

Marzo - Abril de 2019 / Ed. 159

Revista Comfenalco Antioquia



veículo SuperSubstite ISSN 2027-7725

SUEÑOS

ENTRENAMIENTO PARA LA VIDA



@comfenalcoant



**Nuestros parques
te esperan para que
celebres
cada momento**



Parque Ecoturístico El Salado - Envigado
Acuaparque Ditaires - Itagüí
Parque Club Comfenalco Guayabal - Medellín
Parque Los Tamarindos - San Jerónimo
Parque Ecológico Piedras Blancas - Arví
Camping Los Farallones - La Pintada
Ecoparque Mario Aramburo Restrepo - Andes
Parque De Los Encuentros - Apartadó



Consulta los planes para:
Mes de la mujer
Mes del niño
Semana Santa

Informes
444 71 10
www.comfenalcoantioquia.com

la felicidad
está en ti


Comfenalco
Antioquia

2021, San Juan de los Rios, Antioquia

Consejo Directivo

Principales por los empresarios

Sergio Ignacio Soto
Presidente del Consejo

Néstor Hincapié Vargas
Juan Felipe Montoya Calle
Isabel Cristina Carvajal Zapata
Gloria Cecilia Calle Uribe

Principales por los trabajadores

Ana María García Bedoya
Vicepresidenta primera

Didier Esteban Aristizábal Buitrago
Vicepresidente segundo.

Carlos Julio Tavera Atehortúa
Jorge Uriel Buitrago Restrepo
José Mauricio Saldarriaga Hernández

Director: Jorge Alejandro Gómez Bedoya

Jefe de Relaciones Corporativas:

Ángel Arias Arango

Coordinación editorial: Hernán Darío
Orozco Palacios

Dirección editorial, gráfica y pre prensa:

El Colombiano Tel.: (4) 331 5252
elcolombiano@elcolombiano.com.co

Impresión

Panamericana Formas e Impresos S.A.

Macroeditora Revistas

Paula Andrea Montoya T.

Editora

Josefina Aguilar Ríos

Editor Gráfico

Hugo A. Vásquez E.

Diseño

Margarita Rosa Ochoa Gaviria

Periodistas

Ana María López de Mesa B.

Laura Vega Gutiérrez

Isabel Vallejo Jiménez

Fotografía

Edwin Bustamante

Robinson Sáenz

Camilo Suárez

Cortesía

La cultura como herramienta de servicio

¿Pueden el arte, la cultura, la recreación y el deporte cambiar el mundo?, ¿ser canales para dignificar a poblaciones vulnerables, a quienes han sido víctimas o a quienes de alguna manera han sido excluidos?

Tal vez algunas de las pocas ocupaciones que se escapan de la futura robotización de los oficios en el mundo sean las que están relacionadas con el ámbito de la creación artística e intelectual y la actividad física. Y no en sus componentes o en las posibilidades técnicas, que fácilmente pueden ser suplidas por un robot, sino en su esencia, en ese impacto mental, emocional, social y humano que alcanzan con su mensaje. Ante la llamada cuarta revolución (que ahora oímos con más fuerza, tras establecerse a Medellín como sede del centro de desarrollo de este propósito del Gobierno Nacional), ante esos desafíos que trae consigo la tecnología, los avances de la ciencia y la búsqueda constante de innovación, no podemos olvidarnos del arte, la cultura, la recreación y el deporte como motores de cambio.

Estas esferas del ser y el hacer que despiertan la creatividad, que revelan lo más auténtico e inspirador de cada persona, motivan el trabajo de Comfenalco Antioquia y hacen parte de las bases que mueven nuestras estrategias de desarrollo social.

Lo vemos en las familias que ven fortalecidos sus vínculos afectivos a través de los lenguajes artísticos, en los jóvenes que encontraron en la capoeira una forma de transformación personal y comunitaria, en el niño que descubrió en la natación una forma de superar obstáculos y en esas historias cotidianas que son un reflejo de las nuevas oportunidades sociales que se crean a partir de los procesos creativos; de eso que ha sostenido el artista francés JR, ganador del premio TED 2011, “usar el arte para poner el mundo al revés”, que llevándolo a otros contextos, puede convertirse en una herramienta poderosa para descubrir una nueva manera de ver y construir realidades.

Jorge Alejandro Gómez
Director



contenido

10.

Inspiración
Los retos de
Comfenalco.

19.

Sueños
Pasos para
ser feliz.

24.

Bienestar
Arte, herramien-
ta para formar.

30.

Experiencias
Especies de
pájaros.



@comfenalcoant



Clase de Ballet para niñas, en el Club La Playa.



Clase de Danza Afro contemporánea, en el Centro de Desarrollo Cultural de Moravia.

Pasión por la formación artística

Los talleres ofrecidos por Comfenalco, en sus distintas sedes, son espacios en los que la música y la danza se fusionan con el deseo de aprender.

Son más de 20 talleres de formación artística los que están disponibles en la Caja de Compensación. Desde su experiencia, los maestros encargados les brindan las herramientas necesarias a los estudiantes para que desarrollen ese gusto inicial por una disciplina, que con el tiempo se convierte en una pasión.

Las distintas propuestas están pensadas para todas las edades y gustos. La oferta comprende las

siguientes líneas formativas: artes plásticas y visuales, teatro y afines, artes danczarias, musicales e integradas.

En esta ocasión hicimos un recorrido por una clase de ballet para niñas y de *Fox Trot* para adultos, en el Club La Playa; pasamos por una clase de danza afro contemporánea en el Centro Cultural de Moravia y, finalmente, hicimos una parada en la sede Palacé, donde asistimos a un clase de guitarra clásica.

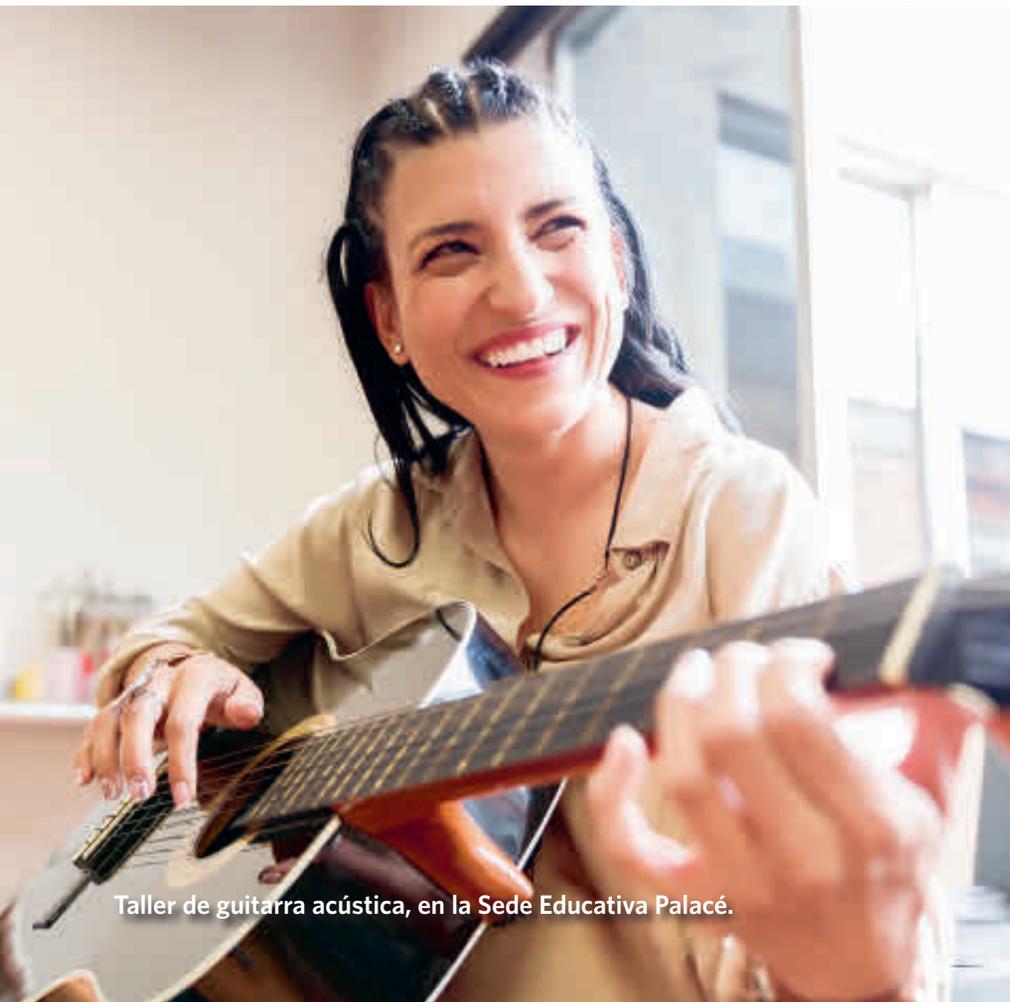
La formación artística es una de las prioridades de la Caja, que toma como punto de partida la cultura para impulsar el desarrollo social y artístico de las comunidades.

Si tienes una pasión artística, consulta la oferta que tiene la Caja. Informes:

444 7110



Clase de baile tipo Fox Trot, en la Club La Playa.



Taller de guitarra acústica, en la Sede Educativa Palacé.



En contacto con las regiones

Impactamos las **9**

regiones del departamento con el programa de Jornada Escolar Complementaria.

Comfenalco trabaja por fortalecer las capacidades de la población antioqueña, desde la educación, el acceso al empleo y al esparcimiento.

📍 Suroeste

¡Estamos comprometidos con hacer del deporte un estilo de vida! Por eso, este año renovamos el contrato con el municipio de Ciudad Bolívar para continuar apoyando la gestión de la Secretaría de Educación, Cultura y Turismo, desde la realización de diferentes actividades relacionadas con la actividad física, así como con la contratación y coordinación de los gestores de los diferentes programas.

Esta es la séptima vigencia del contrato con la administración municipal.



📍 Aburrá Norte

Los miércoles son días de Agencia de Empleo en la Unidad de Servicios Comfenalco Aburrá Norte, ubicada en el Parque de Bello. Los interesados pueden acercarse a la Unidad y acceder a servicios como registro de hojas de vida, subsidio al desempleo, entrevistas de orientación laboral y direccionamiento a cursos de capacitación. Asimismo, de lunes a viernes, continúan prestándose los servicios de la Agencia en el Centro de Servicios Puerta del Norte.

Horario de atención: 7:30 a.m. a 12:00 m. y 1:30 p.m. a 6:00 p.m.
Informes en el 510 8599 ext. 2352.



📍 Occidente

Un total de 200 familias en los municipios de Santa Fe de Antioquia, Sopetrán, Giraldo y Dabeiba, están siendo impactadas a través de la Estrategia de Gestión a dos años de Comfenalco Antioquia, con el que un equipo profesional multidisciplinario trabaja por mejorar la calidad de vida de la población infantil en la región.

50 familias se benefician en cada municipio.

📍 Aburrá Sur

La exposición "Comer. Las mesas de América Latina" está abierta al público hasta el 30 de abril próximo, en el hall de exposiciones de la Biblioteca Pública y Parque Cultural Débora Arango. El proyecto está compuesto por nueve experiencias que abordan las relaciones entre el acto de comer y el medioambiente, con un énfasis especial en Colombia y Latinoamérica.

Informes en el 339 4000 ext. 4821.



📍 Bajo Cauca

Con el fin de promover el desarrollo alternativo, mejorar los ingresos y la calidad de vida de 193 familias que anteriormente se dedicaban a recolectar hoja de coca en diferentes veredas del municipio de Cáceres, la Agencia de Empleo de Comfenalco Antioquia está realizando distintas jornadas itinerantes para registrar hojas de vidas y encontrar 180 puestos de trabajo como gestores comunitarios en la región.

Informes en el 839 5888.



📍 Norte

La Agencia de Empleo de la Caja en la regional, apoya a los jóvenes y estudiantes de la población urbana y rural del Norte de Antioquia, en la búsqueda y realización de sus prácticas académicas. Igualmente, la Agencia continúa realizando programas en los medios de comunicación locales donde se den a conocer los productos y servicios que Comfenalco ofrece en la región.

Informes en 839 5888.



📍 Nordeste

Un total de 25 chicos, entre los seis y los doce años de edad, pertenecientes a instituciones educativas de los municipios de San Roque y Maceo, podrán profundizar sus conocimientos en danzas y artes plásticas y visuales, gracias a la ampliación que este año tendrá el programa de Jornadas Escolares Complementarias de Comfenalco en la regional.

Un trabajo conjunto con la administración municipal, en pro del desarrollo social.

📍 Urabá

Continúan abiertas las inscripciones para las certificaciones en Trabajo Seguro en Alturas que lleva a cabo el área de Educación de Comfenalco en la región. La formación se ofrece en el Parque de Los Encuentros de Comfenalco y va dirigida a empresas afiliadas y no afiliadas, en los niveles básico operativo, avanzado, administrativo y de reentrenamiento.

Pregunta por los cupos disponibles en el 828 3838 ext. 3001.



📍 Magdalena Medio

Los días 11 y 12 de abril, la Agencia de Gestión y Colocación de Empleo de Comfenalco hará parte de la Feria de Servicios Antioquia Cercana que se realizará en Amalfi. Allí, la población tendrá la posibilidad de registrar y actualizar sus hojas de vida y acceder a los subsidios al desempleo.

Informes en el 833 1199.



Aprovecha



SUBEN LOS SUBSIDIOS DE VIVIENDA

Los trabajadores afiliados a la Caja, que ganen menos de cuatro salarios mínimos, tendrán más facilidades para hacer realidad su sueño de tener casa propia, gracias al incremento en el monto de los subsidios de vivienda en las modalidades de construcción, compra de vivienda nueva o remodelación.

Vivienda nueva:

Para afiliados con ingresos de hasta dos salarios mínimos legales vigentes (SMLV) el subsidio será de \$24.843.480. De dos a cuatro salarios mínimos, el valor corresponde a \$16.562.320.

Mejoramiento y construcción en sitio urbano:

Hasta cuatro salarios mínimos, el valor del subsidio de mejoramiento es de \$9.523.335 y para construcción de \$14.906.088.

Mejoramiento y construcción rural:

Hasta cuatro SMLV, el subsidio para mejoramiento en esta modalidad es de \$13.249.856. Para construcción es de \$45.546.380.

Vivienda usada:

El monto máximo para quienes ganen hasta un salario, será de \$18.218.552.



Conoce

NUEVO ESPACIO PARA LA LECTURA

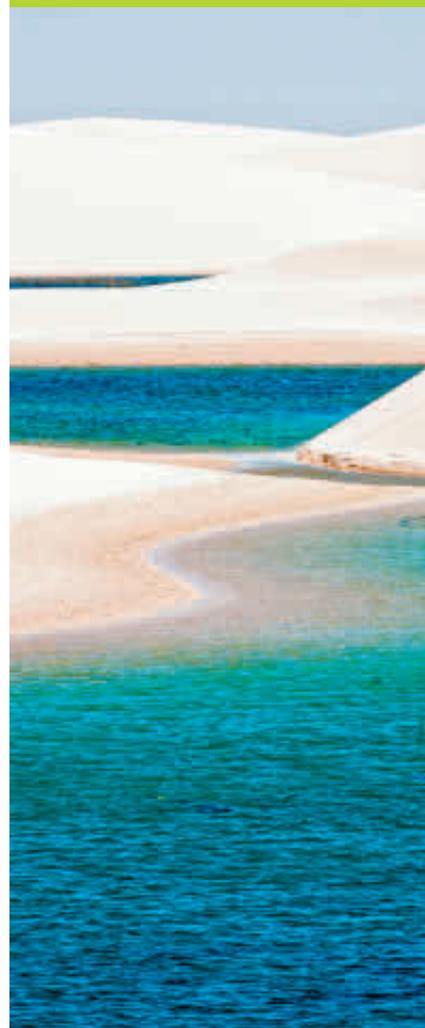
El pasado mes de febrero abrió sus puertas en Sabaneta la Biblioteca Pública Juan Carlos Montoya, administrada por Comfenalco Antioquia, gracias al convenio realizado con la Administración Municipal. Allí, los usuarios pueden acceder a actividades de fomento de la lectura, así como al servicio de préstamo y consulta de más de 12.000 libros. Además, la Caja trabajará con las instituciones educativas del municipio en procesos de formación de lectores. La Biblioteca cuenta con un auditorio para 120 personas, aulas, sala general e infantil de lectura, con bancas inteligentes cargadas por energía solar, conexión wifi y una plazoleta abierta de 2.000 metros cuadrados.



Vive

BRASIL Y LA RUTA DE LAS EMOCIONES

Comfenalco propone a sus afiliados un destino especial para este bimestre: Brasil y la ruta de las emociones. Un recorrido de siete días por el nordeste del país, que incluye visita al Parque Nacional Lençóis Maranhenses, Jerocoacoara y sus playas Laguna Azul y Laguna Do paraíso, Parnaíba, entre otros. Tarifa según acomodación. Informes en la Agencia de Viajes y en el teléfono 444 7110.





Comfenalco llega a Viva Envigado

En este nuevo Centro de Servicios la población del sur del Aburrá tendrá a su disposición los servicios de afiliación, entrega de subsidios, crédito, turismo, cursos, educación y desarrollo social. El horario de atención es de lunes a sábado de 10:00 a.m. a 9:00 p.m. y domingos y festivos de 11:00 a.m. a 8:00 p.m. Viva Envigado, local 307.

Sube cuota monetaria

Estas son las nuevas cuotas que recibirán los afiliados, con personas a cargo, cuyos ingresos familiares no superen seis salarios mínimos.

- Trabajadores de las zonas urbanas, \$32.700 por cada persona a cargo y \$65.400 para beneficiarios en situación de discapacidad.

- Sector agropecuario: \$37.600 y \$75.200 respectivamente.

Informes en www.comfenalcoantioquia.com



Haz parte de la pieza que hace falta

La Agencia de Gestión y Colocación de Empleo de Comfenalco Antioquia, nuevamente reconocerá a las empresas del departamento que adopten buenas prácticas de inclusión laboral. Este año la convocatoria de los premios La pieza que hace falta, bajo la campaña #MujeresAlPoder, invita a los empresarios a contratar mujeres en cargos que culturalmente han sido masculinizados. Los interesados pueden inscribirse en las oficinas de la Agencia de Empleo en Antioquia. Consulta las condiciones y requisitos en el teléfono 444 9184 y en www.comfenalcoantioquia.com



Rejuvenecimiento Láser de Piel

DESPUÉS

ANTES



Cirugía de Ojos con Rayos Láser En las mejores clínicas de Medellín

Miopía • Estrabismos
Catarata • Queratocono
Presbicia • Hipermetropía
Pterigios • Blefaroplastia
Mínima incapacidad ambulatoria

Cirugía de Párpados - Bótox



Dr. Boris Ramírez Serafinoff
Oftalmólogo Cirujano de la Universidad Militar.
Cirujano Oculoplástico de APEC México.
Cirujano de Catarata de Hande Hospital India.
Cirujano Refractivo.

GRATIS

Valoración inicial
(Topografía y Paquimetría)

Medellín

Centro Comercial Villanueva • Piso 2 - Local 209 • Tel.: 251 44 44





INSPIRACIÓN

Comfenalco, un eje de transformación social



Jorge Alejandro Gómez Bedoya
Director Comfenalco Antioquia.

La Caja de Compensación se prepara para seguir creciendo y continuar prestando servicios que le aporten a los individuos, pero también a la sociedad.

Comfenalco es la sexta caja de compensación, entre las 43 que operan en el país, en 2018 logró resultados muy positivos en cuanto a remanentes, número de afiliados y de personas que se beneficiaron de sus servicios.

Así lo afirma el director de la Caja, Jorge Alejandro Gómez Bedoya, para quien los resultados son producto del compromiso de los colaboradores de la Caja y de la confianza que afiliados y empresarios han depositado en Comfenalco, y claro está de la calidad de los servicios que presta en temas como subsidio familiar, los programas de recreación y deporte; pero también de vivienda, educación, empleo y atención a la niñez.

“Para 2019 avanzamos en un importante proceso de transformación, que nos permitirá entregar a los afiliados una Caja de Compensación consolidada, preparada para enfrentar el futuro y en la que la prioridad sigan siendo los afiliados”, expresa el Director.

Los retos

Después de la consolidación financiera de la Caja, sigue la actualización de sus procesos, en los que la innovación y la tecnología juegan un papel trascendental. De hecho, desde el año pasado Comfenalco inició el proceso de transformación digital, con la intención de llegar de una manera diferente a sus afiliados y usuarios, que no solo reciban servicios a

TOCAR LAS VIDAS

“Queremos lograr que la gente se sienta feliz de poder usar los servicios de Comfenalco, que podamos tocar sus vidas”. Jorge Alejandro Gómez Bedoya, director.

2018 positivo



El año anterior, la Caja logró un importante impacto en su gestión social. Destacamos algunas cifras de la población atendida:

8.603.923

beneficiarios atendidos en todos los programas y servicios (incluye cuota monetaria)

Entregamos **3.283.561**

cuotas monetarias por **\$97.963** millones

Asignamos **12.098** créditos asignados por

\$27.098 millones

868.506

usuarios de los programas de esparcimiento. (Hoteles, clubes y parques)

4.138.548

beneficiados en todos los programas de educación, cultura y bibliotecas

849

subsídios de vivienda asignados por **\$15.922** millones

21.128

personas colocadas a través de la Agencia de Empleo

7.938

becas educativas entregadas por **\$8.399** millones

través de la clásica ventanilla, sino que cuenten con las herramientas que la tecnología ofrece.

Para el Director de la Caja, lo que Comfenalco ha hecho es muy significativo. El reto consiste en seguir enfocando los esfuerzos de los equipos de la organización, en incrementar el número de afiliados en el valle de Aburrá y seguir consolidando los programas en todas las regiones del departamento, “de esta manera damos cumplimiento a nuestro objetivo de ser la Caja aliada de las regiones, al llegar con servicios pertinentes para atender las necesidades de los afiliados, incluso en las zonas rurales más alejadas”.

“Me sueño una Caja cada vez más moderna, al día desde el punto de vista tecnológico y en la que el ser humano siga siendo el centro de nuestra gestión. Una Caja que trabaje cada vez con más entusiasmo y de la mano de los empleadores, para seguir impactando de la manera tan positiva como hoy lo hacemos”, explica el Director, para quien el trabajo de Comfenalco va mucho más allá de cumplir con la misión que se le encomendó a las cajas de compensación, este supera el pago de una cuota monetaria, ya que como entidad que brinda servicios integrales de seguridad social tiene una responsabilidad de transformación individual y social, pues en la medida en que se apoye la formación, el desarrollo y el bienestar de las personas se aporta al crecimiento del país, a la superación de las brechas sociales y a la disminución del desempleo y de los índices de pobreza.

Adicionalmente, reitera, sueña con una Caja en la que el eje central sigan siendo las personas; con perspectivas de crecimiento, sustentadas en la estrategia de innovación y que cuente con aliados estratégicos que faciliten la prestación de más servicios para seguir ampliando coberturas, pero también a través de convenios, de manera que logren un mayor impacto y se contribuya al objetivo de transformar no solo a las personas, sino también a la sociedad.

“Seguiremos llegando a nuestros afiliados y usuarios con cercanía, sencillez y calidad”.



Movimientos que cambian vidas

Las expresiones artísticas que hacen parte de los programas de Comfenalco impulsan la transformación de sus entornos sociales.

Transformar es tomar algo y darle vueltas hasta que adquiera una forma diferente. Aplica también para las personas, naturalmente estamos en un círculo de cambios constantes, sin embargo, quienes lo hacen a través de las distintas manifestaciones artísticas, viven con más intensidad esa oportunidad de transformación.

Este es el caso de los grupos de proyección cultural que hacen parte del Centro de Desarrollo Cultural de Moravia, operado por Comfenalco en convenio con la Alcaldía de Medellín. Esos colectivos participan de los procesos creativos del Centro y potencian los vínculos sociales que existen con la comunidad. Aquí la cultura genera conexión y apropiación, así lo explica Ana María Restrepo, directora del la entidad: “Profundizamos en la creación y en la experiencia estética. Buscamos también ser una plataforma para que todos los que están en formación crezcan e incentiven la autogestión. El Centro les da la oportunidad de abrirse y crear conexiones nacionalmente y en otros países del mundo”.

Las agrupaciones de proyección son cinco: la Oficina da Capoeira, los Hijos de Clowndia, Matamba

y los grupos de percusión tradicional Caribe y Pacífico, que “se han convertido en pequeñas familias elegidas; esto se ha dado gracias a la apropiación y al amor por lo que hacen. Desde estas aulas se genera felicidad en todos los que forman parte de cada proyecto”, explica Ana María Restrepo.

Creación en equipo

La Oficina da Capoeira, creada hace diez años, transforma esta disciplina en un acto de liberación y reconocimiento. “En nuestro caso tenemos historias con orígenes muy complejos, personas predestinadas, de alguna manera, a una vida en el consumo o en las pandillas, pero en la capoeira encontraron el apoyo para seguir otros modelos de vida”, explica Diego Ortiz, miembro de la Oficina da Capoeira. La educación está implícita en la capoeira, desde este grupo se promueven valores como el respeto, la seguridad y la libertad. Con esto en mente crean la Corporación Mangle. Como dice Diego Ortíz: “Transformamos nuestra pasión en un compromiso social con la ciudad”.

Los Hijos de Clowndia nace en 2011 después de un

proceso de formación con la profesora Claudia Garcés. Tienen una vocación comunitaria para entregarle al público principios básicos de respeto e igualdad, a través de la magia, el circo, la música y los malabares.

Por su parte, Matamba, colectivo de danza afro contemporánea, reconoce la evolución de las mujeres que se formaron en el semillero de esta misma disciplina que se dicta en el Centro Cultural. Mientras que los grupos de percusión tradicional Caribe y Pacífico también son proyecciones de semilleros y talleres de formación; el primero le apuesta a instrumentos como la gaita y el segundo a la marimba.

Ya los cambios promovidos por cada colectivo se ven reflejados. Cada semana, en las aulas del Centro Cultural, se reúnen las nuevas generaciones, buscan seguir los pasos de los que hoy llevan por la ciudad un mensaje de creatividad y transformación.



BUSCAMOS SER UNA PLATAFORMA PARA QUE TODOS LOS QUE ESTÁN EN FORMACIÓN CREZCAN E INCENTIVEN LA AUTOGESTIÓN”.

Ana María Restrepo
Directora del Centro de Desarrollo Cultural de Moravia

UN REGALO QUE TE HARÁ SONREIR

Oferta exclusiva para afiliados a Comfenalco y su grupo familiar

**30% DCTO
EN ORTODONCIA**

Sin cuota inicial.

*Válido hasta Abril 30 del 2019
*Aplican condiciones y restricciones

PBX: +574 444 1021
POBLADO / SURAMERICANA / BELLO

+ Limpieza al iniciar el tratamiento
+ Al final de la ortodoncia
**50% Dcto en
Blanqueamiento Dental**



Oral Center
La Magia de tu Sonrisa

Comfenalco
Antioquia



WhatsApp (+57) 310 431 3027



oralcentermed



@oralcenter



Oral Center

www.oralcenter.com.co



El corazón de la proyección cultural

Para Ana María Restrepo, directora del Centro de Desarrollo Cultural de Moravia, estas son las características que definen a las agrupaciones que cada semana se reúnen en las aulas de la entidad, para usar sus talentos y vocación en pro de la comunidad: "En ellos hay mucha constancia y amor. Son muy apasionados por lo que hacen".

Otro elemento para resaltar es la formación de formadores. "Desde los líderes iniciales del grupo de capoeira, por ejemplo, siempre ha habido una intención de dejar capacidad instalada. Que los mismos chicos que se están educando en el grupo puedan ser formadores", explica Ana María. Finalmente, añade que este "ha sido un grupo que siempre ha ido más allá de la práctica, que ha generado una apropiación, a través de esos procesos de conexión de la práctica con lo esencial".



EN ELLOS HAY MUCHA CONSTANCIA Y AMOR. SON MUY APASIONADOS POR LO QUE HACEN".

Ana María Restrepo
Directora del Centro de Desarrollo Cultural de Moravia

FORMACIÓN ARTÍSTICA CON COMFENALCO

El Centro de Desarrollo Cultural de Moravia, que hace parte del circuito de entidades locales apoyadas por Comfenalco, trabaja por la comunidad desde la gestión cultural y las distintas expresiones artísticas. Lo hace promoviendo la apropiación de la identidad y la memoria, también fomenta la creación a través de incentivos y becas y acompaña a distintas instituciones educativas desde las jornadas escolares complementarias. Así mismo, ofrece una serie de cursos, que van desde la capoeira infantil hasta el tango, los rit-

mos tropicales, la danza afro y oriental y el baile urbano. También se dictan clases de canto, guitarra y percusión. Otras opciones cubren la narración audiovisual, el cómic, la pintura y el arte en madera y cuero; así como cuentería y oralidad, lectura y escritura, magia, teatro y clown.

mos tropicales, la danza afro y oriental y el baile urbano. También se dictan clases de canto, guitarra y percusión. Otras opciones cubren la narración audiovisual, el cómic, la pintura y el arte en madera y cuero; así como cuentería y oralidad, lectura y escritura, magia, teatro y clown.

Las matrículas son semestrales. Las próximas son del 6 al 10 de julio.

**Más información sobre los cursos en:
444 7110**

Marzo-abril 2019

2 Marzo

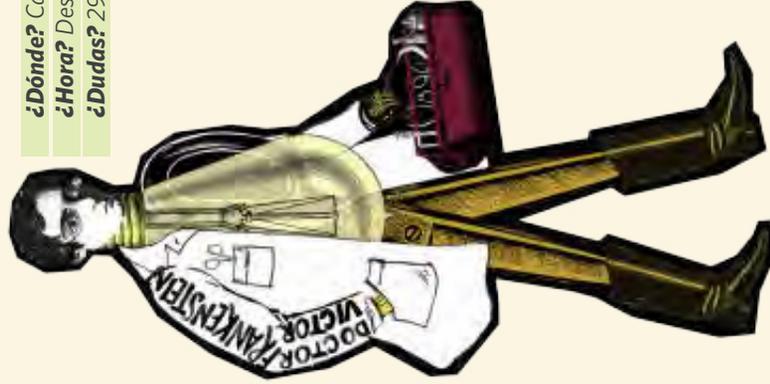
Exposición *Yo no me llamo Frankenstein*

Aquí los protagonistas no son los monstruos, son los humanos y su capacidad para crear a través de las emociones. Una invitación para acercarse a la lectura del libro Frankenstein o El Moderno Prometeo. Disponible de lunes a domingo, hasta el 5 de mayo.

¿Dónde? Casa de la Lectura Infantil.

¿Hora? Desde las 8:00 a.m.

¿Dudas? 291 2020 ext. 2111.



20 Marzo

Exposición *Payasos de todos los tiempos*

Ellos son protagonistas de las historias de infancia de muchas personas, sin embargo, es muy poco lo que sabemos de ellos. Conoce sus orígenes, datos curiosos y otros cuentos sobre estos personajes tan representativos. Disponible de lunes a sábado, hasta el 31 de mayo.

¿Dónde? Biblioteca Comfenalco La Aldea, Itagüí.

¿Hora? Desde las 9:00 a.m.

¿Dudas? 291 2020 ext. 2111



14 Abril

Rockola de Son cubano:

homenaje a *Celina y Reutilio*

La Rockola es un encuentro donde se habla, se escucha y se vive la historia a través de la música. Esta vez el centro de la conversación son los artistas Celina y Reutilio, exponentes de la música cubana.

¿Dónde? Club de la Edad Dorada.

¿Hora? 4:00 p.m.

¿Dudas? 291 2020 ext. 2111.



Exposición *Lou Reed*

Homenaje al cantante, poeta y fotógrafo, que inspiró a artistas de todo el mundo con su trabajo. Abierta al público hasta el 26 de abril, en el Teatro Pablo Tobón Uribe. Información en el 291 2020 ext. 2111.

Vampiros en la literatura

En la Biblioteca Pública y Parque Cultural Débora Arango se abre esta exposición dedicada a recorrer esos pasajes literarios que nos enseñaron quiénes son los vampiros. Disponible hasta el 28 de abril. Más información en el 291 2020 ext. 2111.

30 días con el Titán

La exposición dedicada a Elkin Ramírez y su vida en Kraken estará los días 23 y 24 de abril en la Universidad de Antioquia. Más información en el 291 2020 ext. 2111.

Homenaje a *David Bowie*

El 15 de marzo, la Casa de la Música de Medellín le abre sus puertas al legado del artista inglés más revolucionario de su generación. Más información en el 291 2020 ext. 2111.

Fiesta de huesos

La Casa de Carlota, fundación que impulsa artísticamente a personas con síndrome de Down y autismo, trabajó en esta exposición que habla del esqueleto desde la expresión del cuerpo. Disponible en la biblioteca concertada Adida, a partir del 19 de marzo, de lunes a sábado, desde las 8:00 a.m. Más información en el 291 2020 ext. 2111.



Por tierra

Ruta del embalse
El Peñol y Guatapé
Fechas: salidas durante todo 2019.
Valor por persona: afiliado: \$76.000, no afiliado: \$79.000.

Tour de la leche
San Pedro de los Milagros, Entreríos y Santa Rosa de Osos
Fechas de salida: marzo 3, 17, 24 y 31 y todos los domingos de 2019 a partir del mes de abril.
Valor por persona: afiliado: \$94.000, no afiliado: \$98.000.

Tour de las frutas
San Jerónimo, Sopetrán y Santa Fe de Antioquia
Fechas de salida: marzo 3, 17, 24 y 31, abril 7 y 21, mayo 12 y 26.
Valor por persona: afiliado: \$94.000, no afiliado: \$98.000.

Tour Hacienda Nápoles
Fechas de salida: todos los jueves, sábados, domingos y festivos de 2019.
Valor por persona: afiliado: \$152.000, no afiliado: \$158.000.



El Retiro, Antioquia

Vuelta a Oriente
El Retiro, La Ceja, Rionegro, San Antonio de Pereira y El Carmen de Viboral
Fechas de salida: marzo 10 y 24, abril 21 y mayo 12.
Valor por persona: afiliado: \$94.000, no afiliado: \$98.000.

Tour Hacienda Nápoles (1 noche)
Fechas de salida: todos los sábados de 2019, con regreso domingo, excepto festivos.
Valor por persona: desde \$325.000 en habitación múltiple.

Tour pueblos patrimonio (1 noche)
Santa Fe de Antioquia y Jardín
Fechas de salida: marzo 16 al 17, abril 27 al 28 y mayo 18 al 19.
Valor por persona: desde \$299.000 en habitación múltiple.

Por aire



Capurganá OUTLET
Fecha de venta: abril 8 al 24 de 2019.
¡Tarifas de súper promoción! (Planes sujetos a disponibilidad).



Santander
Fechas: marzo 5 al 19, 22 al 26, abril 13 al 17, 17 al 21 y 27 al 1 de mayo.
Incluye: traslados Medellín - Rionegro - Medellín y otros especificados en el paquete, tiquetes aéreos, alojamiento 3 noches en San Gil y 1 noche en Guadalupe, desayunos y cenas por noche de alojamiento, ingreso al parque Gallineral, al Parque Nacional de Chicamocha y visitas especificadas en el programa, seguro de viaje, tarjeta de asistencia médica y guía.
No incluye: gastos y servicios no especificados.
Valor por persona: desde \$859.000 en acomodación múltiple.



Santa Marta
Fechas: marzo 21 al 25, 23 al 27, abril 15 al 19, mayo 1 al 5, 13 al 17, 15 al 19 y 29 al 2 de junio.
Incluye: traslados Medellín - Rionegro - Medellín, tiquetes aéreos, traslados en el destino, alojamiento 4 noches, desayuno y cena por noche de alojamiento, excursión a Playa Blanca en lancha, tour a Buritica, seguro de viaje, tarjeta de asistencia médica y guía.
No incluye: gastos y servicios no especificados en el programa.
Valor por persona: desde \$789.000 en acomodación múltiple.

San Andrés
Vigencia: temporada baja hasta el 30 de noviembre de 2019 como última fecha de regreso.
Valor: desde \$1.489.000 en acomodación múltiple.
Incluye: traslados Medellín - Rionegro - pasajeros), tiquetes aéreos e impuestos, tarjeta de turismo hasta (\$12.500), alojamiento 4 noches, seguro hotelero, tarjeta de asistencia médica, alimentación de acuerdo al plan elegido, tours especificados en el programa. No incluye: impuestos ecológicos (\$30.000 aprox.) y gastos y servicios no especificados en el programa.

Internacionales

Promo Europa 2019

Un recorrido por la historia y la tradición de las penínsulas ibérica e itálica.

Fechas de salida: julio 26 al 12 de agosto.
Incluye: tiquetes aéreos Medellín - Madrid - Barcelona - Medellín, desayunos, traslados especificados en el programa, bus de lujo Madrid - Barcelona, alojamiento 16 noches, guía acompañante, visitas (Madrid, Barcelona, París, Venecia, Florencia, Roma, Niza y Costa Azul), recorridos panorámicos (Burdeos, Basilea, Mulhouse, Verona y Pisa), tasas turísticas municipales, asistencia al viajero.
No incluye: propinas; alimentación o gastos y servicios no especificados en el programa.
Valor por persona: desde \$719.000 en acomodación doble.



Alrededor de Florencia, te sorprenderán pequeños pueblos llenos de encanto, en medio del verde paisaje de La Toscana.



El Museo del Jamón de Madrid, es también un bar ideal para degustar las tradicionales tapas, acompañadas de un buen vino.

Panamá

Vigencia de compra: del 1 al 30 de abril.
Vigencia de viaje: abril 2 al 12 y 22 al 30.
Desde: \$1.974.000 en acomodación múltiple.
Vigencia de viaje: mayo 1 a junio 21.
Desde: \$1.950.000 en acomodación múltiple.
Incluye: alojamiento 3 noches en hotel de playa y 1 noche en hotel de ciudad, tiquetes aéreos con impuestos, desayuno, almuerzo y cena en el hotel de playa, y desayuno en el hotel de ciudad, impuestos hoteleros, traslado hotel - aeropuerto, tarjeta de asistencia médica, cortesía (city tour, canal y traslado a un centro comercial).
No incluye: entrada al canal USD20 aprox., regreso del centro comercial al hotel y gastos y servicios no especificados en el programa.



Cispatá Marina Resort

Vigencia: del 2 de febrero hasta mayo 31 de 2019 como última fecha de regreso.
Incluye: alojamiento 7 noches en apartamento para 4 personas (ingresando sábado, saliendo sábado) y seguro hotelero. **No incluye:** gastos y servicios no especificados en el programa.
Valor alojamiento para 4 personas: \$1,000,000

Nevado Santa Isabel

Una inmersión por los milenarios glaciares de Colombia.

Fechas de salida: marzo 23 al 25, abril 19 al 21 y junio 1 al 3.
Desde: \$499,000 en acomodación múltiple.



La cumbre del nevado de Santa Isabel se ubica a una altura de 4.965 metros sobre el nivel del mar.



Elaborado artesanalmente, el chorizo santarrosano ha sido por décadas uno de los platos más clásicos de la región.



Desierto de la Tatacoa y San Agustín

Fechas de salida: marzo 13 al 18, 20 al 25, abril 3 al 8, 16 al 21 y 30 al 5 de mayo.
Desde: \$725,000 en acomodación múltiple.

Boyacá

Fechas de salida: marzo 13 al 18, 20 al 25, abril 3 al 8, 16 al 21, abril 30 al 5 de mayo.
Desde: \$668,000 en acomodación múltiple.

Necoclí

Fechas de salida: marzo 22 al 25, abril 28 al 1 de mayo y mayo 31 al 3 de junio.
Desde: \$375,000 en acomodación múltiple.

Eje Cafetero

Fechas de salida: marzo 1 al 4, 5 al 8, 8 al 11, 12 al 15, 15 al 18, 19 al 22, 22 al 25, 26 al 29 y 29 al 1 de abril.
Desde: \$370,000 en acomodación múltiple.
Fechas de salida: abril 2 al 5, 5 al 8, 9 al 12, 12 al 15, 15 al 18, 18 al 21, 23 al 26, 26 al 29 y 30 al 3 de mayo.
Desde: \$370,000 en acomodación múltiple.

*Todas las excursiones terrestres incluyen transporte ida y regreso en bus de turismo, alojamiento, guía acompañante durante el recorrido, tarjeta de asistencia médica y seguro de viaje. Las salidas se garantizan mínimo con veinte personas. Tarifas por persona.

Por tierra

Por tierra

Zooparque los Caimanes (Caucasia Planeta Rica) y Coveñas

Fechas: marzo 21 al 25, abril 17 al 21 y mayo 30 al 3 de junio.
Desde: \$535,000 en acomodación múltiple



Isla Margarita

Temporada baja
Vigencia: enero 24 al 14 de abril y abril 21 al 20 de diciembre.
Valor por persona: desde \$1,419,000 en acomodación triple.
Semana Santa
Vigencia: abril 15 al 20.
Valor por persona: desde \$1,499,000 en acomodación triple.



Panamá OUTLET

Fecha de venta: marzo 4 al 16.
Tarifas de súper promoción: (Planes sujetos a disponibilidad)

Turquía increíble y Dubái

Fechas: septiembre 25 al 9 de octubre y octubre 13 al 27.
Incluye: tickets Bogotá - Estambul - Bogotá - Estambul - Dubái - Estambul, 3 en Capadocia, 1 en Pamukkale, 1 en la zona de Izmir y 4 en Dubái, 12 desayunos, 7 almuerzos y 7 cenas sin bebidas, trasladados en todo el recorrido, visitas, asistencia médica, guías locales. **No incluye:** visa a Dubái (USD100 aprox.) obligación emitir 30 días antes de la salida, impuesto de turismo Dirham (USD6 diarios por habitación), pines obligatorios (USD80 aprox.), gastos y servicios no especificados.
Valor por persona: desde \$8,171,000 a partir de acomodación doble.

Planes quinceañeras*

Punta Cana
Fecha: junio 20 al 26.
Incluye: 2 reuniones informativas, guía acompañante desde Medellín, tickets aéreos, tarjeta de ingreso a República Dominicana, alojamiento 1 noche en Santo Domingo y 5 en Punta Cana, tarjeta de asistencia, city tour de compras, cena especial, catamarán a Isla Saona con almuerzo, nado con delphin, noches de rumba y obsequios especiales. **No incluye:** trámite de pasaporte, gastos de cancelación, gastos y servicios no especificados.
Valor por persona: desde USD2,219 en acomodación múltiple.

*Pregunta por los planes en San Andrés, Cancún y el crucero por El Caribe y Panamá.



Marzo-abril 2019

Repostería básica

Incluye materiales. El estudiante debe traer delantal, gorro y malla.

Tarifa: Desde \$28.000 según tarifa de afiliación.

¿Dónde? Sede Educativa Palacé, cerca de la estación Parque Berrío.

¿Cuándo? Inicia el 16 de marzo.

¿Dudas? 444 7110.



Chefcitos avanzados

El curso no incluye materiales. El estudiante debe traer delantal, gorro y malla.

Tarifa: Desde \$48.000, según tarifa de afiliación.

¿Dónde? Sede Educativa Palacé, cerca de la estación Parque Berrío.

¿Cuándo? Inicia el 23 de marzo.

¿Dudas? 444 7110.



Encuentro de mujeres:

“empoderamiento femenino”

Incluye refrigerio. Inicia a las 9:00 a.m. y va hasta las 5:00 p.m. No incluye transporte.

Tarifa: desde \$47.000, según tarifa de afiliación.

¿Dónde? Hotel y Parque Ecológico Piedras Blancas.

¿Cuándo? Domingo 31 de marzo.

¿Dudas? 510 8599 ext. 2352.

Encuentro de parejas

Se abordarán temas como la comunicación, la sanación y el perdón. La cita es el 7 de abril, en el Hotel Hacienda Balandú, en Jardín. **Informes en: 511 3133 ext. 3314**

- Las fechas de salida y corresponden al año 2019.
- Si usted es mayor de 55 años y desea viajar en unos de nuestros programas aéreos, le ofrecemos descuento del 3% aplicable a la porción terrestre antes de impuestos. No aplica para *outlet*.
- Para maestros del Magisterio afiliados a Comfenalco Antioquia, ofrecemos en cualquiera de nuestros programas aéreos, un descuento del 3% aplicable a la porción terrestre antes de impuestos. No aplica para *outlet*.
- Los precios en dólares y euros son

Pequeña chocolatería

El curso tiene una duración de 10 horas. Incluye materiales. Inicia el 27 de marzo en la Universidad Antonio Nariño, a las 12:00 m. **Informes es: 444 7110.**

- Liquidados al valor de la tasa representativa del mercado (TRM) del día en que se efectúe el pago, dicha tasa puede presentar variaciones día a día.
- Todas las tarifas son por persona, los planes están sujetos a cambio sin previo aviso. Sujetos a disponibilidad.
- Consultar con un asesor de viajes las vigencias, condiciones, formas de pago, requisitos, observaciones importantes, restricciones, impuestos, documentos de viaje (varía de acuerdo a su nacionalidad), cancelaciones y penalidades aplicables para

Cocina mexicana

El curso estará disponible desde el 19 de marzo, en la Universidad Antonio Nariño. El estudiante debe traer delantal, gorro y malla. **Informes: 444 7110.**

- cada programa. Consultar reglamento de nuestra agencia de viajes. Página web: www.comfenalco.travel
- Los menores de edad en ningún momento podrán viajar solos. Deben viajar con uno de sus padres y acompañarlo por medio del registro de nacimiento o en compañía de un adulto responsable, debidamente autorizado, por medio de una carta de autorización de salida autenticada por los padres. Una copia de la autorización autenticada deberá entregarse en el momento del check-in/abordaje, al igual que se debe-

Peinados infantiles avanzados

Inicia el 27 de marzo en la Sede La Playa. Es necesaria la camisa del uniforme institucional. La cita es cada miércoles de 8:00 a.m. a 11:00 a.m. Dura 20 horas. **Informes es: 444 7110.**

- El régimen de responsabilidad que establece la ley 300/96, D.R. 1075/97, Decreto 2438 de 2010 y las normas que los modifique, adicionen o reformen. La responsabilidad del organizador del plan o paquete turístico se limita a los términos y condiciones del programa en relación con la prestación y calidad de los servicios. En desarrollo de lo dispuesto en el artículo 17 de la Ley 679 de 2001, la agencia advierte al turista que la explotación y el abuso sexual de menores de edad en el país

Barbería básica

Inicia el jueves 14 de marzo a las 2:00 p.m. en la sede Comfenalco La Playa. Dura 30 horas y exige uniforme institucional completo. **Informes: 444 7110.**

- son sancionados penal y administrativamente, conforme a las leyes vigentes. Contribuimos a la conservación y preservación del patrimonio natural, sociocultural y económico, de acuerdo con el decreto 1608 de 1978, ley 23 de 1973, ley 397 de 1997 y ley 99 de 1993.
- Mayores informes: Agencia de Viajes Over Comfenalco Antioquia. Sede Palacé: 510 83 33 - 510 83 21.
- Punto de Servicios: Puerta del Norte, Punto Clave, Belén, Mayorca, Rionegro y Envigado. Call Center: 444 71 10.

Herramientas web para personas mayores

El curso incluye materiales y tiene una duración de 15 horas.

Tarifa: desde \$38.000, según tarifa de afiliación.

¿Dónde? Sede Educativa Palacé, cerca de la estación Parque Berrío.

¿Cuándo? Inicia el 22 de marzo.

¿Dudas? 444 7110.



Lo SUEÑOS

Kit para disfrutar de un mejor día



Pensar positivo y ser feliz es una elección propia, sobre todo, cuando los buenos y malos momentos siempre serán parte de la vida.

En la gratitud por el día que comienza, el sol que se asoma, la noche que llega, el estado de salud, los seres queridos, los compañeros de trabajo está la clave para vivir en armonía. No se trata de una lección esotérica ni religiosa, simplemente esto responde al funcionamiento de la mente inconsciente, en la que los pensamientos, los sentimientos y las emociones son los que gobiernan el 96 % de su funcionamiento y los que se ocupan de darle ese tono gris o colorido a las experiencias. El médico cirujano y especialista en neurolingüística, José Gerardo Albrán, entrega pautas para disfrutar de cada momento con una mirada más positiva.

La mente puede programarse de tres maneras: con lo que piensa, con lo que hace y con lo que habla.

1. Dejar de quejarse

La queja es una discusión con la situación que la provoca, que lejos de llevar a una solución, distrae, paraliza y enferma. Lo recomendado es aceptar la situación que la produce y empezar a enfocar la mente en una solución.

2. Atrás el pesimismo

La mayoría de las personas no son conscientes de lo que expresan, causando un efecto negativo en sí mismos y en quienes les rodean. Aprender a escuchar la voz interior para cambiar la visión que se tiene sobre la vida, ayuda a salir de este estado.

3. Creer en sí mismo

Es entender que cada ser humano es un ser único, repleto de cualidades, habilidades y capacidades. Es importante, primero, conocerse y proyectarse en un corto, mediano y largo plazo, para encontrar un camino y retos para transitarlo.

4. Ser empático

Ponerse en los zapatos del otro parece fácil, pero a veces llevarlo a la práctica se olvida en el día a día. Desarrollar esta habilidad para la vida favorece las relaciones sociales, personales, familiares y laborales para estrechar los lazos de confianza.

5. Aceptar los logros y las derrotas

Vienen con cada día que comienza. De cada persona depende verle el lado más amable a cada situación, para no sumirse en la tristeza ni subirse al pedestal de la soberbia. La humildad, en cualquier caso, resulta la mejor herramienta para sobrellevar el hecho.

Entrenar para la vida

La práctica deportiva no solo trae beneficios físicos, contribuye al desarrollo de los seres humanos y en muchos casos, transforma vidas.

Con apenas un año y medio, Jean Pierre Duque Sánchez conoció tres clínicas en menos de un mes. Un dolor de oído, que no parecía grave en principio, se transformó en una neumonía que lo tuvo hospitalizado cerca de tres semanas, pero también fue el principal impulso para que empezara a nadar.

Después de la neumonía, su papá siguió al pie de la letra la recomendación de los médicos: “nadar para fortalecer su aparato respiratorio” y desde ese momento, sumergirse al menos dos veces por semana en una piscina se convirtió en un hábito para Jean Pierre, que a sus doce años reconoce no solo haber desarrollado un habilidad fundamental en la vida, también su gusto por practicarla. No le importa si hace frío y menos caminar desde la estación del metro para llegar hasta el Parque Comfenalco Guayabal, asiste puntualmente a los entrenamientos del club de natación los miércoles y los jueves al final de la tarde y los sábados en la mañana. A veces lo acompaña su papá y otras, su abuelo o su mamá. Para Jean Pierre la natación dejó de ser un asunto terapéutico o una recomendación médica, le agrada pasar tiempo en el agua, compartir con los otros niños que, después de cumplir con todos los niveles de natación pasan a integrar el club, pero sobre todo se emociona con la idea de competir. Aunque a su edad ya piense en la arquitectura y en la veterinaria como las profesiones que le gustaría ejercer, en la natación encuentra no solo una manera de cuidar la parte física y la salud, sino una herramienta de formación que le ha enseñado disciplina e incluso tolerancia a la frustración.



NADAR ME FORTALECE Y EN VEZ DE ESTAR PEGADO TODO EL DÍA A UNA PANTALLA CON UN VIDEOJUEGO, PUEDO VENIR Y HACER DEPORTE Y CONOCER NUEVOS COMPAÑEROS”.

Jean Pierre Duque Sánchez

En la sangre

Andrés Felipe Restrepo Vélez ama el fútbol. Descubrió esa pasión cuando era niño y jugaba con su papá y su hermano. Hacía las veces de arquero y se dio cuenta que esa posición no solo le gustaba, también que tenía un muy buen desempeño. Así empezaron las escuelas de fútbol, los entrenamientos y los uniformes y aunque, con casi quince años no sueña con dedicarse al fútbol profesional, sí reconoce la importancia de esa práctica deportiva en su vida. "El fútbol lo llevo en la sangre. A mi papá le gusta mucho y mi hermano también lo practica. Me gustaría jugar en un equipo profesional, pero no es mi objetivo de vida". Su sueño, dice, es ser aviador y con seguridad se convertirá en cualquier cosa que desee porque es disciplinado, le gusta estudiar y eso se refleja en sus notas -la más baja es de 4,8-, toca piano y le dedica algunas horas diarias a la lectura. Cuando se le pregunta a qué hora hace tantas actividades, responde como si fuera muy natural: "después del entrenamiento".

De la Academia Deportiva de Comfenalco destaca la exigencia, el nivel y el buen trato. Desde que sus padres lo inscribieron, entrena cuatro días a la semana, por cerca de hora y media. Todo con la intención de competir en el torneo de la Liga Antioqueña de Fútbol, en el que el año pasado, los chicos de Comfenalco quedaron en quinto lugar en la reclasificación.



PROGRAMAS DEPORTIVOS

- **Escuela de Natación.** Para niños desde los 2 años, jóvenes y adultos.
- **Hidroaeróbicos.** Desde los 13 años.
- **Cursos de baile.** 7 a 12 años y de 13 años en adelante.
- **Ballet.** 3 a 10 años.
- **Danza árabe.** 7 a 12 años y 13 años en adelante"
- **Escuela de fútbol.** Para niños y adultos, de 3 años en adelante.
- **Escuela de baloncesto.** 5 a 17 años.
- **Escuela de voleibol.** 8 años en adelante.
- **Patinaje.** 5 años en adelante.
- **Tenis de campo.** 5 años en adelante.
- **Porrismo.** 5 a 16 años.
- **Taekwondo.** 7 a 12 años.
- **Karate Do.** 7 a 12 años
- **Yoga.** 7 años en adelante
- **Yoga acuático.** 13 años en adelante.
- **Rumba aeróbica.** 13 años en adelante.
- **Acondicionamiento físico.** 18 años en adelante.
- **Pilates.** 13 años en adelante.
- **Entrenamiento funcional.** 18 años en adelante.
- **Aeróbicos.** 13 años en adelante.
- **Hidrogestantes.** Para mujeres embarazadas.
- **Stretching.** 13 años en adelante.
- **Gimnasia básica.** 18 años en adelante.
- **Gimnasia hipertensos.** 18 años en adelante.
- **Gimnasia prenatal.** Para mujeres embarazadas.
- **Gimnasia.** 18 años en adelante.

*Nuestros cursos son trimestrales y están disponibles en las distintas sedes del Área Metropolitana y de las diferentes regiones del departamento.
Fechas de inscripción: a partir del 10 de marzo para el segundo trimestre, a partir del 16 de junio para el tercer trimestre y a partir del 1º de septiembre para el último trimestre del año.
Mayores informes:*

444 7110
www.comfenalcoantioquia.com



CON EL DEPORTE UNO SE MANTIENE EN FORMA, NO TIENE TIEMPO NI GANAS DE PENSAR EN VICIO, NI EN RUMBA, NI EN NADA MALO. UNO CON LA EXIGENCIA, SE CONCENTRA EN EL FÚTBOL Y EN ESTUDIAR".

Andrés Felipe Restrepo Vélez

Seguridad y tranquilidad, siempre a la mano

Un seguro puede ser el mejor aliado en los momentos más complejos. Conoce las opciones que ofrece la Caja con sus alianzas.



Comfenalco cuenta con un grupo de aliados, especialistas en seguros, que ofrecen una serie de productos y servicios para proteger a sus afiliados y respectivos beneficiarios. Carlos Rivera, analista de convenios y alianzas, explica que esta es una forma de garantizarles estabilidad económica, al menos por un período determinado de tiempo. “Tener ese as bajo la manga evita que los usuarios se endeuden con préstamos, por ejemplo, en situaciones de duelo o en alguna necesidad doméstica. La ventaja de estos seguros es que se pueden disfrutar en vida, muchas veces la gente no accede a ellos porque no ve resultados inmediatos, sin embargo hay formas de sacarles todo el provecho”. A continuación, las opciones que ofrece la Caja, en alianza con las compañías de seguros y sus principales beneficios*.

ASISTENCIA DOMICILIARIA

Esta póliza está pensada para las necesidades del hogar. Funciona a través de un *call center* dispuesto para resolver dudas o enviar la ayuda requerida.

- Ofrece coberturas por plomería, electricidad, cerrajería y vidriería. (No cubre materiales de reparación).
- Cuenta con asesorías telefónicas jurídicas, nutricionales y médicas.
- Ofrece orientación veterinaria, ambulancia para la mascota, veterinario a domicilio y reserva de guardería (aplica solo para gatos y perros).

REDassist / \$14.286 mensuales / Se descuenta de la cuota monetaria

VIDA

- Ofrece coberturas por incapacidades y hospitalizaciones, además de auxilios por maternidad y paternidad.
- Les ayuda a las familias a cubrir transportes de citas médicas y compra de medicamentos con anticipos, solo en casos de enfermedades graves y entrega bono por muerte por cualquier causa, incapacidad total o permanente.
- Cuenta con un microseguro, en alianza con Seguros Bolívar, que cubre: muerte por cualquier causa, incapacidad total y permanente., enfermedades graves, segunda opinión médica y últimos gastos por \$1.500.000.

Chubb Seguros Colombia / Desde \$662 diarios / Se descuenta de nómina

PREVISIÓN EXEQUIAL

- Les brinda acompañamiento psicológico a los miembros del grupo familiar. También cuando se trata de pérdida de mascotas.
- El titular puede inscribir beneficiarios sin restricciones: sean o no del grupo familiar y sin importar la edad.
- Los beneficiarios pueden estar en cualquier departamento de Colombia.
- Una vez inscritos en el plan exequial, acceden de inmediato al servicio.

Funeraria San Vicente / \$1.600 mensuales por persona afiliada / Se descuenta de nómina o pago de contado

SOAT

- En este caso, Comfenalco facilita el pago del seguro obligatorio a través de las cuotas monetarias. Funciona como un préstamo, la Caja le adelanta al usuario el subsidio familiar de nueve meses, y la diferencia se puede pagar en efectivo o con tarjeta débito o crédito. Se prestan \$220.800 por cada subsidio que tenga la familia.

Axa Colpatría

Mayores informes en www.comfenalcoantioquia.com/Seguros/MicrositioSeguros
444 7110

*Comfenalco Antioquia no opera como asegurador, es un canal facilitador para sus afiliados, mediante convenios o alianzas.

TE APOYAMOS EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

CREAR TU HOJA DE VIDA:



Ingresar

Ingresar a www.serviciodeempleo.gov.co, clic en la opción personas, inicia sesión y regístrate. Debes contar con correo electrónico, de no tenerlo debes crearlo.

(El usuario es el número de la cédula, la contraseña también).



Diligencia

Diligencia toda la información solicitada en los desplegables: información personal, datos de contacto, perfil laboral, intereses ocupacionales, nivel educativo, experiencia laboral, educación informal, habilidades.

(La hoja de vida debe quedar diligenciada al 100%).



Selecciona

En la opción entidad prestadora selecciona como prestador "Comfenalco Antioquia"



Verifica

Recuerda que en la opción intereses ocupacionales debes ser muy claro al indicar en qué cargos deseas buscar empleo.



BIENESTAR

Sorprender desde creaciones propias

El arte es para los niños una herramienta que favorece su desarrollo integral, y en Comfenalco implementamos diversas estrategias y experiencias para aportar a este propósito.



UNA MIRADA DISTINTA

“Solo a través del arte podemos emerger de nosotros mismos y saber lo que otros ven”. Marcel Proust.

La labor de los Talleristas y Artistas de Comfenalco se aleja completamente del papel de un profesor de artística común que forma a sus estudiantes en habilidades técnicas. No cuentan con formatos preestablecidos para la realización de las actividades con los niños, jóvenes y adultos, sino que los orientan con la intención de que creen experiencias mediante los lenguajes expresivos del arte como música, pintura, expresión corporal, gráfica o plástica y narrativa. “Para mí, este espacio para la lúdica creativa y el aprendizaje. En las actividades promuevo en cada bebé y sus familias, según la necesidad de cada niño, el desarrollo de estrategias de interacción. De esta manera se fortalecen vínculos y los papás aprenden otras formas de acercarse a sus hijos”, explica Leidy García, tallerista del Programa Desarrollo del Pensamiento Creativo, Crisol, una alternativa pedagógica, educativa y cultural de la Caja, que promueve el pensamiento crítico reflexivo para potenciali-

zar en los participantes habilidades creativas e incidir en la transformación de los contextos en que se desenvuelven.

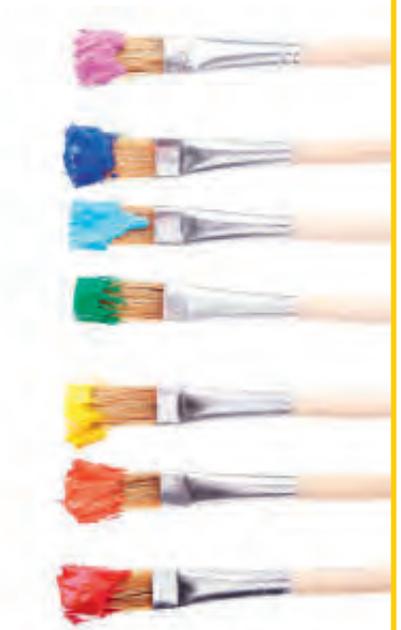
El Club de la Edad Dorada, en el barrio Prado Centro en Medellín, es sede de los encuentros de estimulación adecuada Crearte para Crecer, dirigido a menores de dos años de edad, y de Expresión Color, para niños de dos hasta los cuatro años. Citas semanales a las que acuden niñas como Gabriela, Isabela, Luciana y Mariangel, quienes guiadas por sus padres exploran materiales como la pintura desde su textura y sabor. “Lo que hacemos aquí, generalmente no lo realizamos en casa. Desde el ambiente, los materiales y, la posibilidad de relacionarnos con otros, nos sorprendemos al ver cómo desde la diversión, pueden desarrollarse en nuestros hijos sus capacidades motrices y cognitivas”, cuenta Marco Antonio Parias, papá de Luciana, de 13 meses de nacida. En Bello, Envigado, Rionegro, Andes, Apartadó, Turbo y Liborina también se replican estos procesos de diálogo y construcción.

LOS TALLERES ARTÍSTICOS DE LA CAJA RECORREN EL DEPARTAMENTO

Los talleres de Crisol, correspondientes a Crearte para Crecer y Expresión Color, se dictan de forma permanente en diez sedes ubicadas en puntos estratégicos del departamento: Club Edad Dorada en Medellín, Maison Marie Poussepin en Envigado, Unidad de Servicios Bello, Unidad de Servicios Rionegro, Parque Educativo Liborina, Unidad de servicios Andes, Casa de la cultura Luis Hernán Vásquez Duque en Urrao, Hotel Hacienda Balandú en Jardín, Casa de la cultura Ernesto María González Vélez en Ciudad Bolívar y en la Institución Educativa María Auxiliadora en Amagá. La inscripción a estos cuenta con precios

especiales para los afiliados en la categoría A, B y C, así como para los no afiliados. En la línea única (4) 444 7110 se puede obtener más información.

- Los encuentros que se desarrollan durante todo el año bajo los programas de Ludoteca y Estrategia de Gestión a dos años, se determinan de acuerdo a los procesos institucionales, espontáneos y comunitarios que se tejen en los distintos municipios de las nueve regiones de Antioquia. En cada zona hay una programación específica que responde a las necesidades de la población y características del territorio.



Conexiones con impacto

Los programas Ludoteca y Estrategia de Gestación a dos años, también basados en la metodología Crisol, llegan a lo largo del año a las nueve regiones del departamento, con el objetivo de aportar a la protección y cuidado de los derechos de la niñez. Aportan en temas como educación, salud y nutrición, recreación, prevención y protección. Dos, de los ocho artistas de la Caja, comparten el impacto de sus ejercicios en las comunidades que trabajan.



Proteger con amor y convicción

El taller Espacios para proteger el alma significó para Daysi Gil Gutiérrez una experiencia de sanación, que la animó a seguir en pie por ese bebé que venía en camino. Durante su proceso de gestación asumió difíciles momentos, entre estos el abandono de su pareja, sin embargo, por medio del arte encontró un escape para enfrentar una etapa de preguntas y miedos.

La inspiración de esta iniciativa fue una obra del maestro José Ignacio Vélez, que lleva el mismo nombre de la propuesta y que Fabián Gil, artista de la Caja, reinventó y llevó hasta Rionegro con el propósito de construir puentes para el diálogo entre mujeres embarazadas. Un taller que se extendió por 12 meses y en el que, a través de una caja de cartón elaborada por ellas mismas, las madres encontraron un refugio personal en el cual depositar sus pertenencias más preciadas; así como sus pensamientos, desafíos y sueños más íntimos. "Resultaron momentos muy lindos, pero sobre todo reconfortantes, en los que pudimos afianzar la confianza y la comunicación entre las futuras madres, para juntos sanar dificultades y compartir alegrías. Acontecimientos muy bellos que surgieron del arte", concluyó Fabián, un artista plástico de profesión y convencido de que desde el arte es posible promover la resiliencia.

Conversaciones que enriquecen

Los municipios de Giraldo y Santa Fe de Antioquia fueron los epicentros de dos talleres experienciales que reunieron a familias de la zona en torno a la elaboración de una cometa y al intercambio fotográfico de álbumes familiares, respectivamente. Encuentros que lograron, en sus distintas fases, el reconocimiento de diversos materiales del ambiente; la intervención de adultos, jóvenes y niños; el intercambio de saberes; la recuperación de espacios íntimos y la posibilidad de construir lazos de confianza entre los participantes. En ambos talleres, el abordaje de los sueños, las proyecciones y descripciones de los hijos desde los ojos de sus madres y las conversaciones nacidas del alma, permitieron recoger testimonios inspirados en la importancia de compartir para conectarse con otros. "Cuando construimos conocimiento junto a otras personas descubrimos los significados que tenemos en común, entendemos los imaginarios colectivos y nos motivamos a generar oportunidades para el futuro", explicó Ana María Martínez, artista mediadora de la Caja y una convencida de que por medio del arte, desde sus miradas y usos, es posible rescatar las tradiciones culturales que se han perdido y desdibujado de generación en generación.



CRÉDITO PARA VIVIENDA

Haz realidad tu sueño de tener casa propia



Crédito del 80% del valor de vivienda nueva o usada (VIS o VIP).



Plazo hasta de 120 meses.



Tasas preferenciales para afiliados



TASAS:
Categoría A: 0,5%
Categoría B: 0,6%
Categoría C: 1,0%

¡Solicítalo ya!

Informes

444 71 10



@comfenalcoant

www.comfenalcoantioquia.com

la felicidad
está en ti

Comfenalco
Antioquia

Un Oriente lleno de oportunidades

Los programas educativos y culturales son referentes de la gestión de Comfenalco en esta subregión de Antioquia.

Comfenalco celebra, en abril, 24 años de operación en la regional Oriente. Más de dos décadas de trabajo continuo con la comunidad de la zona urbana y rural, entre la que se afianzan vínculos a partir de temas relacionados con el desarrollo humano, social y del territorio. Son 23 municipios los que integran esta subregión de Antioquia, desde El Retiro hasta Nariño, pasando, entre otros, por Granada, Guarne, Marinilla y Sonsón. Un territorio dinámico, determinante en la economía del departamento y del país, rico en paisajes (altiplanos, bosques, embalses y páramos), en gastron-

mía y con un potencial crecimiento en infraestructura, cultura y educación.

“A la par del crecimiento de la región, incrementa el impacto de la Caja en esta zona. Nuestra labor es reconocida, especialmente por los programas de educación y la calidad en los servicios que prestamos”, explica Rocío Puentes Cardozo, gerente de la regional. En esta línea, la directiva hace especial énfasis en la Escuela de Artes del Instituto de Cultura y Turismo del Carmen de Viboral, y la iniciativa Rionegro Bilingüe, dos apuestas con alto impacto en la población del sector.

Cultura para todos

Hace 8 años, el Instituto de Cultura y Turismo del Carmen de Viboral invitó a Comfenalco a estructurar, dar línea y metodología a los distintos procesos de formación artística del municipio. Una alianza público-privada que se fortalece con los años y que convoca, cada vez más, a distintas personas a participar en los encuentros alrededor de las artes visuales, la literatura, la danza, el teatro, la música y

las artes mixtas. Entre estos, sobresale el programa Renacuajo paseador, dirigido a niños de 4 a 6 años. Algunos de los objetivos de la Escuela de Artes del Instituto de Cultura son generar espacios de encuentro para la interacción, permitir la vinculación de los padres de familia y potenciar la formación artística. Adicionalmente, la Caja gestiona la programación de la Sala de Cine y la Sala de Lectura José Manuel Arango.

Competencias en un segundo idioma

Comfenalco es un aliado del programa Rionegro Bilingüe, que se desarrolla en este municipio desde 2016 y cuya meta es mejorar los niveles de inglés de los niños y jóvenes matriculados en las 16 instituciones educativas públicas y 23 subsedes. Una iniciativa que también cualifica a los profesores en el uso eficiente e innovador del segundo idioma. El primer año de operación, Comfenalco capacitó a 500 estudiantes en el nivel introductorio. En 2017, la estrategia se dirigió en un primer y

segundo nivel a escolares de tercero a quinto grado y a adolescentes de sexto a noveno y, el año pasado, el proceso incluyó menores de primero y segundo. Además, a través del programa Escuela Nueva, la Caja llegó a cuatro escuelas rurales de difícil acceso. El convenio incluye la adquisición de material didáctico para los colegios y apoyo al plan de formación docente, facilitando la participación de los educadores del sector oficial en las jornadas de capacitación del Ministerio de Educación.



Más de
1.900

estudiantes del área urbana y rural se han beneficiado con el Programa Rionegro Bilingüe desde 2016.



Aprovecha tu tiempo libre

Cursos cortos para todas las edades



Educación:

Gastronomía
Inglés
Sistemas e informática
Belleza
Formación artística

Consulta sedes, horarios y tarifas en
www.comfenalcoantioquia.com

Matrículas abiertas



Informes
444 71 10
018000 427 111



Deportes:

Natación
Fútbol
Voleibol
Baile
Gimnasia básica
Y mucho más

la felicidad
está en ti

Comfenalco
Antioquia



EXPERIENCIAS

Así son las aves que enamoran en El Salado



Tángara real (*Tangara cyanicollis*)

Es una de las aves que más sorprende, gracias a sus colores que con la luz del sol se ven fluorescentes.

Les gusta estar en familia: siempre están en grupos de tres o cuatro tángaras. Son muy pequeñas y amantes de las frutas y las bayas, dependen de los árboles que producen frutos para sobrevivir.

113

especies de aves, aproximadamente, pueden verse en el Parque El Salado.

El avistamiento de aves es uno de los planes que ofrece el Parque Ecoturístico El Salado, que administra la Caja en alianza con la Alcaldía de Envigado. Te presentamos algunas de las especies que se ven en el recorrido.



Barranquero (*Momotus aequatorialis*)

Se le conoce con distintos nombres. Uno de ellos es Barranquero, porque hace nidos en los barrancos; otro muy común es Soledad, sobre todo en el campo, donde dicen que muere si se queda solo, y el último nombre es Péndulo, porque mueve la cola de un lado a otro cuando se siente en peligro.

DIVERSIÓN PARA SALIR DE LA RUTINA

Emprender una aventura en familia potencia los lazos de confianza, en especial, cuando se trata de actividades fuera de lo común.

Una mañana para pajarear

El avistamiento de aves consiste en un recorrido en busca de las aves más extraordinarias de un lugar específico; en este caso es el Parque Ecoturístico El Salado, elegido por más de cien especies de aves como su hogar. Se realiza el tercer sábado de cada mes.

Inicia a las 6:00 a.m. y va hasta las 9:00 a.m.

Se permiten hasta 15 participantes.

Inscripciones previas en:

- elizabeth.choa@comfenalcoantioquia.com

- 270 3132 ext. 2153

Cacique candela (*Hypopyrrhus pyrohypogaster*)

Son muy territoriales y buscan siempre cuidar al más joven de la familia. Se alimenta de lagartijas, cucarachas y hormigas; también de frutos y ramas de árboles. Se pueden reconocer gracias a su vientre rojo que resalta entre los distintos tonos de verde de la zona. Está en el grupo de aves más vulnerables del Colombia.



Guacharaca (*Ortalis columbiana*)

Suelen posarse sobre los senderos de madera del parque El Salado y desde allí dispersan sus semillas. No vuelan mucho, al contrario, prefieren estar sobre la tierra.



Mirra patiamarilla (*Turdus fuscater*)

Le gusta el clima frío y los frutos pequeños. Es una gran dispersora de semillas: las consume, las digiere, las expulsa y así germinan nuevas plantas. Es la más grande de todas las mirras colombianas y se reconoce por su pico anaranjado y patas amarillas.



Más opciones de esparcimiento con Comfenalco

Nuestros parques están siempre dispuestos a hacer felices a todos los integrantes de tu familia. Aquí las opciones disponibles para disfrutar en Semana Santa:

Acuaparque Ditaires, Itagüí: tiene la única piscina de olas del valle de Aburrá.

Parque Piedras Blancas, Santa Elena: cuenta con senderos ecológicos, un insectario, represa para navegar y un mariposario.

Los Tamarindos, San Jerónimo: tiene cancha de voley playa, río lento y piscinas familiar, para niños y semiolímpica. Así como toboganes y restaurantes.

Ecoparque Mario Aramburo Restrepo, Andes: cuenta con zona de camping y canchas de fútbol, pista de patinaje, piscinas y toboganes.

Parque de Los Encuentros, Apartadó: piscinas, canchas de tenis, voleibol, baloncesto y fútbol.

Camping Los Farallones, La Pintada: aquí se puede acampar cerca a la ribera del río Cauca. Tiene piscinas y toboganes.

Mayores informes en
444 7110

**Que cada día sea
un motivo
para celebrar
en nuestros hoteles**

Hotel Piedras Blancas - Arví
Hotel Recinto Quirama - Km. 5 vía San Antonio - La Ceja
Hostería Los Farallones - La Pintada
Hotel Hacienda Balandú - Jardín



Consulta los planes para:
Mes de la mujer
Mes del niño
Semana santa

Informes
444 71 10
www.comfenalcoantioquia.com

la felicidad
está en ti

Comfenalco
Antioquia



@comfenalcoant www.comfenalcoantioquia.com