seguir siendo parte de la transformación social de nuestro departamento, para que cada encuentro sea una oportunidad de aprender, democratizar el conocimiento y alimentar nuestra visión particular del mundo. **Educarnos para la libertad y el respeto por la diversidad es enfocarnos en el desarrollo integral del ser humano.**

Contigo generamos más y mejores momentos de vida

En Comfenalco Antioquia concebimos la educación desde múltiples dimensiones y como una suma de procesos de aprendizaje que se pueden dar en todas las edades. Estamos seguros de que el bienestar genera el ambiente necesario para desplegar todas nuestras potencialidades y talentos.

A través de estas imágenes te invitamos a descubrir las infinitas posibilidades que te ofrecemos para construir, en familia, tu propia definición de educación y bienestar. En esta galería te contamos sobre los escenarios y experiencias que hemos pensado para ti y los tuyos.

Sabemos que la educación y el bienestar se nutren desde los primeros momentos de la vida. Por eso tenemos actividades, escenarios y un equipo de profesionales que te acompañará desde el periodo de gestación hasta la vejez.

Fortalecemos los procesos educativos de los estudiantes de todo el territorio antioqueño, con los criterios pedagógicos y de cuidado que exigen estos tiempos.

Encontramos en la cultura y el arte expresiones que fomentan el aprendizaje autónomo, la creatividad y el descubrimiento de nuevas habilidades.

Confiamos en que el poder que tiene la educación para transformar vidas y acercar nuevas oportunidades también viaja en maletas y kits escolares.

Nuestros libros, guías y material de apoyo llegan a los lugares más alejados del departamento, para apoyar a nuestros docentes en la construcción de una mejor sociedad.

Con nuestra Agencia de Empleo, los Laboratorios para el Empleo y la participación en diferentes ferias y activaciones empresariales, acompañamos a las personas en la búsqueda de oportunidades laborales que respondan a sus capacidades, gustos y necesidades.

También enfocamos nuestros servicios en el fortalecimiento de la cultura empresarial y la capacitación de los equipos de trabajo en habilidades blandas y técnicas.

Facilitamos el aprendizaje y el encuentro de los equipos de trabajo para potenciar su productividad y su sentido de pertenencia.

Nuestras instalaciones cuentan con todos los requerimientos necesarios, así como con el personal idóneo para crear experiencias memorables.

Reconocemos la importancia de promover el amor por la lectura y por las múltiples expresiones de lo escrito, lo oral y lo visual.

Por eso compartimos las páginas que habitan nuestras sedes y bibliotecas, en espacios que exaltan las infinitas posibilidades que existen en torno a la lectura, como la Fiesta del Libro y la Cultura de Medellín.

Nuestros afiliados pueden ser gestores de su propio bienestar en nuestros parques, hoteles y sedes educativas, desde el cuidado de su salud física y emocional, la recreación, el encuentro y la conexión con la naturaleza.

En nuestras canchas, coliseos y piscinas suceden historias maravillosas que nos demuestran el poder de la disciplina y el trabajo en equipo. Sentimos la emoción de cada triunfo y también nos sumamos al aprendizaje que deja cada encuentro.

Generamos espacios de encuentro inter-generacional para nutrir cada etapa de la vida. Si bien contamos con cursos, actividades y programas segmentados por edades, le apostamos al diálogo entre distintas generaciones, haciendo del aprendizaje una construcción colectiva.

Bienestar Social e Intelectual

Desarrollo Humano y Social

DESCUBRE LA RELACIÓN ENTRE TUS SUEÑOS Y EL BIENESTAR

Ahora, ¡llévalas al papel!

Los sueños son potenciadores del bienestar, pues se convierten en motor para fijarnos metas y asumir el compromiso con nuestra realización personal. Conéctate con ellos para hacerlos conscientes y materializarlos.

La mente es el primer escenario donde habitan los sueños, en ella las metas se presentan como posibilidades. Tener clara la idea de lo que queremos lograr es un paso definitivo para conseguirlo. Una vez sepas lo que quieres, es importante que lo escribas o representes con imágenes para poder visualizarlo.

5 pasos firmes para definir tus metas

Marcela Salazar, psicóloga enfocada en el desarrollo de equipos y los mapas de sueños, comparte algunos consejos prácticos para tener en cuenta en el momento de darle forma a lo que sueñas y definir tus metas:

1. Procura que cada deseo parta de una intención de amor, abundancia, libertad y crecimiento.
2. Piensa en tus sueños tangibles e intangibles. Es ideal que te preguntes por tus dimensiones laboral, afectiva, familiar y financiera.
3. No existen sueños correctos ni incorrectos: estos dependen de la realidad de cada persona.
4. Tus deseos no deben afectar a los demás. Cuando lo que quieres atenta contra la libertad de otro, es necesario evaluar tus intenciones.
5. Escribe tus deseos en un tono positivo, como si fueran afirmaciones, evitando el uso de la palabra “no”. Por ejemplo, si tu deseo es “no quiero quedarme sin empleo”, transfórmalo en “quiero conservar mi empleo”.

1. Divide tu año en cuatro grupos de tres meses cada uno, puedes empezar esta actividad en el mes que quieras.
2. Define y escribe una meta específica para cada mes.
3. Fija una fecha estimada para el cumplimiento de cada meta, esto hará que tu cerebro la proyecte como algo posible.

Primer trimestre:	**de** _____ **a** _____
Mes 1:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 2:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 3:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	

Segundo trimestre:	**de** _____ **a** _____
Mes 1:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 2:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 3:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	

Tercer trimestre:	**de** _____ **a** _____
Mes 1:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 2:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 3:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	

Cuarto trimestre:	**de** _____ **a** _____
Mes 1:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 2:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	
Mes 3:	**Fecha para cumplirla:**
Meta:	

¡TÚ LO SUEÑAS Y JUNTOS LO HACEMOS POSIBLE!

Sabemos que tus metas son grandes y que el camino para alcanzarlas se disfruta más si vas acompañado. En Comfenalco Antioquia te ayudamos a dar el primer paso.

Nathalia Pulgarín González es trabajadora del Hospital San Rafael de Jericó. Ella es una de los cientos de beneficiarios que este año han accedido a nuestros créditos de vivienda. Gracias a esta posibilidad, hoy disfruta su vivienda propia y siente que materializó uno de sus anhelos más importantes.

> Con profundo sentido de gratitud y complacencia, he recibido los beneficios de la Caja de Compensación Comfenalco Antioquia, accediendo a un crédito hipotecario, con el cual pude adquirir mi vivienda propia.
>
> Resalto la diligencia y prontitud de todos y cada uno de sus colaboradores, quienes con voluntad y esmero lograron que mi sueño de tener casa propia fuera posible en poco tiempo. La ilusión ya es una realidad. Gracias Comfenalco porque la felicidad ya está en mí.

Nathalia Pulgarín G.

Así te acercamos a lo que más sueñas

En Comfenalco Antioquia sabemos que el bienestar tiene distintos significados para cada persona. Por eso diseñamos créditos y subsidios que responden a tus intereses y necesidades. ¡Conócelos!

Desde créditos de libre inversión hasta compra de cartera, te ofrecemos alternativas para que vivas la vida que quieres.

- **Crédito de Libre Inversión** para que lo aproveches en lo que quieras.
- **Crédito de Mejoras** para que renueves tu hogar.
- **Crédito Educativo** para que amplíes tu conocimiento y te prepares en los temas que te apasionan.
- **Crédito Automático** para que accedas a la oferta cultural y educativa de nuestra Caja.
- **Crédito de Turismo** para que recorras el mundo y expandas tus horizontes.
- **Crédito de Vivienda** para que tengas tu casa propia.
- **Compra de Cartera** para aliviar tus compromisos financieros y que estés más tranquilo.

Subsidios para contribuir con el progreso de tu familia y ayudarte a crecer, sin importar las circunstancias.

1. **Subsidio Familiar** para alimentación, salud y educación.
2. **Subsidio Educativo** para que respaldes el estudio de tus hijos.
3. **Subsidio de Vivienda** para que hagas realidad el sueño de mejorar tu casa.
4. **Subsidio de Desempleo** para tener un alivio económico en momentos difíciles.

Conoce más sobre nuestras alternativas de crédito y subsidio escaneando este código QR con la cámara de tu celular.

IKIGAI

Encuentra tu sentido de vida

¿Cuál es mi razón de ser? es una pregunta que puede aparecer en varios momentos de nuestra vida. Para responderla, el *Ikigai* se convierte en un gran aliado. Te contamos de qué se trata.

De acuerdo con **Juan Esteban García, psicólogo con experiencia en disciplina positiva y creación de marcas con propósito, *Ikigai* es un concepto milenario nacido en Japón, que apunta a ganar conciencia de uno mismo** para encontrar la satisfacción y el sentido de la vida. Esta búsqueda debe comenzar por un proceso de profunda reflexión que te permite conocerte a fondo, desde las motivaciones hasta las acciones que te definen.

Para empezar, hazte cuatro preguntas básicas:

- **Misión:**
  ¿Qué necesita el mundo?
- **Vocación:**
  ¿En qué soy bueno?
- **Pasión:**
  ¿Qué amo hacer?
- **Profesión:**
  ¿Por qué pueden pagarme los demás?

Una vez tengas las respuestas, la suma de esas dimensiones fundamentales se convierten en tu razón de ser o *Ikigai*.

Claves para un viaje interior consciente. Para buscar el *Ikigai*, ten en cuenta los siguientes consejos:

Estar bien: las necesidades básicas deben estar cubiertas para que se abra la capacidad de reflexión.

- El resultado no será estático y cambiará de acuerdo con tu momento presente y los propósitos alcanzados.
- Debes estar alerta a tu salud mental, y a aquellas situaciones que pueden modificar o alterar tus percepciones de la vida.
- El acompañamiento de un profesional enriquece tu búsqueda, así que no temas acudir al psicólogo para orientar tu proceso.
- Procura no tomar decisiones drásticas o apresuradas que vayan en contra de tu bienestar. Se trata de una exploración que toma su propio tiempo.

¿Qué hacer cuando sientes que alcanzaste el propósito?

Pregúntate cómo puedes expandirlo desde donde estás ahora. El propósito de vida es tan grande que puede abarcar niveles tan altos como tú lo permitas. Recuerda que eres el protagonista de tu propio camino: avanzar, retroceder o hacer una pausa también es parte de este descubrimiento.

Bienestar Social e Intelectual

Sentirse bien

¿CÓMO ENCONTRAR TU IKIGAI?

Estos dos ejercicios propuestos por Juan Esteban García, psicólogo y experto en disciplina positiva, te ayudarán a conocerte mucho mejor y a emprender **la búsqueda de tu razón de ser.**

Preparación

- Separa una hora de tu rutina.
- Ubícate en un lugar donde te sientas tranquilo y a gusto.
- Toma un cuaderno y un lapicero.

EJERCICIO 1

Una buena forma de encontrar **tu *Ikigai* es identificar las fortalezas de tu carácter**. Descúbrelas con esta actividad basada en la prueba del VIA Institute of Character, una organización dedicada a llevar la ciencia de las fortalezas del carácter al mundo.

Califica del 1 al 25 cada uno de estos aspectos, teniendo en cuenta tu personalidad, siendo 1 el que más te identifica y 25 el que menos te representa.

- Amor
- **Espiritualidad**
- Gratitud
- **Apreciación de la belleza y la excelencia**
- Sentido del humor
- **Equidad**
- Prudencia
- **Honestidad**
- Bondad
- **Juicio**
- Esperanza
- **Curiosidad**
- **Perspectiva**
- Inteligencia social
- **Amor por el aprendizaje**
- Trabajo en equipo
- **Creatividad**
- Perdón
- **Valentía**
- Liderazgo
- **Perseverancia**
- Entusiasmo
- **Autorregulación**
- Humildad

Interpretación

- **1 al 5:** Estas son tus fortalezas de carácter.
- **6 al 20:** Estas son tus demás fortalezas, puedes potenciarlas.
- **21 al 25:** Estos son tus puntos por mejorar.

¡Anímate a intentarlo!

Los símbolos que acompañan cada fortaleza representan una de las **seis amplias categorías de virtudes universales**. Identifica los que acompañan a tus fortalezas de carácter para saber cuáles son las virtudes que te representan.

Sabiduría · Humanidad · Templanza · Coraje · Justicia · Trascendencia

EJERCICIO 2

Teniendo en cuenta tus fortalezas de carácter y virtudes, responde las siguientes preguntas.

Misión

¿Qué considero que hace falta en el mundo?

¿Qué siento que le falta a la sociedad para que sea mejor?

¿Qué me siento capaz de hacer por el mundo?

Vocación

¿Para qué soy bueno?

¿Qué cosas hago excepcionalmente bien?

¿Qué actividades realizo con facilidad y destreza?

Pasión

¿Qué disfruto hacer?

¿A qué tipo de actividades me inclino naturalmente?

¿Tengo una pasión escondida?

Profesión

¿Qué estudios tengo?

¿En qué temas me siento preparado?

¿Por qué tipo de labor me han pagado?

Recuerda

Tu Ikigai cambiará tanto como tú cambies. No se trata de una palabra mágica que define lo que harás por siempre, sino de un propósito que guía el camino de tu vida.

¡Contamos con un nuevo espacio para la educación!

Una sede colorida y funcional de Comfenalco Antioquia te espera en el Centro de Medellín

Con una amplia oferta para niños, adolescentes, adultos jóvenes y adultos mayores, desde el mes de abril abrimos las puertas de una nueva sede educativa que pone a tu alcance distintas oportunidades de formación, en un ambiente seguro y agradable, con modelo de alternancia.

Ubicado en el distrito de San Ignacio, en pleno corazón de la ciudad, este centro para el aprendizaje y la cultura recibe actualmente a 200 estudiantes de todas las edades, en salones amplios y aireados, y cumpliendo con las medidas de distanciamiento social. Además, esperamos aumentar el aforo a 360 personas, una vez hayamos superado la contingencia por el coronavirus.

Las posibilidades son inagotables: programas de alfabetización, educación básica primaria y bachillerato, cursos de inglés, técnicas de programación, diversos talleres de gastronomía, belleza, formación artística y en áreas administrativas y financieras conforman la gran oferta académica que hemos creado pensando en tus expectativas y tus necesidades.

Con el fin de aportar a la reactivación económica y atendiendo a los desafíos de la crisis actual, hemos incluido en este espacio la Escuela de Innovación Tecnológica, donde podrás acceder a planes de estudio basados en la cuarta revolución industrial, uno de los sectores que más oportunidades de empleo ofrece en Medellín.

Nuestro servicio bibliotecario mantendrá a disposición de los usuarios múltiples recursos para el aprendizaje de los estudiantes y la preparación de los docentes. Pero su misión principal consiste en despertar la pasión por la lectura en los habitantes de La Candelaria.

Cuando termines tus procesos de formación, podrás apoyarte en la Agencia de Empleo para recibir asesoría y acompañamiento en la búsqueda de oportunidades laborales y en la creación de tus emprendimientos.

¡Mucho por hacer y por disfrutar! Nuestra apuesta por el bienestar se materializa en este vibrante lugar, donde se encuentran la educación, la lectura y la cultura. Te invitamos a conocerlo y a apropiarte de él para que sigas formándote en lo que te gusta, te conectes con lo que te mueve y aproveches todas las posibilidades que tenemos para ti.

HELLO
ALOHA
Hola.
Bonjour

LANGUAGES THAT BREAK DOWN BARRIERS

Learning other languages opens up the possibility of having new opportunities, getting to know other cultures, understanding other customs, experiencing new flavors and relating to each other from different perspectives.

For Camila Ramírez, english has been a means of learning and personal satisfaction that has given her the opportunity to break down barriers and explore different cultures. Since she was a little girl she became interested in learning, and while in school she found the opportunity to learn a second language.

Camila considers that complementing these lessons with the Comfenalco Antioquia courses made it easier for her to develop the skill she has today with English. She has lived in Argentina for three years, where she works at the We Speak English academy. Camila does not stop, she is a cashier in an eastern food restaurant and she's doing sommelier, delicatessen, illustration and sewing courses.

We invite you to learn more about this young woman, who found in English the possibility of achieving her dreams.

Tell us about those first approaches to a second language
A. My relationship with English began at a very young age. I studied at the Colegio de Nuestra Señora del Rosario de Chiquinquirá, in Medellín, which had an alliance with Comfenalco Antioquia. The methodology consisted of leveling us according to knowledge and not by degrees, which broadened the possibility of interacting with people of different ages. That was the incentive to learn, I never studied elsewhere, but in my free time I helped myself with the material that the teachers gave me.

What is the relevance that Comfenalco had in your learning process and what did you like the most?
A. I think I owe you what I know today. Without a doubt, your methodology was what attracted me the most, the group was growing according to everyone's level, we were never left with the basics, we were always required to level up. In addition, the teachers were experts and knew how to guide us in the learning process.

Do you think that studying a second language can bring new opportunities?
A. The advantages of knowing another language, be it English, German, French, Portuguese, Spanish or whichever, are enormous. You can broaden your mind, interact with people from different parts of the world who have a different culture, and that will enrich you as a person and as a professional.

I always tell that my first great experience with English was doing a volunteer service in which I shared with people from different countries. The language was that common point that allowed us to socialize and have assertive communication.

Why do you consider it is important to train and learn continuously?
A. Day by day the world is evolving, and one must keep up with it, and that can only be done in one way: studying. That is something that neither experience, nor the country, nor the family will give you. Knowledge allows you to understand the world better, to have a better relationship with yourself and to set yourself professional and personal goals.

How did your life change after all these learning?
A. Learning English has brought me closer to wonderful people from other parts of the world, and thanks to them I met my boss, with whom I work nowadays at We Speak English. English has changed my life sincerely, I serve my clients with my level of English, I can manage in any aspect and in any country, because it is the middle ground in everything.

> **Today Camila, like many other people, has found in the knowledge of another language the possibility of broadening her horizons, knowing, undertaking and living new experiences. At Comfenalco Antioquia we feel fortunate to be part of her history.**

Would you like to make your dream of learning a second language come true?

Enroll in our English and French courses at
www.comfenalcoantioquia.com.co

or through our phone line
444 71 10.

ALOHA
HELLO
Hola.
Bonjour

IDIOMAS QUE ROMPEN BARRERAS

Aprender otros idiomas te abre la posibilidad de encontrar nuevas oportunidades, conocer otras culturas, entender costumbres diferentes a las tuyas, experimentar nuevos sabores y relacionarte desde otras perspectivas.

Para Camila Castro Ramírez el inglés ha sido un medio de aprendizaje y de satisfacción personal que le ha dado la posibilidad de romper barreras y explorar diferentes culturas. Desde que era pequeña se interesó en aprender y, estando en el colegio, encontró la oportunidad de conocer un segundo idioma.

Camila considera que complementar esas lecciones con los cursos de Comfenalco Antioquia le facilitó desarrollar la destreza que hoy tiene con el inglés. Desde hace tres años vive en Argentina, donde trabaja en la academia We Speak English. Camila no se detiene, es cajera en un restaurante de comida oriental y está haciendo cursos de *sommelier, delicatessen,* ilustración y costura.

Te invitamos a conocer más sobre esta joven que encontró en el inglés la posibilidad de alcanzar sus sueños.

Cuéntanos sobre esos primeros acercamientos a un segundo idioma
R. Mi relación con el inglés comenzó desde muy pequeña. Estudié en el Colegio de Nuestra Señora del Rosario de Chiquinquirá, en Medellín, que tenía una alianza con Comfenalco Antioquia. La metodología consistía en nivelarnos según el conocimiento y no por grados, lo cual ampliaba la posibilidad de interactuar con personas de diferentes edades. Ese fue el incentivo para aprender, nunca estudié en otro lugar, pero en mi tiempo libre me ayudaba con el material que los profesores me daban.

¿Cuál es la relevancia que tuvo Comfenalco en tu proceso de aprendizaje y qué fue lo que más te gustó?
R. Creo que a ustedes les debo lo que sé hoy en día. Sin duda su metodología fue lo que más me atrajo, el grupo iba creciendo según el nivel de todos, nunca nos quedábamos con lo básico, siempre se exigía subir de nivel. Además, los profesores eran expertos y sabían cómo guiarnos en el proceso de aprendizaje.

¿Crees que estudiar un segundo idioma puede traer nuevas oportunidades?
R. Las ventajas que te da saber otro idioma, puede ser inglés, alemán, francés, portugués, español o el que sea, son enormes. Puedes ampliar tu mente, interactuar con personas de diferentes partes del mundo que tienen una cultura distinta, y eso te va a enriquecer como persona y como profesional.

Siempre cuento que mi primera gran experiencia con el inglés fue haciendo un voluntariado en el que compartía con personas de diferentes países. El idioma fue ese punto en común que nos permitió socializar y tener una comunicación asertiva.

¿Por qué consideras que es importante formarse y aprender continuamente?
R. Día a día el mundo va evolucionando, y uno debe estar a la par y eso solo se puede de una forma: estudiando. Eso es algo que ni la experiencia, ni el país, ni la familia te lo va a proporcionar. El conocimiento te permite comprender mejor el mundo, tener una mejor relación contigo misma y plantearte metas profesionales y personales.

¿Cómo cambió tu vida después de todos estos aprendizajes?
R. Aprender inglés me ha acercado a gente maravillosa de otras partes del mundo, y gracias a ellos conocí a mi jefe, con el que hoy trabajo en We Speak English. A mí el inglés me cambió la vida sinceramente, yo atiendo a mis clientes con mi nivel de inglés, puedo desenvolverme en cualquier aspecto y en cualquier país, porque es el punto medio entre todo.

> **Hoy Camila, como muchas otras personas, ha encontrado en el conocimiento de otro idioma la posibilidad de ampliar sus horizontes, conocer, emprender y vivir nuevas experiencias. En Comfenalco Antioquia nos sentimos afortunados de ser parte de su historia.**

¿Te gustaría hacer realidad el sueño de aprender un segundo idioma?

Matrícúlate en nuestros cursos de inglés y francés en **www.comfenalcoantioquia.com.co**

o a través de nuestra línea **444 71 10.**

CÓMO CONSTRUIR vínculos familiares sanos durante los primeros años de vida

La primera infancia es determinante en la conformación de aspectos básicos como la personalidad, el carácter y el valor propio. En los vínculos familiares están las claves para fomentar comportamientos y relaciones sanas.

Durante los primeros años el cerebro es plástico y maleable, lo que le permite formarse a partir de conexiones y experiencias que se transforman en aprendizajes. De acuerdo con Cristina Jaller Jaramillo, psicóloga especialista en salud mental de niños y adolescentes, **cuando se generan aprendizajes significativos ligados a emociones, las vivencias que se tengan con las personas más cercanas son decisivas en la configuración de nuestras ideas sobre el mundo y los demás.**

En esta etapa se empiezan a asimilar valores y a construir conceptos primordiales, como la capacidad de amar y ser amados, el amor propio, la solidaridad, la compasión, la confianza, la gratitud, el respeto por sí mismo y por los demás, entre muchos otros. Además, la solidez que exista en los vínculos de la primera infancia es un factor determinante frente a la disposición que tendremos para aprender al crecer.

¿Qué los determina?

"Los vínculos de mayor valor para un niño se forman más allá de la sangre y el ADN. La calidad y la cantidad de tiempo que el niño pase con alguien, la química que exista en las interacciones, el contacto físico y emocional, y la comodidad que le genere esa persona son esenciales para determinar sus nexos básicos", afirma la experta Cristina Jaller.

Lo anterior se evidencia en el caso de los niños adoptados, pues los vínculos se forman a partir de las expresiones de afecto, los cuidados constantes y el interés por conocer al niño haciéndole saber que se está ahí para apoyar su crecimiento como ser humano y no solo para suplir sus necesidades básicas.

Es así como padres, abuelos, tíos, primos, profesores, auxiliares, niñeros y tutores pueden hacer parte de las relaciones fundamentales de niños y niñas.

¿Cómo formarlos y fortalecerlos?

Disposición

Compartir tiempo y espacio con el niño genera en él la idea de disponibilidad, ser un cuidador que escucha y atiende no solo lo fisiológico sino también lo emocional.

Sensibilidad

Desarrollar la capacidad de entender e interpretar el lenguaje propio del niño para comprender cómo se expresa, cómo se siente, qué quiere y qué necesita.

Reciprocidad

Crear un vínculo bidireccional que le facilite al niño confiar en el adulto para seguir sus indicaciones, disfrutando de su compañía, pero sin dejar de respetar sus límites.

Desde Comfenalco Antioquia hemos creado el material educativo "Gestación a dos años, familias creciendo con afecto, juego y cuidado", que reúne aportes de la neurociencia, la pedagogía y las ciencias sociales frente al desarrollo infantil, para entregar a padres y cuidadores herramientas útiles que les permitan fortalecer la creación de vínculos, reconociendo la importancia de la nutrición, la protección y la estimulación en la primera etapa vital de niños y niñas.

Escanea con la cámara de tu celular el código QR y conoce más sobre Crisol.

EL JUEGO, UN ALIADO PERFECTO PARA EL DESARROLLO INFANTIL

En los primeros años de vida, los niños construyen su idea del mundo a través del juego. Este debe ser placentero y espontáneo para que puedan relacionarse con los demás e interpretar de forma adecuada su contexto y su cultura.

Lo que dice el juego

De acuerdo con Claudia María Zuluaga, coordinadora zonal de Comfenalco Antioquia, observar la forma en que juegan los niños nos permite entender:

- Su interpretación de las relaciones.
- Sus ideas sobre la familia a la que pertenecen.
- Su percepción de los espacios donde están creciendo.
- Su estabilidad emocional.
- Su capacidad de adaptación a diferentes situaciones.
- Si tienen emociones o recuerdos dolorosos o traumáticos.

5 pasos para acompañar el juego sin invadirlo

1. Define junto con los niños un tiempo de duración del juego y respétalo.
2. No impongas con qué o a qué jugar.
3. Dales el protagonismo del juego.
4. Acompáñalos a su nivel y no como adulto.
5. Incentiva su participación y celebra sus conquistas.

Antes de empezar a jugar:

- Pregúntales a los niños si quieren jugar solos o acompañados.
- Recuerda que a través del juego tus hijos pueden aprender, divertirse, soñar, despertar la creatividad.
- Determina un espacio, la naturaleza es un escenario perfecto.
- Verifica que las condiciones sean seguras para los niños y las niñas.
- Ten presente que no siempre tiene que haber un juguete de por medio, invita a tu hijo a jugar con elementos caseros o con creaciones propias. Estimula su creatividad.

¿Cuándo intervenir?

- Cuando haya situaciones que les generen frustración.
- Cuando veas amenazada su integridad física o mental.
- Cuando el tiempo concertado de juego haya llegado a su fin.
- Cuando haya circunstancias de peligro o riesgo.

> **Los juegos son oportunidades para enfrentar diversas situaciones de la vida, recuerda mantener una comunicación cercana para explicarles a los niños que su estado emocional no tiene por qué afectarse.**

¿PARA QUÉ SIRVE LA CURIOSIDAD?

Todo lo que hace parte del mundo de los niños se ve alimentado por la curiosidad, es la llave que les ayuda a abrir infinitas puertas. En las manos de los adultos y cuidadores está la responsabilidad de que ellos puedan usarla a su favor.

La curiosidad es protagonista de la niñez. La frescura en la mirada, el asombro constante, la emoción de descubrir en la vida diaria tesoros extraordinarios es una capacidad que aporta a niños y niñas los recursos afectivos, cognitivos y relacionales necesarios para construir su visión única del mundo del que hacen parte.

En la actualidad nos vemos constantemente saturados de imágenes, palabras, sonidos y ritmos. A veces, con tantas cosas pasando en las pantallas frente a sus ojos, los niños van adormeciendo ese talento natural de recrear universos enteros a partir de elementos sencillos.

¿Cómo despertarla?

Ángela Sánchez, gestora de Creatividad e Innovación de Comfenalco Antioquia, considera que lo fundamental es **crear una relación de libertad y presencia constante.** Para que esa relación fluya, es necesario que los cuidadores tengamos una mirada diferente al momento de interactuar con los niños.

Para aprender a estar presentes **se recomienda escuchar y observar. "Cuando el adulto está presente, puede generar ambientes sensibles** para que los niños no se sientan forzados, sino que por el contrario, les permitan crear desde el amplio espectro de su curiosidad", agrega.

Al gozar de estos espacios, será posible observar a los niños de manera consciente, captando sus gestos, miradas y movimientos, lo que abrirá nuestra percepción para comprender cómo ven ellos su mundo y atender mejor sus necesidades.

Lo que enseña la curiosidad

La curiosidad es sumamente útil, pues les permite adquirir a los niños y niñas nuevas facultades:

- Establecen el respeto, la escucha y la percepción como actitudes de vida.
- Potencian la exploración, la indagación y la apertura.
- Rescatan el asombro y la alegría al encontrar elementos novedosos en su entorno.
- Hay más calidad en sus preguntas y mayor capacidad de crítica.
- Aprenden a medir las posibilidades, descubren aventuras que les ayudan a comprender lo que contiene el mundo.
- Pierden la prevención frente a lo desconocido, siendo más abiertos y acertados en sus lecturas del mundo.
- Generan más ideas y toman mejores decisiones.
- Expanden la creatividad y la creación espontánea.
- Ganan mayor autonomía, confianza y seguridad.

¿Cuáles son los obstáculos de la curiosidad?

Los mayores bloqueos se dan cuando los adultos pretendemos predeterminar los espacios, las relaciones y la manera de pensar de los niños. Esa anticipación impide ver las posibilidades y las cosas como son, creando una necesidad constante de poner elementos que consideramos apropiados para ellos, pero que pueden bloquear más que estimular.

"Los adultos tenemos un guión de felicidad y de lo que debe ser la experiencia con los niños y esto hace que nos aproximemos a ellos con premisas y predisposiciones que no les permiten ser", agrega Ángela Sánchez.

En el caso de los niños, menos es más. La relación entre ellos y el mundo debe aparecer de manera tranquila y sin saturación, en la medida de lo posible.

¿Cómo desarrollarla a diario?

En la sencillez del hogar y con acciones simples podemos incentivar la curiosidad diariamente.

- **Reinventar los objetos y la relación que se tiene con ellos:** Permitir que se pregunten ¿esto qué es y para qué sirve?, ¿qué otra cosa puede ser y para qué más puede servir?
- **Revalorar los espacios:** Permitirles crear mundos en lugares de la casa es ideal. Una caja, un rincón o un mueble pueden transformarse con su mirada.
- **Simplificar el contexto:** Generar espacios limpios con elementos sencillos, poner a su alcance materiales con texturas y formas diversas, que sean orgánicos y fluidos.
- **Acompañar con la palabra los momentos cotidianos:** Aprovechar el almuerzo, la hora de dormir o el despertar para contar lo que nos parece maravilloso del día, lo que vemos por la ventana, lo que soñamos y sentimos.
- **Encontrar y crear musicalidad:** Con la palabra y con los sonidos de la vida diaria, cantar, arrullar y rimar.

CON CRISOL LES ABRES LA PUERTA A LA LIBERTAD Y LA CREATIVIDAD

¿Te imaginas un lugar en el que puedas expresar tus ideas mientras aprendes de los demás?

Con Crisol encuentras el espacio creativo para ver lo extraordinario en lo cotidiano.

En este programa de desarrollo del pensamiento creativo exploramos distintas formas de expresión para fortalecer tus habilidades a partir del intercambio de ideas, las experiencias de aprendizaje y la construcción conjunta.

¡Anímate a interactuar con los demás y descubre tu potencial!

CRISOL ES CREATIVIDAD, CULTURA Y PARTICIPACIÓN

Comfenalco Antioquia

ENTRE PARTITURAS, COMPOSICIONES Y LIENZOS SE DESCUBRE EL MUNDO

La enseñanza basada en las expresiones artísticas favorece la sensibilidad, la formación del criterio y la autonomía. En este artículo te contamos por qué enseñar a través del arte significa motivar el crecimiento físico y emocional de los niños.

El arte nos conecta con las ideas, la creatividad y la inspiración. El baile, la danza, el teatro, el cine y las múltiples manifestaciones artísticas que incorporamos en nuestra cotidianidad nutren nuestro bagaje cultural y amplían nuestra perspectiva de la vida.

Más allá de una asignatura, las expresiones artísticas deben convertirse en un eje transversal a todas las disciplinas, pues tienen la capacidad de despertar los sentidos y permiten manifestar las subjetividades, los gustos personales y las capacidades individuales.

De acuerdo con la Hoja de Ruta para la Educación Artística, creada por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco), "la cultura y las artes son componentes básicos de una educación integral que permita al individuo desarrollarse plenamente. Por lo tanto, la educación artística es un derecho universal para todos los educandos".

Esta pauta surge a partir del reconocimiento de los beneficios que aporta la incorporación del arte en la formación de los niños y las niñas. Algunos aspectos destacables son los siguientes:

- **Mejora la comunicación.** Permite expresar ideas, emociones y sensaciones a partir de la creación de mensajes escritos, visuales o auditivos. Por ejemplo, en los primeros años de vida suele ser más sencillo comunicarse a través de la pintura que desde la oralidad.
- **Proporciona más confianza y seguridad.** Cualquier expresión artística implica un esfuerzo y una recompensa. Ver el resultado final de una composición, en cualquier formato, permite sentir satisfacción, y en ese sentido, genera más confianza.
- **Contribuye a la concentración y a la coordinación.** Cada expresión artística requiere atención al detalle, sincronización de los sentidos y capacidad de análisis. Esas cualidades se van forjando en la medida en que las expresiones artísticas se incorporan como un hábito.
- **Agudiza el sentido estético.** Inspirarse en otros artistas, interesarse en conocer diferentes propuestas y formatos, y frecuentar espacios en los que convergen diferentes manifestaciones artísticas agudiza el sentido estético y permite desarrollar una mirada propia.

Mary Luz Ramírez, coordinadora de Formación Artística y Cultural, y Daniela Taborda, analista de Formación Artística de Comfenalco Antioquia, coinciden en que **el arte y la formación artística son grandes mediadores en los procesos comunitarios y de aprendizaje,** pues permiten avanzar en cuanto al respeto por la diferencia, las motivaciones, la confianza en uno mismo, ayudan a generar un pensamiento crítico y aumentan la capacidad de creación y de imaginación.

En ese sentido, el aprendizaje a través de las expresiones artísticas representa una oportunidad invaluable de alcanzar el propósito de construir una sociedad en la que los pilares principales sean la libertad, la diversidad y la conciencia colectiva. Comprender el entorno a través de las obras que comunican las necesidades más urgentes nos permite ampliar la mirada y transitar el camino hacia la resolución de los problemas.

Te invitamos a descubrir la oferta de Formación Artística y Cultural de Comfenalco Antioquia, que incluye música, teatro, danza, audiovisuales, artes integradas y prácticas urbanas, en todas las subregiones del departamento.

Visita nuestro sitio web
www.comfenalcoantioquia.com.co

EN LOS TIEMPOS DE OCIO SE FOMENTA LA CREATIVIDAD Y LA AUTONOMÍA

En los espacios de ocio, los niños tienen el control absoluto sobre una experiencia, así como la posibilidad de reconocer sus habilidades y ser los agentes de su propia trayectoria de aprendizaje lúdico.

El ocio, más allá de ser una manera de entretenerse, es una herramienta poderosa que despierta en los niños la curiosidad, la creatividad, la imaginación y la autonomía. **Por ejemplo, colorear, recortar figuras o interpretar un instrumento musical son acciones de ocio creativo que enseñan sobre formas geométricas, simetría, volumen, perspectivas y ritmo**.

En los momentos de ocio, los niños tienen la posibilidad de **ser agentes activos de sus experiencias, de tomar decisiones autónomas y reconocer sus capacidades**. Aprender jugando desdibuja la noción de que el conocimiento es complejo y exclusivo, e involucra todos los ámbitos del desarrollo, incluidas las competencias motoras, cognitivas, sociales y emocionales.

Al respecto, **Ángela Sánchez, gestora de Creatividad e Innovación de Comfenalco Antioquia, explica que "cuando se encuentran los códigos del lenguaje en la diversión,** existe un goce y un gusto permanente, una necesidad de estarse preguntando, indagando o asociando, pues el goce estético es la capacidad de encontrar en todos los elementos del entorno una posibilidad de aprendizaje".

Cualquier acción que implique una estimulación sensorial y creativa representa una experiencia que divierte, permite la participación activa y la comprensión del entorno. Asimismo, el ocio es socialmente interactivo y les permite a los niños comunicar sus ideas y entender a los demás, al tiempo que forjan relaciones interpersonales sólidas.

Desde **Comfenalco Antioquia** hemos creado una metodología que conserva esas características y permite hacer del ocio un camino hacia el aprendizaje práctico, **"realizamos un trabajo que se basa en el arte, en la estética, la formación artística y la experiencia sensible", explica Ángela Sánchez**.

La experiencia estética al servicio de la formación permite potencializar la capacidad de asombro, el entretenimiento, el descubrimiento de nuevas habilidades y **la gestión de las emociones**. Por eso, el ocio creativo es el mejor abrebocas de cualquier conocimiento.

EN COMFENALCO ANTIOQUIA TUS HIJOS APRENDEN MIENTRAS JUEGAN

Crisol es una alternativa pedagógica y cultural en la que, a través de experiencias artísticas y de ocio, contribuimos al desarrollo de nuestros niños y a la transformación de su entorno. **Esta metodología involucra a sus padres y cuidadores, con el propósito de que ellos también hagan del ocio una herramienta para su propio crecimiento**.

Leer por placer y no por obligación: pautas para fomentar la lectura en los jóvenes

Fomentar la lectura en los jóvenes representa la posibilidad de aportar a su rendimiento escolar y su proyección profesional. Orientar, en lugar de imponer, es una de las claves para motivar a las nuevas generaciones. En este artículo te contamos cómo hacerlo.

¿Cómo continuar leyendo, después de aprender a leer?

Leer implica interiorizar un código, requiere pequeños esfuerzos y que haya otras personas dispuestas a enseñar a través de la mediación, es decir, los maestros. Después de aprender a leer podemos mantener la inquietud frente a la lectura si continuamos en contacto con historias o relatos escritos que nos generen disfrute.

En promedio, un colombiano lee 2.7 libros al año, de acuerdo con cifras de la Cámara Colombiana del Libro. Aunque hace dos décadas este porcentaje no alcanzaba un dígito, lo que representa un crecimiento importante, esta cifra es inferior a la que muestra el Premio de Lectura sobre Latinoamérica, que es de 5 libros cada año. El reto sigue siendo fomentar una cultura lectora desde temprana edad.

Sara Melgar, pedagoga e investigadora argentina, explica que "aprender a leer es aprenderse un sistema que no es natural, sino algo artificial, inventado por los seres humanos. Leer no es lo mismo que escuchar o hablar. Y es por eso que cuando los niños dicen 'Ya me sé las letras', todavía no saben leer, aunque puedan hablar, porque hablar es algo que aparece como natural, los niños lo hacen sin conciencia ni esfuerzo alguno".

Después de aprender a leer nadie sigue siendo el mismo

La juventud es una etapa crucial para conservar el hábito de la lectura, y para eso es importante privilegiar los gustos, innovar en los formatos que se consumen y encontrar espacios que lo propicien, como clubes de lectura. Los maestros, los padres y los cuidadores tienen una misión importante: orientar la construcción de este hábito, sin llegar a imponerse.

Al respecto, Andrés Felipe Ávila, coordinador de Fomento para la Lectura de Comfenalco Antioquia, promueve la idea de estimular la lectura como una estrategia para ganar espacios de convivencia, tolerancia e integración ciudadana. Cree que "la imposición en la lectura no funciona; funcionan el buen ejemplo, la conversación, la integración a través de clubes de lectura y los libros afines para niños y jóvenes".

Incentivar la lectura es una forma de mostrar argumentos, no solo verbales, sino didácticos, pedagógicos y, sobre todo, afectivos, para que las personas que se acercan a los libros sepan que algo maravilloso les va a suceder durante y después de leer.

A través de los servicios de nuestra Red de Bibliotecas de Comfenalco Antioquia, enfatizamos en **la importancia de leer los territorios y las comunidades, para generar oportunidades de transformación, desarrollo y mejoramiento de la calidad de vida**.

Leidy Galvis, líder de Servicios Bibliotecarios, afirma que "la lectura genera sostenibilidad incluyente y social, asimismo tenemos la convicción de que aporta bienestar intelectual, puesto que encontrarse con la palabra es fundamental para el desarrollo de cualquier ser humano".

La lectura es un indicador del nivel cultural de las naciones y de las personas, pues está estrechamente relacionada con la calidad de vida de los habitantes de un territorio. Promover la lectura en el hogar, invitar a los niños a leer desde sus primeros años de vida y ser ejemplo en la construcción de este hábito es fundamental para el desarrollo académico y personal de los hijos. ¡En Comfenalco Antioquia le apostamos a la construcción de un departamento lector!

¿Ya conoces nuestra Red de Bibliotecas? Consúltala escaneando este código QR con la cámara de tu celular. ¡Tu próximo libro favorito te está esperando!

Fórmulas y recetas para vivir en un mundo mejor

Una gran verdad sobre los libros es que todos aportan algo en los procesos de formación de las personas. Sin embargo, ¿qué tipos de conocimiento son los que necesitan nuestras sociedades hoy? ¿Qué nos hace falta para pensar y actuar mejor como colectivo?

En el mundo afrontamos múltiples desafíos que nos llevan a estos cuestionamientos; retos como las crisis ecológicas y el cambio climático, o los desequilibrios económicos y sociales nos mueven a buscar respuestas y soluciones posibles. Por eso, desde nuestra Red de Bibliotecas, con la asesoría de Leidy Galvis, líder de Servicios Bibliotecarios de Comfenalco Antioquia, y su equipo de promotores de lectura, te recomendamos algunos libros que te permitirán descubrir fórmulas y recetas para hacer del mundo un lugar mejor.

Recomendaciones

Primera infancia (0-6 años)

Leer en voz alta afianza los vínculos familiares y emocionales. ¡El amor también se cultiva con la lectura! Por eso te invitamos a buscar libros que les permitan a los bebés manipular texturas, observar colores llamativos y contemplar formas diversas, ya que estas son las primeras interacciones que las personas tienen con los símbolos.

Te proponemos que te acerques a libros como ***Siempre te querré,*** de Debi Gliori y Concha Cardeñoso Sáenz de Miera, un clásico de la literatura infantil sobre el amor incondicional; o ***Adivina cuánto te quiero,*** de Sam McBratney, Anita Jeram y Esther Rubio, una guía ilustrada para la lectura en voz alta.

Para niñas y niños (de 7 a 10 años)

Te recomendamos la serie de libros de Max Velthuijs sobre las distintas aventuras que atraviesa Sapo. Entre estos títulos se encuentran ***Sapo enamorado, Sapo y la canción del mirlo,*** y ***Sapo tiene miedo***.

Shola y los jabalíes, de Bernardo Atxaga, escritor vasco de poesía, relatos, novelas y literatura infantil, es un libro dirigido a los niños y las niñas de entre 7 y 10 años, que aborda las temáticas del reconocimiento del otro, la recompensa, el compromiso, la valentía y el valor de la palabra.

Literatura juvenil

Leer a Gabriel García Márquez siendo jóvenes despierta la curiosidad frente al amor y la sexualidad de una manera especial. ***El amor en los tiempos del cólera,*** por ejemplo, se pregunta por las fluctuaciones del enamoramiento desde la juventud hasta la vejez, y por las costumbres culturales que inciden tanto en la conformación de las familias como en la soledad de las personas.

Las Brisas, de Melba Sandoval Ordóñez, es otra obra maravillosa, cuenta una historia sobre la violencia de las zonas rurales, que muestra cómo las situaciones de inseguridad de un territorio condicionan la vida cotidiana de las familias que lo habitan.

Literatura para adultos en general

Queremos recomendarte clásicos de la literatura universal que hablan sobre la necesidad de construir sociedades equitativas, y que explican por qué buena parte de los problemas sociales se deben a que desconocemos las realidades de los otros. Son libros sobre la posibilidad de ser uno mismo dentro del colectivo, obras que invitan a caminar por el mundo con una actitud de respeto por la diferencia y la diversidad:

- ***Utopía,*** de Tomás Moro, plantea grandes reflexiones sobre una sociedad equitativa, sobre los bienes comunes en contraste con el sistema de la propiedad privada.
- ***Las ciudades invisibles,*** de Italo Calvino, es un recorrido por el mundo narrado por Marco Polo a Kublai Khan, emperador mongol.
- ***Tiempos aciagos,*** de Paola Peniche, se refiere a las calamidades y el cambio social del siglo XVIII entre los mayas de Yucatán.
- ***El maestro de escuela,*** de Fernando González, compendia las reflexiones del autor en un momento oscuro y de desesperanza que, sin embargo, lo llevan a un florecer.
- ***Memorias de un hombre solo,*** de Diego Aristizábal, incluye trece historias que ocurren durante el invierno y que dan cuenta de la soledad de un hombre que busca comprender cuál es su lugar en el mundo.

En esta búsqueda de comprensiones, fórmulas, respuestas y recetas, nos encantaría que te acercaras especialmente al libro ***De los quehaceres sencillos nace la utopía,*** publicado por el Fondo Editorial de Comfenalco Antioquia. Así podrás conocer distintas visiones sobre la labor de mujeres y hombres que se dedican a ser bibliotecarios. Es una combinación de realidad y fantasía que nos habla de los mundos posibles entre los anaqueles de libros y por fuera de ellos.

Busca estos títulos en nuestro catálogo: ¡Y ve por ellos a nuestras bibliotecas!

EDUCACIÓN Y VIRTUALIDAD:

REVOLUCIONANDO LA FORMA DE APRENDER

Tras una larga temporada sin clases presenciales en el país, ¿qué conclusiones pueden plantearse sobre la educación virtual? Conoce las apreciaciones de David Restrepo, rector del Instituto de Educación Formal Comfenalco Antioquia, y Liliana María Bernal, pedagoga infantil y psicóloga.

Nutrir las relaciones interpersonales desde la casa

Desde la infancia, gracias a la socialización, comienza a evolucionar nuestra comprensión del mundo, nos nutrimos al sentirnos parte de un "nosotros", al sumar a un colectivo nuestra propia experiencia de vida. Ese simple acto de juntarnos con otras personas en nuestros años de formación es una de las fases del aprendizaje más significativas que nos deja la escuela, aparte del plan académico, porque nos lleva al desarrollo personal a partir de la interacción social y la comunicación.

Por su parte, la socialización mediada por las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), que es una gran ventana al mundo, no genera el mismo tipo de interacciones que se dan en la presencialidad. "Por eso se deben procurar prácticas innovadoras que nos hagan sentir conectados como personas, no simplemente limitarnos a simular la presencialidad a través de la pantalla. Eso quizá implique fortalecer la comunicación con las personas que habitan el entorno inmediato, en especial de las niñas y los niños", explica Liliana Bernal, también desde el rol de madre de dos niños.

Los profes han tenido que adaptarse

Cuando comenzaron las medidas de confinamiento, **las personas que se dedican a la docencia se vieron en la necesidad de capacitarse,** a veces con el respaldo institucional y muchas otras por iniciativa propia, en el uso de plataformas y medios para conectarse con sus estudiantes.

Una vez logrado este propósito, rápidamente se pudo comprobar que en internet había una amplia oferta de contenidos de calidad y pertinentes para la educación, y por lo tanto la atención debía centrarse en las estrategias que les permitieran a los docentes hacer un acompañamiento **más cercano y más humano,** para generar una experiencia de aprendizaje más conectada y comunicada, según interpreta David Restrepo.

Por eso los maestros han tenido que intentar paliar las distancias con los medios que están a su alcance: **"Se ha vuelto fundamental el uso del teléfono y la mensajería por WhatsApp, para conversar con los niños y las niñas sobre sus situaciones particulares, sobre sus motivaciones y dificultades, para sostener el proceso educativo. Y eso es también un desafío gigante para nosotros como profesores",** agrega Liliana.

¿Cómo se revoluciona la manera de aprender?

Ahora los procesos pedagógicos que tienen más sentido son los que llevan a la indagación, a buscar en el mundo inmediato con curiosidad, con capacidad de exploración, y sobre todo, que llevan a la comprensión de las otras personas.

Centrarnos en el ser humano, en la persona y en sus relaciones con el mundo es importante para fomentar la autonomía de los estudiantes en el proceso educativo (también la de sus familiares y docentes), pero además les facilita el acceso a mejores herramientas para tomar decisiones, para asumir riesgos y para generar preguntas nuevas.

Existen metodologías, **como la ludificación, el aprendizaje basado en proyectos o un servicio social,** que pueden implementarse tanto en el ámbito presencial como en el virtual.

Estas formas de acercarnos al conocimiento se relacionan más directamente con las necesidades de los estudiantes, que como seres integrales van más allá de lo académico. Además, permiten generar "tejidos de confianza para acompañar a los estudiantes en aspectos emocionales y psicológicos" que, de acuerdo con Liliana, se han vuelto un terreno en el que los profesores han tenido que incursionar inevitablemente.

¿Qué retos y habilidades tenemos al frente?

Aunque la educación virtual requiere un saber técnico y múltiples mediaciones tecnológicas, una de las claves para ponerla en práctica de manera asertiva consiste **en apoyarse en las plataformas educativas y culturales que ya existen, muchas pensadas para edades específicas y con posibilidades de acceso desde diversos dispositivos.**

Sin embargo, el reto más importante quizá consiste en la flexibilización de los momentos evaluativos. Eso requiere disponer de metodologías distintas a las pruebas escritas o a las evaluaciones orales en un espacio sincrónico (clase virtual), e invita a valorar a los estudiantes desde sus procesos de aprendizaje y desde sus razonamientos y creaciones individuales.

Para finalizar, una revolución de la educación implica estrategias que bien pueden desarrollarse en un ambiente virtual o en uno presencial. Según David Restrepo, rector del Instituto de Educación Formal Comfenalco Antioquia, **"se trata de pensar cómo generar ambientes de aprendizaje cooperativo, cómo vincular el conocimiento a situaciones y contextos reales, cómo hacer del educarse una experiencia significativa basada en la indagación y en la resolución de retos".**

De manera que, si estamos atentos a los procesos de nuestros hijos y nuestras hijas, también es posible fomentar este tipo de habilidades con juegos y tareas sencillas de la cotidianidad. **"Así podemos apoyar el proceso formativo como madres y padres de familia, incluso permitiéndonos nosotros mismos aprender de las cosas que se hacen invisibles, que se vuelven paisaje en el día a día",** anota Liliana como la recomendación más importante en ese sentido.

LA EDUCACIÓN EN EL CENTRO DEL DESARROLLO Y LA TRANSFORMACIÓN DEL SER

El poder que tiene la educación es infinito, te convierte en una persona más independiente y te ayuda a alcanzar los objetivos más retadores. A continuación te contamos por qué.

La educación disminuye las brechas sociales y expande los horizontes de las personas. Te entrega las herramientas necesarias para enfrentar el mundo y adaptarte a las condiciones que te ofrezca, sin importar lo difíciles que sean.

Es un instrumento que te permite participar plenamente en la vida. Supone, además del acceso al conocimiento, adquirir valores, hábitos, destrezas y habilidades que te ayuden a desarrollarte como ser humano.

A medida que adquieres conocimientos, te enriqueces, construyes cultura y valores, y comprendes la importancia del rol que desempeñas en la sociedad. Así lo percibe Lina Mazo, psicóloga con énfasis en educación, quien al trabajar con poblaciones en situación de discapacidad ha sido testigo del poder de la educación para mejorar sus condiciones de vida.

La educación te entrega las herramientas necesarias para enfrentar el mundo y adaptarte a las condiciones que te ofrezca, sin importar lo difíciles que sean.

¿Cómo estamos en materia de educación?

Antioquia ha logrado grandes avances en cuestión de educación, y en comparación con otros departamentos de Colombia tiene un mejor desempeño en general. Sin embargo, todavía tiene un largo camino por delante para bajar la tasa de analfabetismo, tanto en los municipios como en las zonas rurales, entre otros desafíos.

El departamento se encuentra en un período constructivo, orientado hacia el desarrollo económico y social, en el que el despliegue de un mercado laboral con más oportunidades y un sistema de educación más inclusivo, para abordar los retos a largo plazo de la pobreza y la inequidad, son las banderas más importantes.

Hacia una educación para todos

Según la Unesco, la equidad, como atributo de la educación de calidad, consiste en proporcionar más a quien así lo necesita, y en brindarle a cada quien las ayudas y los recursos que requiere para estar en igualdad de condiciones en relación con los demás, de manera que pueda aprovechar las oportunidades educativas. Un modelo educativo pensado para todos no hace distinción de género, edad, clase ni ninguna otra disparidad.

Formación para la transformación y el desarrollo

En Comfenalco Antioquia contribuimos al desarrollo del departamento con nuestra oferta de educación formal. Si aún no has terminado la básica primaria o el bachillerato, esta es tu oportunidad para hacerlo. Quizá sea el inicio de los aprendizajes indispensables para alcanzar tus metas.

"En el Instituto de Educación Formal Comfenalco Antioquia contamos con los ciclos lectivos especiales integrados (CLEI), que han sido pensados para facilitar la finalización de estos niveles educativos", afirma David Restrepo Londoño, rector de la institución, quien además considera que estudiar te habilita para acceder a mejores empleos y explorar el mundo.

El conocimiento te pone en igualdad de condiciones, te indica cómo debes abordar las distintas situaciones de la vida, crea una versión mejorada de ti, una más dispuesta a contribuir positivamente en la transformación de tu comunidad.

ESTUDIA LO QUE SIEMPRE HAS SOÑADO CON EL CRÉDITO EDUCATIVO COMFENALCO ANTIOQUIA

Conoce más sobre nuestra oferta de créditos

¡CONTINÚA APRENDIENDO EN NUESTROS CURSOS!

En Comfenalco Antioquia tenemos una amplia oferta de formación para todas las edades y todos los gustos.

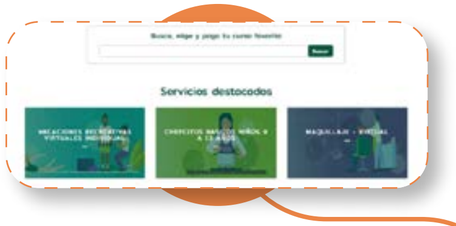
Escanea con la cámara de tu celular el siguiente código QR y accede a un rápido **videotutorial sobre la inscripción** a cualquiera de nuestros programas.

¡No tienes que desplazarte! Matrícúlate en línea en nuestra plataforma

Allí vas a encontrar:

- Los cursos agrupados por categorías y la oferta de todos los programas de las distintas sedes y unidades regionales. Recuerda que puedes inscribirte a nuestros cursos virtuales, sin importar tu lugar de residencia.

- Un buscador que te lleva a tu curso favorito y una sección de destacados con nuestras recomendaciones recientes.



- Todos los detalles de los cursos (ubicación, horarios, tipo de público, valor), así como los del proceso de matrícula por medios virtuales.

Encuentra el curso que estabas buscando, o explora la plataforma y antójate de aprender. Recuerda que el paso a paso para completar tu matrícula lo encuentras en el video vinculado al código QR. ↑↑↑

APRENDE CON NUESTRA OFERTA DE CURSOS Y PONLE VALOR A TU TIEMPO LIBRE

Adquiere nuevos conocimientos, interactúa con otras personas y fortalece tus habilidades con la amplia diversidad de cursos y programas educativos que te ofrecemos en Comfenalco Antioquia.

Desde hace sesenta y tres años hemos estado consolidando una oferta formativa para toda la familia, que permite desarrollar nuevas habilidades, darle valor al tiempo libre, contribuir al crecimiento profesional y personal, y fomentar hábitos saludables. Formarse es el camino para tener una mejor calidad de vida y conectarse con el bienestar.

Como expresa Daniel Medina, coordinador de Emprendimiento y Desarrollo Empresarial, "estos cursos son muy importantes porque significan habilitarse para el trabajo, muchas personas que acceden a realizarlos tienen mayores oportunidades laborales".

Aprende idiomas

Dominar una segunda lengua te abre la puerta hacia un futuro con mejores oportunidades. En Comfenalco Antioquia implementamos una metodología que combina el saber teórico con la práctica, para una mejor formación.

- Inglés y francés para adultos
- Inglés y francés para adolescentes

Innovación tecnológica

Sabemos que las tecnologías de la información y la comunicación son hoy una parte indispensable de nuestras vidas, por eso promovemos su uso responsable a partir de la formación en herramientas tecnológicas:

- Competencias digitales
- Herramientas virtuales para docentes
- Manejo ágil de Excel y ofimática
- Mantenimiento de computadores
- Marketing digital

Escuela de Belleza

Como pasatiempo o como parte de tu formación profesional, en Comfenalco Antioquia puedes acceder a una oferta integral de cursos de belleza:

- Ciclos de formación en maquillaje
- Cuidado y salud de la piel
- Moldeamiento del cabello
- Mantenimiento de barbas
- Asesoría en imagen
- Decoración de uñas
- Bioseguridad aplicada en estética y belleza

Escuela de manualidades

Para los creativos a los que les gusta decorar su casa con manualidades y regalar objetos que cuenten historias, y para aquellos que quieren descubrir nuevas habilidades, cualquiera que sea tu caso, ten en cuenta que nuestra Escuela de Manualidades ofrece cursos para todos:

- Cursos de manualidades en general
- Bienestar para mascotas
- Creación de huertas verticales
- Manejo de maquinaria amarilla

Escuela de Gastronomía

Contamos con una serie de cursos para todas las edades, en los que fomentamos el gusto por la cocina y enseñamos técnicas que están a la vanguardia. Estos son:

- Chefcitos, cocina para niños y niñas
- Asados y parrilla
- Cocina en familia
- Preparación de bebidas
- Preparación de salsas con carne
- Preparaciones caseras para mascotas
- Protección y manipulación de alimentos

Recreación y deportes

Fomentamos los hábitos saludables mediante la práctica deportiva, con programas diversos y para todas las edades:

- Academia de fútbol
- Escuelas deportivas
- Torneos deportivos
- Cursos deportivos: acondicionamiento físico, aeróbicos, hidroaeróbicos, rumbaeróbicos, *stretching* (flexibilidad), *cycling (spinning)*, entrenamiento funcional, yoga, pilates, gimnasio prenatal, gimnasios, woga (yoga acuático).

Formación artística

Concebimos el arte como un todo que se compone de múltiples expresiones, entre ellas:

- Talleres de danza: Danza urbana, danza árabe y Ballet.
- Talleres de música: Canto, guitarra y música, movimiento y pintura.
- Talleres de artes plásticas y visuales: Pintura, fotografía digital para principiantes, *lettering* y dibujo.
- Talleres de teatro y afines: Actuación para teatro, cine y televisión, títeres, mimo y *clown*, y *stand up comedy*.

LAS TARIFAS DE NUESTRA OFERTA FORMATIVA SE DIVIDEN EN 4 CATEGORÍAS

A B C D

Categoría A: Afiliados que devenguen menos de dos SMMLV.

Categoría B: Afiliados que devenguen entre dos y cuatro SMMLV.

Categoría C: Afiliados que devenguen más de cuatro SMMLV.

Categoría D: No afiliados.

4 temporadas de matrículas en el año, trimestrales.

Síguenos en nuestras redes sociales y visita nuestro sitio web www.comfenalcoantioquia.com.co para que estés enterado de nuestras temporadas de matrículas.

Bienestar Social e Intelectual
Educación

LA EDUCACIÓN PARA EL TRABAJO, un motor de transformación

Prepararse para el mundo laboral amplía la posibilidad de emplearse y permite explorar mejor el propio potencial. Los conocimientos para desarrollar destrezas en un mundo productivo están a tu alcance.

La educación es el factor diferenciador que puede poner en tus manos las herramientas para que hagas realidad el sueño de emplearte y ser productivo. Así lo piensa Daniel Medina, coordinador de Emprendimiento y Desarrollo Empresarial, quien resalta la importancia de desarrollar competencias para emprender el camino laboral.

¿Qué son las competencias laborales?

Son todos aquellos conocimientos, habilidades y actitudes que te ayudan a trabajar bien en equipo, a alcanzar los resultados esperados en el plano laboral y a conservar un empleo o una actividad económica. Existen competencias laborales generales y específicas:

Generales: Son las que recibiste desde la básica primaria hasta finalizar el bachillerato. La inteligencia emocional, la creatividad, la comunicación y el manejo de recursos son algunas competencias laborales generales.

Específicas: Las adquieres en la educación media técnica, en la formación para el trabajo y en la educación superior. Están pensadas para que puedas desarrollar una función productiva. Demostrar que se comprenden los procedimientos, hacer un uso apropiado de las herramientas, mostrar un conocimiento del contexto organizativo y encontrar soluciones adecuadas para las eventualidades son algunas competencias laborales específicas.

Estos aprendizajes te permiten enriquecer tu experiencia, perfeccionar aspectos puntuales de tu oficio, ascender o mejorar tus condiciones de trabajo, e incluso pensar en crear un negocio propio.

> **Las competencias laborales** son importantes porque te facilitan mejorar aspectos puntuales de tu oficio, identificar tus gustos y habilidades, ascender o mejorar tus condiciones de trabajo, e incluso pensar en crear un negocio propio.

¿Cómo puedes fortalecer tus competencias laborales?

Siempre puedes crear una mejor versión de ti. La actualización constante de los conocimientos ligados a tu área de trabajo permite que estés mejor preparado para afrontar los cambios y los retos del entorno. Inscríbete en cursos, lee libros, escucha pódcast, asiste a eventos académicos, vuélvete un amante del aprendizaje.

También puedes fortalecer tus competencias laborales identificando las habilidades que se requieren para un trabajo, según las tareas que se llevan a cabo. Pregunta a personas que realicen oficios similares y reconoce las capacidades de aquellos que tienen éxito en su labor.

Identifica las competencias laborales generales y específicas, y prioriza aquellas en las que tienes más debilidades o que han afectado tu desempeño; por ejemplo, podrías comenzar por ser menos individualista y trabajar más en equipo. Pedir ayuda a tus compañeros de trabajo o a tus amigos habla bien de ti y mejorará tus relaciones interpersonales.

Procesos de formación gratuitos en Comfenalco Antioquia

En Comfenalco Antioquia estamos convencidos de que el éxito laboral se debe, en gran medida, a una formación adecuada para la vida productiva. Por eso, seguimos conectándote con cursos que te permitan acceder a mejores ofertas laborales.

Desde nuestro servicio de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano ofrecemos capacitación en nuestras 5 escuelas:

Innovación Tecnológica • Lenguas Extranjeras

Manualidades • Belleza • Gastronomía

Daniel Medina asegura que esta oferta educativa está al alcance de todos. Durante el año hay momentos específicos en los que se convoca a procesos de formación gratuitos para los afiliados en las categorías A y B. Por eso, te invitamos a seguir muy de cerca nuestras redes sociales.

Además, a través del programa de Formación y Capacitación de nuestra Agencia de Empleo, también ofrecemos programación gratuita que estaremos divulgando por los canales de Comfenalco Antioquia. Con estos cursos, al alcance de todos, queremos acompañarte en tu desarrollo y tu bienestar laboral.

¿CÓMO ELABORAR UNA HOJA DE VIDA IMPACTANTE?

Habilidades, competencias, fortalezas y conocimientos específicos son algunos de los elementos que debes tener en cuenta a la hora de presentarte a una vacante de empleo. Te contamos cómo hacerlo con estilo.

Recomendaciones

La hoja de vida es una carta de presentación personal que te acerca a tu entrevistador. Los siguientes consejos te ayudarán a construir una propuesta atractiva.

- Presenta información clara y actualizada.
- Asegúrate de que tu correo electrónico sea entendible.
- Incluye tus cualidades y tus aptitudes para el cargo.
- Actualiza tus números de teléfono.
- Sé sincero con la información que registres.
- Describe con claridad tu experiencia.
- Crea un perfil que te identifique y te destaque como persona.
- No olvides mencionar tus estudios, todos forman parte de tu presentación.
- Usa porcentajes cuando enumeres tus competencias (diseño 50 %, servicio al cliente 100 %, etc.).
- Agrega referencias personales, no familiares.
- La precisión y la claridad en la escritura resaltan tu organización.

HOJA DE VIDA

Agencia de Empleo de Comfenalco Antioquia

En la Agencia de Empleo de Comfenalco Antioquia te ayudamos a crear tu hoja de vida, para que puedas postularte asertivamente a las vacantes. Todas las personas que desean acercarse al mundo laboral pueden ser orientadas con una asesoría integral y sin costo. Te ofrecemos:

- Orientación psicológica.
- Fortalecimiento de tus conocimientos.
- Una plataforma con vacantes relacionadas con tu perfil.
- Cursos y diplomados.
- Conversaciones para perfilar tus competencias.

Inclusión en los procesos de selección

"La inclusión laboral es uno de los enfoques estratégicos de la Agencia de Empleo de Comfenalco Antioquia. Estamos convencidos de que contar con personal diverso dentro de las organizaciones genera un aumento significativo en la percepción positiva de estas".

Mauricio Valbuena
Coordinador de Empleo de Comfenalco Antioquia
Valle de Aburrá

Testimonios que motivan

"Hace un mes exactamente salí de mi antiguo trabajo y empecé, como todo el mundo, a enviar mi hoja de vida. Tenerla inscrita en la Agencia de Empleo de Comfenalco Antioquia me ayudó, no me demoré mucho en conseguir este nuevo empleo, fue un proceso rápido y seguro, y tuve el acompañamiento del asesor durante las pruebas".

Luisa Fernanda Román
Tecnóloga en Gestión Humana

ALFABETIZACIÓN DIGITAL: ¿cómo adaptarnos a un mundo hiperconectado?

El mundo ha comenzado a pensar, actuar y relacionarse a través de las nuevas tecnologías. La alfabetización digital es una herramienta clave para la investigación, el análisis y el aprendizaje de los medios digitales. Te contamos de qué se trata.

Desempeñarse en la alfabetización digital no es ser un programador o un desarrollador de lenguajes tecnológicos; tampoco es saber manejar la ofimática. Es, más bien, dominar la información digital para comunicar, trabajar y crear. ¿Y por qué es importante? Pues bien: esta se enfoca en que las personas tengan las competencias necesarias para localizar, entender y analizar la información por medio de las tecnologías digitales en su vida cotidiana.

Jaime Moncada, gestor de Virtualidad de Comfenalco, dice que "saber descargar una aplicación, hacer una inscripción o pago en línea es instruirse para el mundo digital. El hecho de manejar este tipo de recursos tiene un impacto en la vida personal, familiar y laboral".

Educarse en el mundo digital trae ventajas que marcan la diferencia, pues en un mundo volátil y cambiante, la humanidad ha comenzado a pensar desde los entornos digitales y ha encontrado diferentes bondades expresadas en el teletrabajo, las videoconferencias o las clases virtuales.

> **"La alfabetización digital se enfoca** en lograr que las personas tengan las competencias necesarias para localizar, entender y analizar la información por medio de las tecnologías digitales."

¿Cuál es el panorama de la alfabetización digital en América Latina?

En Colombia, y en muchos países de la región, son escasas las propuestas de alfabetización digital para adultos de todas las edades, sobre todo para las personas mayores. Sin embargo, hay iniciativas que fomentan el acompañamiento para los adultos en el mundo digital y que construyen algunos caminos para el desarrollo de habilidades tecnológicas, de ahí la importancia de una educación efectiva y paciente.

Como explica Moncada, es importante tener en cuenta varios aspectos en el momento de acceder a una formación enfocada en lo digital y el principal es la utilidad. Esto se refiere a que en la práctica el adulto pueda encontrar herramientas que le sirvan en la cotidianidad. "Ahí está el beneficio propio, esos recursos que los motiven para utilizar diversas herramientas tecnológicas. Asimismo, formar en las mejores condiciones posibles, no solo físicas, sino afectivas y psicosociales", agrega el experto.

La adaptación al entorno digital requiere estrategias coherentes

La pandemia del covid-19 ha acelerado la implementación de estrategias *online* en instituciones de educación superior, entidades bancarias y empresas de diversas naturalezas.

Lo cierto es que se necesita una alfabetización digital mucho más potente y sostenible, que parta de la formación para entrar responsablemente en la red, "por la necesidad actual, las personas han empezado a descifrar asuntos del mundo digital, no obstante, hay que pensar en que no todos tienen las posibilidades de acceder a los mismos recursos, y en ese punto, hay que tener más apertura para todas las personas", dice Jaime Moncada.

Para ser un buen alfabeta digital solo se requiere interés, en el sentido en que las necesidades llevan a buscar objetivos, ganas que despiertan los sentidos y la conciencia del quehacer y, por último, disciplina para mostrar la mejor versión individual.

EDUCACIÓN EN LA ADULTEZ

En un mundo acostumbrado a fijar etiquetas y rangos para todo, la educación en la adultez derrumba las barreras de la edad y les ofrece la oportunidad de acceder al conocimiento a quienes quieren aprender sin importar en qué momento de la vida se encuentren. Te contamos de qué se trata.

En el ámbito educativo se usa un término que, de entrada, puede sonar un poco extraño: *extraedad*. Este no indica otra cosa que el desfase, según los parámetros establecidos, entre la edad que debe tener una persona y el grado que debe cursar.

Esta es una de las razones por las cuales solemos asociar la figura del estudiante con la de un niño, un adolescente o un joven. Sin embargo, la realidad es mucho más variada y brinda un abanico de opciones que no limita el aprendizaje a una etapa de la vida en particular.

El aprendizaje va más allá de la edad escolar

Es necesario **fomentar la cultura del aprendizaje a lo largo de la vida** y que esto se normalice en las familias, en el trabajo, en las comunidades y en otros espacios.

La educación, un derecho universal

Como explica David Restrepo Londoño, rector del Instituto de Educación Formal Comfenalco Antioquia, la educación no es un proceso que se limita a las primeras décadas de la vida de una persona. Si bien los años iniciales son fundamentales, allí no termina el proceso de aprendizaje, este se da durante toda nuestra existencia. El derecho a la educación no está limitado ni por el espacio, ni mucho menos por el tiempo, es como todos los derechos humanos: ¡universal!

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco), el aprendizaje y la educación de los adultos, a través de los procesos educativos, formales, no formales e informales, tiene la finalidad de lograr que todas las personas participen en sus sociedades y enriquezcan sus capacidades para la vida y el trabajo.

Es necesario fomentar la cultura del aprendizaje a lo largo de la vida y que esto se normalice en las familias, en el trabajo, en las comunidades y en otros espacios. Que el deseo de adquirir conocimientos se promueva de la misma manera en el hijo, en el padre y en el abuelo.

El componente continuo del aprendizaje

La educación en la adultez ofrece diversas alternativas para la formación permanente y el desarrollo de aptitudes básicas. **Es una segunda oportunidad para aquellas personas que tuvieron que dejar sus estudios en la escolarización inicial, o incluso para aquellos que nunca tuvieron la opción de asistir a una escuela.**

El aprendizaje se da a lo largo de la vida, esa es una realidad que experimentamos. Cultivar esa idea ha sido el propósito de importantes organismos internacionales, no solo para afrontar las dificultades de la educación en general, sino también porque el acceso al conocimiento **permite mejorar la calidad del trabajo y especialmente contribuir con el desarrollo personal.**

Existen unos componentes clave del aprendizaje y la educación de los adultos:

La alfabetización, que es la manera como los ciudadanos se incorporan en el sistema y pueden retomar su proceso de formación.

La educación comunitaria, popular o liberal, que faculta a las personas para participar activamente en la solución de los problemas sociales.

En Comfenalco Antioquia la educación favorece la equidad

Nuestros procesos educativos están enfocados en generar nuevas oportunidades. El propósito es que todas aquellas personas que en su momento no tuvieron la posibilidad de iniciar o de continuar con sus estudios adquieran habilitaciones para el empleo y logren mejorar su proyecto de vida.

"Estamos convencidos de que si favorecemos los procesos educativos en la adultez, aportamos cada vez más a la disminución de las brechas sociales y potenciamos todas las posibilidades de equidad", así lo afirma David Restrepo, rector del Instituto de Educación Formal Comfenalco Antioquia.

En la actualidad los procesos educativos para adultos están ligados a los afiliados categorías A y C, y son gratuitos por el beneficio de la Ley 115 de 1994. Para iniciar o continuar con la básica primaria o con la secundaria es posible realizar dos años en uno.

Estudiar, sin importar la edad, posibilita el crecimiento personal y social, aporta a las transformaciones, ayuda a explorar la vida y a conocer el mundo, concluye Restrepo, a manera de invitación para todos aquellos que tengan la idea de volver al aula, pero que quizá no hayan encontrado el estímulo suficiente.

Mayores informes: 444 7110 – 448 9770

El valor de la vida no se mide en años

El paso de los años impone mejorar tu calidad de vida y crear un ambiente que te permita seguir en el goce y la armonía, tener una buena salud, disfrutar de la actividad física, conocer nuevas personas y sacar tiempo para otras experiencias **¿Sabes cómo aprovechar todo lo anterior?**

Envejecimiento activo y con sentido

La Organización Mundial de la Salud define el envejecimiento activo como un proceso de optimización de oportunidades para alcanzar una vida plena y saludable con amplia participación en las dinámicas sociales.

Esto significa que quienes sean mayores de 50 años deben **disfrutar su vejez sin preocupaciones y en un ambiente de entretenimiento en el que se puede conversar en comunidad, aprender nuevos oficios y mantenerse saludable.**

En Comfenalco Antioquia contamos con **planes de bienestar** en los que puedes ampliar tus capacidades afectivas, cognitivas, emocionales, espirituales y psicosociales. Programas como **Más vida a tus años y Club Activate** son pensados como oportunidades para ponerles intensidad y goce a los años.

Para Eliana Cartagena, profesional de Desarrollo Social de Comfenalco, es importante que las personas mayores asimilen esta etapa de la vida como una gran oportunidad para apoyar una mayor valoración de la historia de las personas "y a partir de allí, seguir en una continuidad activa de sus proyectos, desde la libertad y el reconocimiento de su ser y sus saberes".

Atendiendo a esa mirada positiva para los adultos mayores, los servicios de Comfenalco Antioquia potencian habilidades en educación, deporte, cultura, idiomas y gastronomía. Igualmente, existen cursos que les dan vida y realce a quienes quieren continuar adquiriendo nuevos hábitos y aprendizajes, como el avance tecnológico, viajes, rutas y eventos turísticos, o continuar su educación en artes como música, pintura, baile o fotografía.

Cursos y programas para una **vejez activa**

Más vida a tus años

- Formación en temas de preparación para el retiro laboral
- Actividades de ocupación del tiempo libre (salidas de ciudad, visitas a museos)
- Transporte y alimentación
- Actividades tipo carrusel (juegos, recreación, rockola, etc.)

Club Activate

- Hábitos saludables
- Rutas de ciudad
- Recetarios para la memoria

Educación + Activos

- Windows
- Internet
- Herramientas web

Cultura + Activos

- Canto y cuerdas colombianas
- Música
- Música, movimiento y pintura
- Artes espirituales
- Fotografía
- Pintura

Bibliotecas

- Club de lectura El Tintero
- Alfabetización digital
- Club de lectura Conversa con la Prensa

Deportes

- Hidroaeróbicos Más Activos
- Gimnasia básica Más Activos
- Natación Más Activos

Todos tenemos historias para contar

La palabra y las historias forman parte del patrimonio cultural que debemos conservar y transmitir.

Bienestar Social e Intelectual
Desarrollo Humano y Social

La mayor parte de los conocimientos que ha construido la humanidad se han conservado y transmitido a través de la tradición oral, y han servido para integrar lo humano con lo natural, pero sobre todo para integrar las pequeñas y las grandes sociedades.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco) define la tradición oral como un patrimonio cultural inmaterial, y dentro de ese patrimonio se incluye el idioma, con su carácter intelectual y sensitivo, que representa el vehículo que conserva y transmite los diferentes rituales sociales. Entre ellos, las narraciones orales, que han permitido preservar la memoria de la humanidad a lo largo de su historia.

No por ser mayor se es menos sociable

Contar historias es un acto comunicativo que permite la interacción, el diálogo, la cocreación y el fortalecimiento de los vínculos sociales y familiares. Los saberes se transmiten entre generaciones y la tradición oral hace parte de esa construcción que cultiva las viejas y las nuevas historias. Astrid Lucía Charlarca, coordinadora del programa Nuevamente, de SURA, afirma que "es muy importante continuar las historias, el legado, las vivencias y recuerdos que cada persona tiene", y añade que la oralidad y la conversación son medios expresivos y comunicativos importantes en todos los espacios sociales.

Las personas tienen la posibilidad de contar historias y de transmitir su saber a los demás de manera autónoma, y esto posibilita la libre expresión, la creación y el goce con la comunicación.

El loro aprende permanentemente

En Comfenalco Antioquia tenemos proyectos comunitarios a favor de la sociabilidad de las personas mayores, para que vayan al encuentro de vínculos socioafectivos que amplíen sus horizontes. Son espacios que promueven el bienestar y el desarrollo óptimo de las personas.

Una de las maneras más disfrutables de poner en práctica la transmisión de saberes es participar en los espacios que fomentan el ejercicio de la palabra, como las tertulias, los encuentros con amigos y vecinos o los clubes creados para compartir el arte y la lúdica. "Muchas personas piensan que loro viejo no aprende a hablar, o tienen el prejuicio de que lo que no se hace de joven ya no se puede hacer posteriormente, pero de lo que se trata es de que la vida continúe con mayor calidad, con la misma o mayor energía vital", concluye Astrid Chalarca.

En nuestra Caja de Compensación, atendiendo a las demandas de las personas mayores, perseveramos en la continuidad de los cursos y de las estrategias que les permiten mantenerse activos a quienes buscan el aprendizaje permanente, y sobre todo, a quienes quieren seguir contando historias.

¡NUESTRA REVISTA TAMBIÉN ESTÁ EN LA WEB!

Escanea con la cámara de tu celular el código QR
y descubre más **historias de transformación**
en todas las subregiones de Antioquia.

Comfenalco Antioquia

VIGILADO SuperSubsidio