

Familia & Vida



Caja de Compensación Familiar de Fenalco del Tolima

Revista N° 14 Diciembre de 2019

Jéssica y Leidy primeras
beneficiadas con el doble subsidio
para compra de su vivienda

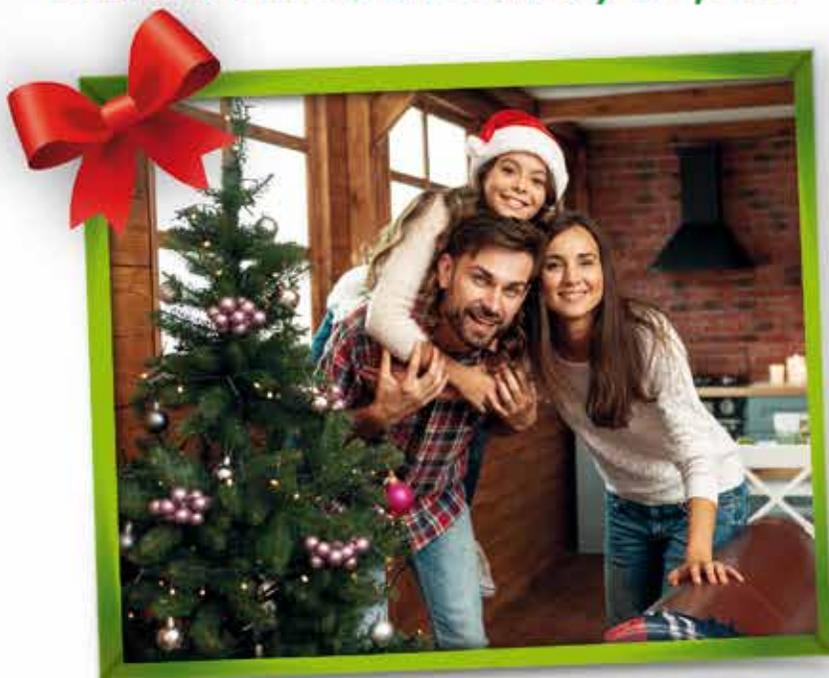


PÁGINAS 16-17



Una Nota en Calidad de Vida

¡En esta época de celebración, te agradecemos por hacer parte de la familia **Comfenalco Tolima**; tu eres nuestro afiliado y nuestra razón de ser. Deseamos de todo corazón que en tu hogar reine el amor, el cariño y la paz!



*Feliz Navidad y
un Próspero año
2020*



**CONSEJO DIRECTIVO
PRESIDENTE**

Jaime Cortés Suárez

VICEPRESIDENTE

Andrés Aníbal Sierra Pineda

**REPRESENTANTES DE LOS EMPLEADORES
PRINCIPALES**

Juan Diego Restrepo García
Juan Ernesto Sánchez Barreto
Germán Augusto Ramos Moreno
Andrés Aníbal Sierra Pineda
Édgar Augusto Henao Olmos

SUPLENTE

Juan Carlos Valencia Londoño
Efraín Valencia Andrade
Marcela Bastidas Acevedo
Silvio Hernán Serna Castaño

**REPRESENTANTES DE LOS TRABAJADORES
PRINCIPALES**

Carlos Alberto Urrego Ruiz
Fabio Alberto Murcia Orduy
Carlos Enrique Duque Varón
Jaime Cortés Suárez
Gildardo Díaz Flórez

SUPLENTE

Julio César Oviedo Monroy
Diana Carolina Beltrán Vásquez
Olga Leonor Lerma Palma
Óscar Martínez Acosta

DIRECTORA ADMINISTRATIVA

Diana Lucía Reyes Gutiérrez

COMITÉ EDITORIAL

Martha Patricia Huertas Delgado

Jefe División Servicios

Alba Rocío Báez Mojica

Jefe División Financiera

Héctor Pérez Afanador

Jefe División Vivienda

Constanza Parra Vergara

Jefe División de Desarrollo Estratégico

Ángel Alberto Aguirre

Jefe de Mercadeo (e)

Nohora Ríos Garay

Coordinadora Oficina de Imagen,

Protocolo y Comunicaciones

APOYO

Andrés Mauricio Gómez

Diseñador Gráfico

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Diana Lucía Martínez Espitia

IMPRESIÓN

Editorial La Patria

www.comfenalco.com.co

Carrera 5 Calle 37 Esquina Ibagué

edificio Comfenalco

PBX 2670088

Distribución gratuita



Una Nota en Calidad de Vida

Sumario

PÁGINA 3
Comfeútiles para un feliz regreso a clases



PÁGINA 6-7
Disfrute de los beneficios del voleibol



PÁGINA 12-13
Parque Omaira fue visitado por la Unesco



PÁGINA 14-15
Parque Caiké para vivir momentos mágicos



PÁGINA 20-21
Viajar es la mejor opción para celebrar



Estamos comprometidos para brindar mejores oportunidades a nuestra niñez

Un tema que quizás no conozcan plenamente los afiliados a Comfenalco Tolima, pero que es de impacto social y fundamental para la región es el de los Fondos con destinación específica creados por el Gobierno Nacional y que complementan la labor social que una Corporación como la nuestra desarrolla. Estos Fondos se alimentan con parte de los recursos que las empresas aportan a las Cajas de Compensación encaminados a favorecer a la población pobre y vulnerable que no está afiliada a la Caja.

Hoy quiero destacar el Fondo para la Atención Integral a la Niñez "FONIÑEZ", que tiene dos grandes modalidades:

1. Atención integral a la niñez (primera infancia): actualmente se están atendiendo 220 niños y niñas con sus madres de las áreas rurales, habida cuenta que en esas zonas existe baja oferta de servicios para la atención a la primera infancia, de acuerdo con diagnósticos sociales situacionales relacionados con la primera infancia y la familia. Este programa realiza encuentros semanales en espacios que aporta la comunidad, en donde se desarrollan diferentes actividades enfocadas a estimular el desarrollo integral de las niñas y niños a nivel motor, el lenguaje, aspectos físicos, cognitivos y sociales, con juegos tradicionales, cuentos para ser feliz, guardianes del medio ambiente y manejo de las emociones.



Diana Lucía Reyes Gutiérrez,
Directora Administrativa

De igual manera, se hacen visitas domiciliarias con el equipo psicosocial conformado por psicólogos, trabajadores sociales, enfermeras, pedagogas y licenciados; se entregan en cada encuentro refrigerios saludables y, mensualmente, complementos nutricionales. Así mismo, en el componente salud, se realiza una jornada de atención en medicina, odontología y optometría a todas las niñas y niños, entregándoseles gafas a quienes las necesiten.

Las veredas de Ibagué atendidas en el 2019 fueron Ancón, Cristales, La María, La Flor, San Bernardo, Aparco y El Jago.

2. Jornada de Atención Complementaria (para niñas y niños vulnerables y escolarizados): en el 2019, en convenio con los

gobiernos departamental y municipal se desarrollaron programas de Jornadas Divertidas en Ibagué y varios municipios del Tolima, así como programas de Erradicación del Trabajo Infantil y el programa Abraza la Vida.

Estos programas fortalecen la adecuada utilización del tiempo libre en niños y jóvenes, brinda talleres psicológicos en temas de autoestima, planificación familiar y sustancias psicoactivas, así como temas de resiliencia y proyecto de vida.

Todos los programas están encaminados a darle manejo a las diversas problemáticas que afectan a nuestros niños y jóvenes dentro del contexto social actual de la región, ofreciendo herramientas y conocimientos que las mitiguen.

Comfeútiles para un feliz regreso a clases

Para que los niños y adolescentes regresen a clase con la mejor actitud y, de paso, los padres de familia minimicen gastos, Comfenalco Tolima realizará el programa Comfeútiles.

Del 15 al 21 de enero de 2020 en el edificio sede de la carrera Quinta con calle 37, se cumplirá la entrega del subsidio escolar en especie, representado en un kit de útiles, a los beneficiarios de trabajadores

Padres de familia, prepárense para reclamar el subsidio educativo en especie.

dependientes pertenecientes a las categorías A y B, es decir, que devengan hasta cuatro salarios mínimos legales mensuales vigentes.

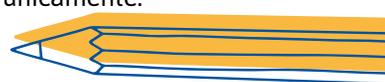
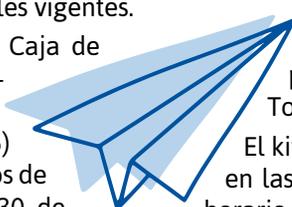
Con Comfeútiles, la Caja de Compensación beneficiará a los niños entre los cinco (5) y los catorce (14) años de edad, cumplidos a 30 de noviembre de 2019; se incluirán trabajadores de empresas nuevas afiliadas a 30 de noviembre y que hayan afiliado trabajadores a 30 de noviembre de 2019.

El paquete escolar tendrá un



diferencial para los niños en el rango de edad de 5 a 9 años, y de 10 a 14 años. El beneficio será entregado a la persona que reclama el subsidio monetario, presentando la Tarjeta Verde y la cédula de ciudadanía, en el área de registro que tendrá lugar en el salón Augusto E. Medina, sede principal de Comfenalco Tolima en Ibagué.

El kit escolar podrá reclamarse en las fechas establecidas en el horario de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 8:00 p.m., el sábado de 8:00 a.m. a 6:00 p.m. y el domingo de 9:00 a.m. a 3:00 p.m. Para el día martes 21 de enero la atención es de 8:00 a.m. a 12 m., únicamente.



Condiciones

- Aplica para trabajadores dependientes afiliados activos a 30 de noviembre de 2019 categorías A y B, con beneficiarios afiliados y activos a ese corte (30 noviembre de 2019).
- En los municipios distintos a Ibagué los kits escolares serán entregados de acuerdo con programación previa que se dará a conocer oportuna y previamente, por parte del Departamento de Mercadeo, en cada oficina a partir del 20 de enero de 2020.
- La persona que reclamará el kit escolar, será la misma que reclama la cuota monetaria de subsidio, presentando cédula y Tarjeta Verde originales. Una vez se realice la verificación de la información, se le entregará el subsidio escolar en especie a que tengan derecho los beneficiarios del trabajador.
- El kit escolar no es susceptible de cambio, por dinero ni otros artículos.
- Aplica un solo subsidio educativo por beneficiario en los rangos de edad definidos, es decir, para aquellos beneficiarios afiliados por dos personas en el grupo familiar, solo se entrega un kit.
- La información adicional la podrá consultar en la página web www.comfenalco.com.co



Sostenerse en el ranking es el resultado del compromiso de los padres de familia y del proceso de mejora continua que lleva la institución

La Institución Educativa Augusto E. Medina de Comfenalco Tolima continúa destacándose dentro de los colegios mejor ponderados y posicionados del Departamento. Las sedes Ibagué y Honda se mantienen en las muy buenas categorizaciones, según los resultados de las Pruebas Saber 11 de 2019.

El colegio Augusto E. Medina, localizado en la Capital Musical, por quinto año consecutivo se ubica en categoría A+, es decir nivel muy superior; y el colegio de la 'Ciudad de los Puentes' se mantiene en categoría A.

Los resultados obtenidos por los 134 estudiantes de Ibagué posicionan al plantel educativo en el ranking de los 10 mejores, teniendo en cuenta los promedios ponderados de todos los colegios del Toli-

Colegio Augusto E. Medina es sinónimo de calidad educativa en el Tolima

ma, tanto públicos como privados. Esto evidencia el esfuerzo que permanentemente hace Comfenalco Tolima para brindar a los hijos de los trabajadores afiliados una educación de calidad.

"La alta calificación además de complacernos inmensamente, nos compromete mucho más para continuar la tarea incansable encomendada y que vamos cumpliendo con una pedagogía que incrementa los conocimientos de los mil 957 alumnos atendidos este año", indicó la directora Administrativa de la Caja de Compensación, Diana Lucía Reyes.

Sostenerse en el ranking es el resultado del compromiso de los padres de familia y del proceso de mejora continua que lleva la institución, junto con la disciplina, el acompañamiento permanente de docentes idóneos y la implementación de metodologías curriculares estructuradas e innovadoras en un ambiente de sana convivencia, que permite a los estudiantes formarse como seres humanos felices e integrales.

Es precisamente la integralidad su gran diferenciador, como lo reconocen los afiliados a la Caja de Compensación que han escogido

esta institución para que sus hijos se preparen para su desempeño social, académico y productivo.

“Agradezco y valoro muchísimo que Comfenalco Tolima le haya apostado en Honda a un colegio en el que se combine la excelencia académica con la formación de jóvenes respetuosos de las diferencias, con pensamiento crítico, que aman la vida y reconocen sus talentos y capacidades. Me siento orgullosa y feliz de que mis hijos se formen en esta institución”, aseguró la madre de familia Wanda Gómez Ramírez.



Juan Felipe Castro Medina

El 95% de los estudiantes matriculados en el Augusto E. Medina son hijos de trabajadores de categorías A y B.

Alcanzando la excelencia

Los resultados de las pruebas aplicadas por el Icfes en agosto pasado, le permiten a la Caja mostrar la efectividad de las jornadas de capacitación, simulacros y fortalecimiento de competencias adelantadas en la institución, con miras en el alcance de los objetivos programados hacia la excelencia educativa.

Y es que el colegio tiene dentro de sus pilares un acompañamiento permanente para motivar a los estudiantes a esforzarse a lograr resultados importantes, que les facilite su ingreso a la educación superior, ejemplo de ello son sus alumnos Juan Manuel Beltrán Gómez y Juan Felipe Castro Medina, dos jóvenes cuyo desempeño académico y el resultado de las Pruebas de Estado los ubica en el podio de honor.

Juan Manuel, estudiante de grado 11 en el colegio de Honda, es un piloto. A sus 17 años, además de obtener 344 puntos en las Pruebas Saber, se presentó al Programa de Química de la Universidad de Antioquia, ocupando el primer puesto entre 494 aspirantes.

Su destacado puntaje, es evidencia de su dedicación, disciplina y excelente preparación académica adquirida en el plantel. En la institución según destaca, descubrió su pasión por la ciencia, gracias a la motivación de la maestra del área, quien despertó el interés por la composición, la estructura, las pro-

iedades de la materia y de las transformaciones que esta experimenta.



Juan Manuel Beltrán Gómez, estudiante colegio Honda

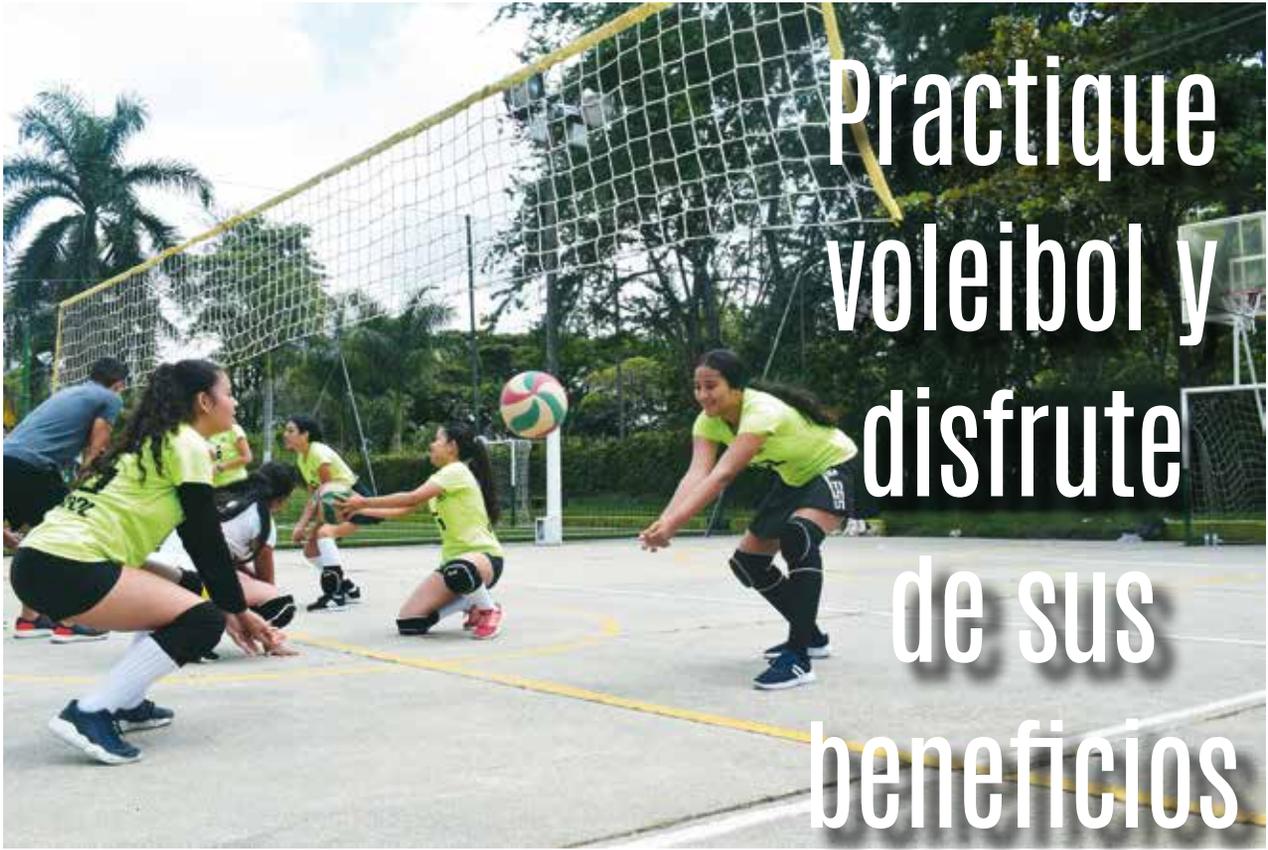
“El amor con que enseñan y la metodología empleada por todos los docentes hizo que descubriera mi proyecto de vida. Siempre me había gustado la lectura y las ciencias, pero fue hasta ingresar al colegio de Honda en donde realmente supe a lo que me quiero dedicar.

“Para mi fortuna, la formación personal, preparación académica y el apoyo de mi familia me permitieron avanzar en mi objetivo”, dijo.

Caso similar se registró en la sede Ibagué con Juan Felipe, quien obtuvo 382 puntos y ya fue admitido en la Universidad Nacional, en el programa de Ingeniería Eléctrica.

“Mi sueño ha sido comprender el mundo y todo lo que me rodea y en eso me ayudó mucho el colegio; los profesores han fomentado en mí el interés por la ciencia y mi familia, el gusto por aprender”, refirió.

Juan Felipe ingresó a la institución en sexto grado y siempre ha sido considerado un estudiante destacado. Estuvo becado hasta décimo y en 11 su alto rendimiento académico lo ubica entre los tres mejores; sumado a ello, siempre ha demostrado su habilidad artística, haciendo parte de las agrupaciones de danzas y música, actualmente integra la orquesta institucional.



Practique voleibol y disfrute de sus beneficios

El deporte y la recreación son considerados desde la psicología, como factores protectores, es decir actividades que pueden evitar la mala utilización del tiempo libre de los niños y adolescentes.

Expertos en actividades deportivas y de educación física coinciden en afirmar que el deporte evita la exposición de los menores de edad, a actividades inapropiadas o que les genere sedentarismo, promoviendo un estilo de vida saludable.

Además de los beneficios anteriores, hay deportes cuya práctica les facilita aprender a superarse y crecer por medio de él; es el caso del voleibol, una disciplina que ayuda a sus aficionados o profesionales a potenciar la autoestima, lo que les inyecta fuerza para confiar en que pueden lograr más éxitos e intentarlo.

El voleibol como todo deporte representa esfuerzo. Proporciona a los niños un aprendizaje muy enriquecedor, es una excelente herra-

La práctica deportiva es fundamental para una vida plena. Comfenalco Tolima lo sabe y brinda a sus afiliados el programa de Club y Escuela Deportiva en el que forma en distintas disciplinas.

mienta para el mejoramiento continuo y el crecimiento.

Las múltiples bondades atribuidas al voleibol se deben a que es un deporte de trabajo en equipo, en el que se desarrollan y usan habilidades prescindibles para la vida diaria. Con la práctica se logra una comunicación efectiva, se mejora la concentración, la agilidad mental, el análisis, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la lógica, el seguimiento de instrucciones, la tolerancia a la frustración, el compromiso y el liderazgo.

Igualmente, el voleibol desarrolla destrezas físicas y técnicas como la motricidad, la coordinación, la reacción, la agilidad y la velocidad.

Por lo anterior, y pensando en el

bienestar y en lo importante que es el aprovechamiento del tiempo libre de sus afiliados y familiares, Comfenalco Tolima ofrece dentro de su portafolio de servicios el aprendizaje y destreza del deporte.

En los amplios y adecuados escenarios deportivos del Centro Recreacional Urbano de Picaleña y bajo la orientación de instructores expertos, en el club de voleibol los niños y jóvenes, reciben el acompañamiento, la formación y el entrenamiento necesario para convertirse

en deportistas con un buen nivel. A este club pueden pertenecer los afiliados a la Caja y sus beneficiarios desde los siete años.

Un deporte que transforma vidas

El voleibol es uno de los deportes más completos, porque requiere de un gran esfuerzo físico que beneficia cuerpo y mente. Así lo consideran Paula Alejandra Prieto Aguirre y Marlen Sofía Giraldo Hueso, dos ibaguereñas que combinan sus compromisos escolares con la práctica de esta disciplina en el Club Deportivo de Comfenalco Tolima.

Paula Prieto, de 14 años, hace seis meses encontró en este deporte un aliado para mejorar su salud. La práctica continuada le permitió “crear en sí misma y descubrir sus potencialidades”, a la vez que eliminó de su pensamiento la idea de que el asma la limitaría para desarrollar actividades de alta exigencia física.

“Siempre pensé que hacer ejercicio empeoraría los síntomas de mi enfermedad, pero fue todo lo contrario, mis pulmones están funcionando muchísimo mejor”, refirió, al mencionar que los cambios que experimenta, obedecen a que

el ejercicio físico fortalece los músculos pecto-



Paula Alejandra Prieto Aguirre integra también el equipo de voleibol de Comfenalco Tolima.

rales que se utilizan para respirar.

Sumado a ello, cree que su mentalidad también ha cambiado, al comprender que cuando se quiere se puede, “porque trabajar con pasión y convicción nos permite lograr todo cuanto nos proponamos”.

Ventajas que la cautivan

Marlen Sofía Giraldo, estudiante de grado 11 en la Escuela Normal Superior, está convencida de que la agilidad es la mayor ventaja que el voleibol ha traído a su vida.

Este deporte, que trabajando en equipo despierta el espíritu competitivo, le exige mantener conectados sus cinco sentidos favoreciendo su coordinación, su concentración, sus reflejos y su oído.

Estos factores, que la motivan a practicar con constancia, también le exigen disciplina, respeto por las reglas y los horarios, lo que se traduce en un mejor desempeño en la cancha y en el aula escolar.





Una Nota en Calidad de Vida

Centro Vacacional Tomogó

Prado - Tolima

En el mar interior de Colombia
un lugar paradisíaco
para disfrutar en familia



Servicios

- Piscinas • Acuaparque • Restaurante • Zona de camping • Concha acústica
- Cancha de tenis • Alojamiento habitaciones • Alojamiento cabañas
- Paseo ecológico • Paseo a la represa • Zonas verdes • Salón de conferencias



Pregunta por
Nuestros Planes

Centro Vacacional Tomogó - Prado, Tolima - RNT 23427

Horario de atención de 7:00 a.m. a 12:00 m. y de 1:00 p.m. a 5:00 p.m.

Para atención lunes y martes: Cel.: 317 516 35 50

miércoles a domingo: Cel.: 315 782 85 06 - 315 319 55 39

Email: tomogo@comfenalco.com.co

- Aplican condiciones -



Comfenalco Tolima



@comfetol



@comfenalcotolima



316 691 46 68

www.comfenalco.com.co

Bienvenidos a la familia Comfenalco Tolima

Brindar bienestar a los trabajadores afiliados y a sus familias es nuestra finalidad. Gracias por confiar en nuestra misión y permitir que esta familia continúe creciendo. ¡Bienvenidas las empresas!

- Edificio Centro Comercial Los Panches
- Unión Temporal Urbanismo San Pablo
- Prias y Asociados S.A.S.
- Rosa Elena Vidal Hernández
- Restaurante y Cantina Mexicana María Bonita S.A.S.
- Eliana Guzmán Forero
- Grupo Mone S.A.S.
- Mogadisel S.A.S.
- Constructora G y Q S.A.S.
- Pintuéxito S.A.S.
- Consorcio Mainciin 054
- Consorcio Polideportivo 2019
- Consorcio C&A Herrera
- Soluciones Integradas de Vigilancia y Tecnología S.A.S.
- Alfonso Ascencio Salazar
- Consorcio Cam Coyaima
- Consorcio CDI Cunday
- 2M Medical Lab S.A.S.
- Consorcio Pavimentos DPS 2018
- Yelso Céspedes López
- Daimont Distribuidora S.A.S.
- Restaurante Barbacoa M & G S.A.S.
- Consorcio Milciades 2019
- Ingeniería y Construcciones J Y D S.A.S.
- Leonardo Alberto Garzón Álvarez
- Consorcio Talleres del Estado
- Carlos Alfredo Valencia
- Marlon Alberto Ortiz Cadavid
- Consorcio S y A PH Cajamarca 2019
- Keizon Ingeniería y Arquitectura S.A.S.
- Santiago Peláez Ruiz
- Verónica López Rico
- César Augusto García Rondón
- Construcciones Piedra Angular S.A.S.
- Consorcio Parque Lérida 2019
- Rama Judicial Seccional de Administración Judicial del Tolima
- Outsourcing de Servicios Integrales S.A.S.
- Meysa Construcciones S.A.S.
- Construcciones Hernán Gómez S.A.S.
- Empaquetados Comercigranos Colombia S.A.S.
- Consorcio Arit
- Pamela Viviana Amature Betancourth



Miniolimpiadas escolares: una fiesta deportiva y cultural

La atención integral a la niñez es un pilar fundamental en Comfenalco Tolima, acción que se brinda con el programa Jornada Escolar Complementaria, conquistando el corazón de padres de familia y menores de edad, en convenio con las Secretarías de Educación del Municipio y del Departamento.

Esta estrategia dirigida a estudiantes de instituciones educativas oficiales en situación de vulnerabilidad, se ha posicionado como un espacio en el que se refuerzan aprendizajes académicos, deportivos, lúdicos, artísticos y culturales. Como parte de este proceso que le ha permitido a la población en edad escolar afianzar sus saberes y redescubrir el mundo que lo rodea, la Caja de Compensación lleva a cabo desde el año anterior las Miniolimpiadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria, que se convierte en un escenario

Con Programas Especiales la Caja de Compensación brinda espacios formativos para el desarrollo de niños, niñas y adolescentes para el aprovechamiento del tiempo libre.

que permite a los beneficiarios mostrar sus talentos y habilidades. Si bien las Miniolimpiadas escolares dejan ganadores, más que una competencia son un encuentro para compartir y estrechar lazos de amistad, como se pudo evidenciar en su segunda edición, realizada en el Centro Recreacional Urbano vía a Picalaña, contando con la participación de más de mil niños, niñas, adolescentes y jóvenes, quienes durante cinco días continuos, vivieron una verdadera fiesta deportiva.

Inolvidable experiencia

La alegría reflejada en los rostros de los participantes de la segunda versión de Miniolimpiadas Jornada Escolar Complementaria de

Comfenalco, dejó claro que la experiencia fue única y especial.

“Me siento muy feliz porque me trajeron a estas olimpiadas. ¡Gracias Comfenalco!”, dijo Estefany González Galvis, estudiante de la institución educativa Alfonso Palacio Rudas, sede Nuevo Combeima. Su satisfacción es la respuesta a un encuentro lleno de diversión y habilidades deportivas y artísticas, que permitieron a mil 138 infantes y jóvenes de 27 instituciones educativas con sedes ubicadas en la zona urbana y rural de Ibagué, tener su momento para brillar, gracias a su talento, disciplina, destreza, armonía y juego limpio.

Los participantes compitieron en dos disciplinas: microfútbol y

atletismo, este último en las modalidades de lanzamiento de pelota y pruebas de velocidad (55 metros planos), desarrolladas diariamente y distribuidos en seis grupos.

No solo destrezas deportivas hicieron parte del encuentro. También hubo presentaciones artísticas y culturales, en la que los pequeños presentaron un hermoso espectáculo, que fue preparado en el transcurso de las jornadas escolares complementarias.

Sumado a ello, pudieron conocer sobre los principales mitos y leyendas de la tierra Pijao, y comprender la riqueza inmaterial con que cuenta el Departamento.

Junto con las jornadas de juegos y aprendizaje, los asistentes a las Miniolimpiadas tuvieron la oportunidad de disfrutar de todos los espacios del Centro Recreacional Urbano: refrescarse en las piscinas, lanzarse de los toboganes y pasear por las amplias zonas verdes.

Los días de competencia fueron tan divertidos que los lindos recuerdos quedarán grabados en la mente de todos los participantes, entre ellos en los de Andrés Felipe Vargas, estudiante de la institu-



Los protagonistas de las Miniolimpiadas contaron con el acompañamiento de 89 padres de familia o representantes de la comunidad educativa y de todo el grupo interdisciplinario de Programas Especiales de la Caja de Compensación, encargado de su atención.

ción educativa Fernando Villalobos Arango – sede vereda Carmen de Bulira, quien quedó fascinado con el CRU: “estoy feliz porque Comfenalco tiene unas instalaciones muy bellas, como las piscinas y las canchas donde he podido jugar”.

Compartir con niños de toda la ciudad fue un factor que hizo único las maratónicas miniolimpiadas. De ellas, los estudiantes salieron motivados a continuar utilizando su tiempo libre en prepararse tanto física como académicamente para futuras competencias y para la vida misma.

Fue tal el éxito que hasta los padres de familia reconocieron el deber cumplido. “Agradezco a los docentes y a cada uno de los personajes que hacen posible este encuentro de nuestros niños, al igual que al programa de Jornada Complementaria”, expresó Luisa Fernanda Gutiérrez, cuyo hijo es uno de los estudiantes beneficiados.

Cabe mencionar, que para la participación de los estudiantes y acompañantes, el programa se encargó del traslado desde la institución educativa tanto de la zona urbana como de la rural, al Centro Recreacional y el regreso al lugar de origen; así mismo se les brindó refrigerios y todo el acompañamiento para el buen desempeño de la actividad.



Parque Omaira Sánchez sería parte de Geoparques de la Unesco



El parque temático Omaira Sánchez, operado por Comfenalco Tolima con el acompañamiento del Servicio Geológico Colombiano, sería parte del proyecto Geoparque Volcán Nevado del Ruiz, que busca ser aceptado en la Red Mundial de Geoparques de la Unesco.

Dentro de la iniciativa que pretende la conservación del patrimonio geológico, cultural y natural en los departamentos de Caldas, Risaralda, Quindío y Tolima, el parque ubicado en Armero – Guayabal, fue visitado recientemente, por una comisión de la Unesco para hacer un reconocimiento del lugar y un recorrido por las ruinas de 'La Ciudad Blanca'.

La inspección al recinto cultural y de memoria contó con la presencia de personalidades como Guy Martini, secretario de la Red Mundial de Geoparques y Presidente de la Comisión Mundial de Geoparques; Denise Gorfinkiel, directora de la

Ciento 47 parques conforman la Red Mundial de Geoparques, distribuidos fundamentalmente en China y Europa. En América Latina existen siete sitios de reconocido patrimonio geológico.



Del Tolima para el mundo: Parque Temático Omaira Sánchez

Que el parque Omaira Sánchez, sea tenido en cuenta para ser incluido en la ruta Geoparque habla de la trascendencia que cobra este escenario no solo en nuestro país sino en el mundo entero, como un lugar para aprender sobre la prevención del riesgo y para conocer el seguimiento que realiza el Servicio Geológico Colombiano a los volcanes de Colombia, a través de la lúdica, la experiencia y la realidad virtual aumentada.

Este maravilloso parque, que desde su apertura se ha convertido en sitio obligado de visita en el norte del Tolima, tiene cuatro estaciones que permiten al público descubrir el misterio del mundo vulcanológico, así como conocer la historia de Armero, población arrasada por la fuerza de la naturaleza el 13 de no-



viembre de 1985.

Observar el comportamiento de los volcanes, así como las fotografías panorámicas de Armero antes y después junto con maquetas que evidencian las ruinas actuales, cuadros y esculturas en honor a los

niños fallecidos, entre ellos Omaira Sánchez, quien se convirtió en el símbolo de la tragedia y pasar por el túnel memorial a través del cual se escuchan los relatos de siete sobrevivientes, se convierten en sus principales atractivos.



Unesco para América Latina y el Caribe, y Juan Pablo Arbeláez López, gerente del proyecto Geoparque Volcán Nevado del Ruiz quien recalcó la importancia del Parque Temático en la propuesta, donde se evidencia el apoyo institucional y el aporte educativo a la comunidad.

El Parque Temático Omaira Sánchez fue construido por el Gobierno Nacional y es operado, desde hace un año, por Comfenalco Tolima.

¿Qué es un Geoparque?

Es una distinción que otorga la Unesco a áreas únicas, geográficamente uni-

ficadas con lugares y paisajes geológicos de relevancia internacional, que son gestionados desde una perspectiva holística de protección, educación y desarrollo sostenible.

En Latinoamérica existen siete: en Brasil, Uruguay, Ecuador, Perú, México y Chile.



Parque Caiké

un lugar de ensueño para vivir momentos mágicos

El nuevo mega parque de Comfenalco Tolima será un lugar temático cultural, empresarial y deportivo proyectado para enaltecer el paisaje y el folclor colombiano, en busca de recobrar los sentidos que marcan históricamente nuestra identidad, nuestros legados naturales, reivindicar nuestros relatos de región, nuestra geografía, reconocer las voces de nuestros antepasados, sus saberes, sus secretos, su gastronomía incomparable, sus cantos, sus danzas, sus bellas costumbres y sus tesoros iconográficos sobrevivientes.

Más allá de la aventura

Nuestra propuesta del Parque Caiké

Caiké significa salud en lengua Pijao, simboliza la hospitalidad, simpatía del pueblo tolimense y el encuentro fraterno.

incorpora no sólo un sitio recreativo, sino la puesta en marcha de múltiples zonas diseñadas para generar interacción y diversión, siendo confortables y atractivas para los visitantes, convirtiendo la sede imaginada en estancia de paz, promotora de valores, sensibilidad, saberes y prácticas a favor de la vida, de la identidad y del territorio; a la vez que en ella, se aprenderá y se disfrutará una relación armónica con otros y con

el entorno; garantizando de este modo, más allá de la aventura, los hábitos saludables, la diversión familiar, la relajación, la comunicación intercultural, la consciencia ambiental, el deporte, la cultura y la recreación; en fin, experiencias inolvidables a favor del desarrollo personal y la colectividad.

Alegoría al Magdalena

Dentro de sus temas principales se





encuentra la alegoría al río Magdalena, cuya travesía y contrastes sensoriales, junto a cuatro malecones de escenificación cambiante, constituyen una experiencia única en el contexto nacional. Nadie querrá perderse las aventuras impredecibles en su bosque, su espectáculo acuático, sus escenarios deportivos, su ciclo ruta, su increíble sendero mitológico, sus atracciones extremas y sus experiencias. En efecto,

será escenario de grandes eventos deportivos y sociales, espectáculos folclóricos, conciertos, entre muchos otros, que junto a las variadas exposiciones, ferias empresariales, experiencias, juegos y actividades insólitas programadas para todas las edades, harán del parque un importante productor de contenidos culturales y deportivos, encuentros empresariales, lúdica, recreación, y contrastes provistos de encanto y gracia con alto goce visual, participativo, generando múltiples sensaciones, emociones, lecturas y recurrentes sorpresas, caracterizándolo como un parque temático ejemplo de unidad en el contexto nacional y de positivo impacto en el orden internacional.

Contrastes sensoriales

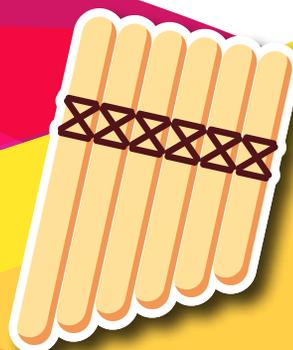
En ese sentido, el diseño de Caiké,

inspirará itinerarios novedosos, portadores de contrastes sensoriales, espectáculos sin precedentes en escenarios de alto formato, y rutas experimentales para asombrar a sus usuarios, para liberarlos de sus rutinas diarias e invitarlos a activar con intensidad sus emociones, sus habilidades, favorecer sus vínculos familiares, laborales y sociales; al mismo tiempo que se promoverá la convivencia, la empatía, la creatividad, la identidad, el arte y el trabajo en equipo; facilitando que nuestros visitantes se conecten de manera lúdica con la temática principal de nuestro parque Caiké.

Esta sede contará con infraestructura moderna y tradicional respetuosa del paisaje, de la integralidad del ser humano y de los recursos naturales, con el propósito de adaptarse a la diversidad de grupos humanos visitantes, a tal punto que todas las edades se identifiquen y logren un estado de confort.

Su arquitectura y su mobiliario general, aprovecha la funcionalidad de las estructuras livianas, transformables, construidas con materiales cuyos colores y texturas, contrastan de manera positiva con el clima, vegetación y ambientes.

La apuesta es ofrecer un sitio mágico real incluyente, digno del orgullo tolimense y colombiano, lleno de sorpresas, de experiencias sensoriales, un espacio muy atractivo para el público en general, al cual se desee regresar para vivir acontecimientos únicos y transformadores.



Subsidios: Comfenalco Tolima + Mi Casa Ya, la llave de la felicidad

Dos mujeres madres de familia, afiliadas a Comfenalco Tolima se convirtieron en las primeras colombianas en recibir el doble subsidio para compra de vivienda.

Jéssica Marcela Castañeda Rodríguez y Leidy Paola Vergara Aguirre no se conocen, pero tienen mucho en común. Son ibaguereñas agueridas y madres solteras, que encontraron en la persistencia, la fe, el ahorro y en Comfenalco Tolima los mejores aliados para empezar a construir su sueño de tener casa propia.

Las dos fueron beneficiadas con el subsidio de vivienda otorgado por la Caja de Compensación y a su vez se convirtieron en las primeras tolimenses y colombianas en acceder al subsidio de concurrencia, entregado por el Gobierno Nacional a través del programa Mi Casa Ya, que cobija a los trabajadores que ganan menos de dos smmlmv.

Este doble subsidio, dispuesto en el Decreto 1533 del 26 de agosto de 2019, es para Jéssica Marcela y Leidy Paola, su regalo de Navidad anticipado. Con este, coinciden ya "libraron" su vivienda.

Alcanzar este beneficio, recibido de manos del presidente de la Re-



Leidy Paola Vergara Aguirre.

pública Iván Duque hace un par de meses, narró Leidy Paola, fue posible por la constancia. Tres años estuvo postulada al subsidio de vivienda de la Caja, y finalmente al salir en la lista tuvo la "fortuna" de ser seleccionada también para el apoyo del Gobierno a través del programa Mi Casa Ya.

Leidy Paola, de 31 años, trabaja como administradora de un punto de Calzatodo en el centro comercial La Estación de Ibagué, labor que combina con sus obligaciones como madre de Allyson, de 11 años, y es el soporte principal de su familia. En el primer semestre de 2020 espera le sean entregadas las llaves de su felicidad: su aparta-

mento, en el conjunto Altos de Amabalá, que adquirió por 55 millones de pesos.

Al mirar atrás y recordar el proceso, asegura que se siente bendecida y agradecida con Dios y con la Caja por permitirle cumplir su meta, a la vez que reconoce que en algún momento pensó en desistir, pero finalmente recobró la confianza y siguió perseverando.

Su persistencia dio frutos, por lo que invita a los afiliados a la Caja a que se postulen a las convocatorias de subsidio de vivienda y "a que no desfallezcan hasta conseguir su objetivo. Vale la pena esperar e ir cumpliendo con los requisitos".

"Aún me parece que estoy soñando"

Recibir el subsidio concurrente, que le representó 41 millones de pesos para la compra de su vivienda, dice Jéssica Marcela Castañeda es un sueño cumplido.

Ella es auxiliar de enfermería de la empresa Cardiología Siglo XXI. Cuenta que se esmeró y aseguró de reunir todos los requisitos legales para el subsidio de la Caja, lo que le sirvió para recibir el beneficio en la primera postulación. En junio le dieron la buena noticia: "me llamaron para informarme que había salido beneficiada, que asistiera a una reunión y allí me dijeron que me habían otorgado un subsidio de 24 millones 800 mil pesos", dice.

Su felicidad fue mayor cuando en septiembre le notificaron que el Gobierno Nacional la había escogido para otorgarle el subsidio concurrente.

“Cuando me llamaron del banco dudé, tanto así que me dirigí a Comfenalco a informar la situación y allí me dijeron que era cierto. La emoción que me embargó fue tan grande, que sentí que el corazón se me quería salir del pecho y hasta lloré, aún al recordar tiemblo”, comenta.

Jéssica Marcela, madre de Jerónimo, un pequeño de dos años, recuerda que desde que empezó su vida laboral quiso comprar casa, por lo que ahorrar siempre fue su hábito. Tras lograr una cifra considerable comenzó a buscar créditos,

pero su vida crediticia y sus ingresos eran un impedimento para lograr la suma requerida.

Tras varios años de ahorro y cesantías acumuladas empezó a pagar un apartamento en el proyecto Hacienda el Bosque, y posteriormente se postuló al subsidio, el cual le fue aprobado y ya se encuentra en proceso para ser desembolsado a la constructora.

“Todos los afiliados a la Caja deben aprovechar esta oportunidad, que beneficia a personas que tenemos bajos ingresos. Esta ayuda más una cultura de ahorro nos acerca muchísimo a nuestro sueño, en mi caso con este apoyo económico es muy poco lo que me queda faltando para cancelar mi vivienda”, puntualizó.



Jéssica Marcela Castañeda Rodríguez.

Comfenalco + Mi Casa Ya

Acceder es muy sencillo. Condiciones:

- El afiliado debe presentar la postulación a Comfenalco Tolima.
- Una vez aprobado el beneficio el hogar deberá solicitar el subsidio concurrente o complementario ante el establecimiento de crédito de su preferencia.
- El beneficio aplica para hogares que perciban ingresos hasta 2 SMMLV.
- Aplica para subsidios de viviendas nuevas urbanas asignadas, vigentes y sin aplicar.
- Aplica sobre viviendas cuyo precio no supere el límite establecido para la vivienda de interés prioritario (VIP) y social (VIS) en las normas que regulen la materia.

Requisitos para el subsidio de vivienda de Comfenalco

- Ninguno de los miembros del hogar postulante puede ser propietario o poseedor de vivienda.
- Certificación del crédito hipotecario preaprobado por parte de la entidad bancaria de su preferencia.
- Pueden aplicar al subsidio de vivienda los hogares que ganen entre uno y cuatro salarios mínimos.
 - No haber sido beneficiario del Instituto de Crédito Territorial en ninguna de sus modalidades; ni beneficiario del Subsidio de vivienda otorgado por el Inurbe, Caja Agraria, Focafe, por Caja de Compensación u otra entidad pública.
- El formulario debe ser diligenciado y firmado por los miembros mayores de edad que conforman el hogar.
- Debe presentar la documentación exigida, con fecha de expedición inferior a 30 días.

- El subsidio concurrente es la suma entre el subsidio de vivienda de las Cajas de Compensación Familiar y el subsidio 'Mi Casa Ya' del Gobierno Nacional.
- Con este nuevo subsidio, las familias que ganan hasta dos salarios mínimos pueden recibir hasta 50 smmlv.
- Aplica sobre viviendas cuyo precio no supere el límite establecido para la vivienda de interés prioritario (VIP) y social (VIS).

Tenga presente

No podrán postularse para la concurrencia de los subsidios aquellos hogares que ya hayan recibido la asignación del subsidio del programa 'Mi Casa Ya', a través de una entidad bancaria.



La Caja de Compensación cuenta con una moderna y completa infraestructura para capacitar a quienes realizan trabajos en alturas, labores que exigen conocimientos y certificación.

La capacitación y la prevención son vitales para reducir los accidentes laborales, más aún en trabajos en alturas. Por ello, Comfenalco Tolima, pensando en el bienestar e integridad de las personas, tiene al servicio el Centro de Entrenamiento para el Trabajo Seguro en Alturas y Rescates, avalado por el Ministerio del Trabajo.

Los usuarios, además de aprender sobre prevención y protección contra caídas dentro del ámbito laboral, conocen las normas nacionales e internacionales que aplican para este tipo de trabajos.

Prepárese para el trabajo seguro en alturas

De acuerdo con Ruth Lucena Ocampo García, trabajadora de la empresa Diseño Ingeniería y Postensado DIP S.A.S., para la organización donde labora es importante tener al personal capacitado, al igual que lo es para los trabajadores, por dos razones, la primera, para salvaguardar su vida, y la segunda, para obtener un certificado que amplíe su currículo, permitiéndole obtener mejores oportunidades en el mercado laboral.

Ella, profesional en Salud Ocupacional, se capacitó en el nivel de reentrenamiento del programa que ofrece la Caja en la Institución de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano. Dicho nivel le permitió afianzar sus conocimientos y actualizar su certificación.

Durante 20 horas, junto con un grupo de personas que realiza labores en alturas de más de 1.50 metros en superficies de riesgo y gran impacto, amplió y certificó sus competencias, para una mejor productividad.

“Reconocer equipos en buenas condiciones y adecuados, trabajar con máquinas certificadas, tomar todas las medidas de alturas y establecer programas de prevención y protección contra caídas, fueron entre otros los conocimientos afianzados”, relató, al mencionar que todas las tareas que involucran trabajo en alturas, requieren



de la planeación, organización, ejecución, control y evaluación de actividades para su intervención.

Para Ruth Ocampo, el profesionalismo y la idoneidad de los instructores la tienen convencida de que capacitarse con “Comfenalco Tolima es excelente”, por lo que recomienda a las personas que desarrollan labores operativas con escaleras, plataformas, barandas, andamios, tejados y árboles a “realizar un curso en alturas con la Caja”.

“Tanto la parte teórica y práctica cumple con los estándares de calidad y es acorde con la necesidad



¡Capacítese!

Con el propósito de formar en conocimientos, habilidades y conductas de acuerdo con la normatividad legal vigente en trabajo seguro en alturas, Comfenalco Tolima ofrece cinco cursos, que se clasifican de acuerdo con el público e intensidad de horas.

Estos cursos están preparados para empleadores, empresas, contratistas, subcontratistas y trabajadores del sector de la construcción, petrolero, energía, telecomunicaciones, suministro de personal y actividades en general.

- 1. Básico administrativo.** Está dirigido a personas que toman decisiones administrativas y tienen a su cargo personal que trabaja en alturas. Su duración es de 10 horas.
- 2. Básico operativo.** Con una duración de ocho horas es dirigido a personas que realizan labores sobre plataformas y barandas.
- 3. Avanzado.** El nivel dura 40 horas y se brinda para quienes realizan trabajos a más de 1.50 metros de altura.
- 4. Reentrenamiento.** Este curso, de 20 horas, está dirigido a personas que han efectuado el nivel avanzado. Sus conocimientos deben actualizarse anualmente.
- 5. Coordinador.** Es el curso de mayor intensidad: 80 horas, es para expertos en identificar los riesgos de las personas que trabajan en alturas.

y el riesgo valorado en cada tarea conforme a la actividad económica. También destaco las tarifas y los horarios flexibles”, dijo, al recordar que también hizo los cursos de avanzado y coordinador.



El cupo máximo para cada nivel es de 15 personas y al cumplir con los requisitos de asistencia y finalizar, los asistentes son certificados. Informes e inscripciones en la línea telefónica 261 76 26 y en el celular 318 706 99 49.



Viajar es la mejor y más inolvidable celebración de cumpleaños

Las posibilidades de festejar su cumpleaños de una forma menos convencional son bastante amplias con la oferta de Comfenalco Tolima.

Viajar da más felicidad que tener propiedades, y no es un cuento. Muchos estudios así lo demuestran. Conocer lugares de ensueño permite construir recuerdos indelebles además de estrechar amistades jamás pensadas y aprender de nuevas culturas, creencias y saberes.

Los beneficios de darle rienda suelta al deseo de viajar son múltiples, no en vano una tendencia está cobrando fuerza: reemplazar las fiestas por viajes. Los grandes festejos están siendo reemplazados por otras oportunidades; las nuevas generaciones le están apostando a consentirse, y encuentran en las travesías la mejor forma de lograrlo, más aún para celebrar acontecimientos tan especiales como los grados y los cumpleaños.

Existen varias razones por las cuales los periplos son la mejor decisión entre ellas: son prácticos, no hay críticas ni invitados insatisfechos, la celebración puede extenderse por días o semanas, rompen la rutina, revitalizan el cuerpo y el alma y, sobre todo, permiten vivir momentos únicos e irrepetibles.



Juliana Restrepo Rodríguez celebró sus 15 años en Orlando

De esto está convencida Juliana Restrepo Rodríguez, una ibagueña que en lugar de la tradicional fiesta de quince años tuvo un viaje. La joven siempre había soñado con una ostentosa celebración, rodeada de muchas personas, pero un año antes de la fecha su deseo cambió, teniendo como 'cómplice' a su padre, quien además de alentarla fue el promotor de esta idea.

Según recuerda, buscaron distintas ofertas, hicieron cotizaciones y revisaron planes, pero ninguna los convenció por completo, hasta llegar a la Agencia Operadora de Turismo de Comfenalco Tolima, donde encontraron que la Caja de Compensación ofrece a las familias, múltiples opciones de viaje para regalar a sus hijas que cumplen 15 años, tanto dentro del país como en

el exterior, entre ellos el plan quinceañeras a Orlando con crucero por las Bahamas, todo incluido, con un precio especial para afiliados de las categorías A y B.

Fue así que en junio pasado, luego de surtir todos los trámites legales, entre ellos obtener la visa, Juliana festejó durante 11 días continuos sus 15 años, acompañada de jovencitas de su edad, procedentes de diferentes departamentos de Colombia, algunas con las cuales continúa en contacto.

Además de una fiesta memorable, con show musical en vivo, el viaje ofrecido por la Caja, le dio a Juliana la oportunidad de permanecer durante siete días en un lujoso crucero por las Bahamas, en el que junto con sus compañeras de viaje disfrutó de actividades lúdicas y fies-

tas, y en tierra pudo divertirse en los distintos parques temáticos de Orlando, entre los que se destacan MagicKingdom, Sea World y Bush Gardens.

“Realmente este es el mejor regalo que pude tener, fue tal como lo imaginé, la experiencia es fascinante”, dijo.

“La noche antes al viaje - que fue mi primera salida al exterior- tuve mi fiesta de 15. Todas llegamos con nuestros padres a un hermoso lugar, donde nos esperaba una velada de ensueño. Bailamos el vals y nos integramos, y al otro día nos encontramos en el aeropuerto El Dorado para nuestra salida, llegamos a Miami y de allí tomamos un autobús que nos llevó a Orlando donde empezó nuestra gran aventura”, relató.

Juliana quien confiesa que siempre ha sentido fascinación por la fantasía de Disney aún recuerda

las emociones vividas en su visita a MagicKingdom, donde tuvo de cerca a todos los personajes de Walt Disney World y conoció el castillo ícono del mágico mundo de las princesas.

“En Sea World disfrutamos del show de las ballenas, leones marinos y delfines y en Bush Garden visitamos el famoso zoológico más grande y variado del mundo, y tuvimos la experiencia más extrema montándonos en todas las montañas rusas”, dijo.

A la vez que viene a su mente el día de playa en Coco Cay, paradisíaca isla privada de la Royal Caribbean.

“Con total convicción puedo decir que viajar es la mejor y más inolvidable opción para celebrar el cumpleaños”, dijo.

Comfenalco Tolima, garantía y ahorro

Dolly Rodríguez, madre de Juliana, aseguró que los buenos comentarios escuchados sobre los servicios de la Agencia



de Turismo de Comfenalco Tolima, le dieron la confianza y la seguridad para el viaje de su hija, y no se equivocó.

En la Caja de Compensación, dijo, encontró con su esposo quien es afiliado, además de cumplimiento en lo ofrecido, un valor muy favorable.

“Es maravilloso que Comfenalco ofrezca a los trabajadores afiliados y a sus familias posibilidades para su recreación y turismo, con tarifas especiales”, contó.

Planee su viaje

Con Comfenalco Tolima ya no hay excusa para no viajar. La Caja brinda todas las posibilidades: tarifas subsidiadas y créditos con una tasa de interés muy baja.

Si la idea es hacer un viaje corto dentro del Departamento la Caja cuenta con tres centros recreacionales y vacacionales: El Parque Temático Omaira Sánchez en Armero Guayabal, el Gran Chaparral, en el sur del Tolima, y el Centro Vacacional Tomogó, en Prado. En estos escenarios se tiene disponible planes especiales para que en familia se pueda descansar y disfrutar de los mejores momentos.

Igualmente tiene dentro de su oferta 10 fabulosos lugares nacionales e internacionales: Santa Marta, Boyacá, Santander, Eje Cafetero, Cartagena, Tolú y Coveñas, San Andrés, La Guajira, Medellín, Ecuador y Europa, que podrá conocer con la confianza y la experiencia que tiene la Agencia Operadora de Turismo de Comfenalco Tolima.

En estos lugares encontrará las comodidades y las atracciones perfectas para pasar sus mejores vacaciones. ¡Anímese!





creemos
creemos

Creemos en los sueños,
amos realidades

 **Asocajas**
4 años



Capacítate para lograr competitividad laboral

Nuevos

**Programas
Técnicos Laborales**
por competencias

★ **Mantenimiento de Piscinas y Salvamento Acuático**

★ **Seguridad Ocupacional Inspector de Salud**

★ **Cocina**

Aprobados por la Secretaría de Educación Municipal
según Resolución de aprobación No. 002583 del 27 de agosto del 2019.

- **Administración en Sistemas Informáticos**
- **Auxiliar Contable y Financiero**
- **Asistencia Administrativa**
- **Secretariado Ejecutivo**



Aplican condiciones.

**Inscripciones
abiertas**

Mayores informes

Institución de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano
Comfenalco Tolima
Cll. 14 No. 7 - 53 B/Pueblo Nuevo
Tel.: (8) 261 76 26 - Cel.: 317 403 69 38



Comfenalco Tolima



@comfetol



@comfenalcotolima



316 691 46 68

www.comfenalco.com.co



Helena Rodríguez de Ramírez.



Graciela Mayorga de Garzón.

Helena y Graciela: las reinas del Club Años Dorados

Su carisma y su positiva forma de ver la vida convierten a dos extrovertidas mujeres en el alma de la fiesta.

Pertenecer al Club Años Dorados de Comfenalco Tolima ha inyectado alegría y vitalidad a la vida de Helena Rodríguez de Ramírez y de Graciela Mayorga de Garzón.

Ingresar a este programa de la Caja de Compensación fue decisión de sus hijos, y para ellas ha sido su mejor experiencia, porque les ha permitido socializar con otras personas, además de disfrutar de actividades lúdicas, recreativas y culturales que han llenado su existencia de vivencias que nunca se habían imaginado como ser reinas de la cultura y el folclor.

Las dos se han convertido en grandes amigas, al encontrar muchas

cosas en común tales como el gusto por la música y el baile.

Helena Rodríguez de Ramírez, tiene 72 años. Es madre de cinco hijos, quienes tienen su vida organizada en Bogotá y le han dado la dicha de disfrutar de ocho amorosos nietos.

Pensionada del Magisterio, tras años de servicio como docente de básica primaria, ingresó al Club Años Dorados hace un año, y desde el primer día su carisma y personalidad arrolladora la hicieron popular en el grupo.

Tanto así que entre sus compañeros se escucha decir que tiene magia y “una energía contagiosa”, mientras

que ella asegura que en el Club su vida tuvo un cambio radical.

Cuenta que recobró la confianza en sí misma y puede dar rienda suelta a su personalidad. “Lo mejor que me ha pasado es pertenecer a este grupo, volví a vivir en Años Dorados y a creer que estoy en la edad del goce”, dice al mencionar que se siente tan satisfecha con su transformación, que no duda ni un instante en “hablar maravillas del programa” y en invitar a sus amigas a inscribirse.

“A nuestra edad no tenemos por qué estar encerradas, desde que tengamos salud debemos mantener activas y aquí nos brindan una

amplia variedad de actividades”, comenta. Asistir al Club se ha convertido en su “religión y mejor medicina”.

Encantada de Años Dorados

Desde hace dos años, Graciela Mayorga de Garzón cambió la fría y agitada vida bogotana por la tranquilidad y el agradable clima ibaguereño. Su residencia en la capital tolimense se dio para apoyar la crianza de su nieto.

Fue precisamente su hijo, quien en busca de que se mantuviera activa, como siempre lo había sido, la inscribió en el Club Años Dorados, programa que la tiene enamorada y feliz disfrutando de su año como reina.

“Nunca me imaginé estar en un reinado, y mucho menos a mi edad: 70 años. La verdad como todo lo vivido en el Club, esto ha sido una experiencia inolvidable”, dijo.

Graciela Mayorga dice que ingresar al programa realmente mejora la calidad de vida de los adultos mayores, y ella es evidencia.



“Aquí hacemos rumbaterapia, cantamos, salimos de paseo, participamos de distintos eventos, nos celebran el cumpleaños, desarrollamos actividades manuales, recibimos excelentes charlas y podemos demostrar nuestros talentos”, mencionó.

Antes de ingresar al grupo su vida se había tornado sedentaria y hasta un poco aburrida, “ahora todo es alegría y diversión”, expresó.

Debe saber

- Al Club Años Dorados pueden acceder hombres y mujeres afiliados y no afiliados a la Caja, desde los 60 años de edad, que sean autoválidos e independientes.
- El programa tiene su sede en el Centro Recreacional Urbano Carlos M. Aragón, y presta los servicios de martes a viernes, en dos jornadas: de 8:30 a 11:30 de la mañana y otra, de 2:30 a 5:30 de la tarde.



Los interesados en acceder a este programa pueden comunicarse a las líneas telefónicas 262 50 31 y 269 16 22.

Nuestros afiliados preguntan y nosotros respondemos

1 ¿Qué es el Crédito Social?

Es un servicio que brinda la Caja a los trabajadores afiliados para que tengan mejores posibilidades de cumplir sus propósitos o metas, a través de unas líneas de crédito que se ajustan a sus necesidades.

2 ¿En estos créditos se deben cancelar intereses?

Sí, con unas tasas subsidiadas preferenciales para los trabajadores de categorías A y B.

3 ¿Cuáles son las tasas de interés que se manejan?

Categoría A tiene una tasa de interés del 0.4 %; B, 0.45 % y C, 0.8 % para el año 2019.

4 ¿El dinero prestado tiene restricciones de uso?

El Crédito Social ofrecido por Comfenalco Tolima tiene distintas modalidades: turismo, libre inversión, vivienda, salud y educación, es decir de acuerdo con el tipo de préstamo puede comprar desde tiquetes aéreos hasta pagar gastos universitarios.

Entre los múltiples servicios que Comfenalco Tolima tiene para sus afiliados se encuentra el Crédito Social. Sobre este tema respondemos inquietudes.

5 ¿Qué requisitos hay que cumplir?

Para solicitar el crédito la empresa donde labora el solicitante debe estar al día en el pago de aportes y obligaciones contraídos con Comfenalco Tolima, y presentar la siguiente documentación.

- Formulario diligenciado para la solicitud del crédito.
- Fotocopia del documento de identidad.
- Constancia de trabajo.
- Últimos desprendibles de nómina.
- Cotización del servicio solicitado (educación, turismo, salud, vivienda, etc).

7 ¿Qué documentos necesita el codeudor?

- Fotocopia del documento de identidad.
- Constancia de trabajo o certificación de ingresos.
- Últimos desprendible de pago.

6 ¿Se requiere de codeudor?

Sí, para los afiliados que devengan un salario mínimo, y el codeudor debe tener contrato laboral a término indefinido con antigüedad mayor a tres años, y que devengue por encima de dos SMMLV.



Una Nota en Calidad de Vida

Alianzas Estratégicas



**+ Beneficios para nuestros
trabajadores Afiliados y sus familias!**



Convenios en áreas de:

- Academia.
- Automotriz.
- Belleza.
- Cultura, entretenimiento y suscripciones.
- Dotaciones.
- Educación.
- Gastronomía.
- Hogar
- Ropa y accesorios.
- Salud.
- Seguros.
- Servicio exequial.
- Tecnología.
- Transporte.
- Turismo.
- Veterinaria.

**Presentando tu Tarjeta
Verde de afiliado recibirás
descuentos especiales**

***Aplican condiciones**

Mayores informes

Cra. 5 calle 37 esquina - edificio sede
PBX: (8) 267 00 88 ext. 135
Cel.: 315 499 14 30
www.comfenalco.com.co

Una alimentación equilibrada debe incluir proteínas, frutas y verduras, por tanto las ensaladas juegan un papel fundamental en la dieta. Lo mejor, es que la mayoría son de fácil preparación y requieren pocos ingredientes.

Por su versatilidad y múltiples beneficios para la salud, las ensaladas no deben faltar, es más, se convierten en piezas claves para enaltecer exquisitas preparaciones.

Con el apoyo de los instructores de cocina de la Institución de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano de Comfenalco Tolima, les compartiremos dos deliciosas recetas para acompañar las cenas de Nochebuena.

Ensalada, el complemento ideal para acompañar la cena navideña

Ensalada de espinacas con frutas y nueces

Receta para cuatro personas

Ingredientes

- 150 gramos de fresas cortadas por la mitad
- 2 naranjas supremas
- 1 taza de nueces
- 2 tazas de espinacas
- 1 taza de lechuga
- Aceite de oliva
- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de jugo de limón
- 60 ml. de yogur natural
- Sal y pimienta

Preparación

1. Deshoje la lechuga y la espinaca, déjelas en agua con vinagre por 10 minutos, enjuáguelas y píquelas a pellizcos.
2. En un recipiente hondo, agregue las espinacas, la lechuga, las fresas y la naranja y mezcle muy bien.
3. En un bowl agregue dos cucharadas de aceite de oliva, dos cucharadas de miel, una cucharadita de jugo de limón y tres cucharadas de yogur natural, revuelva y sazone con sal y pimienta si desea.

Al final agregue las nueces por encima de la ensalada y sirva.



Ensalada de atún al campo

Preparación para cuatro porciones

Ingredientes

- 2 latas de atún
- 250 gramos de pepino cohombro
- 250 gramos de tomate cherry
- Lechuga
- 1 huevo
- 100 gramos de maíz tierno
- 1 aguacate
- 150 gramos de cebolla morada
- 1 limón
- Sal y pimienta
- 90 ml. de aceite de oliva
- 30 ml. de vinagre de manzana



Preparación

1. Limpie, desinfecte, juague, pele y pique las hortalizas.
2. Deshoje la lechuga y déjela en agua con vinagre por 10 minutos, luego enjuáguela y píquela.
3. Pique el pepino en macedonia (corte cuadrado de más o menos medio centímetro por medio centímetro), sin pepas. Si está bien verde deje la corteza de lo contrario córtela.
4. Agregue a un recipiente grande el atún previamente drenado, añada el tomate cherry, la lechuga, el maíz tierno y revuelva. Agregue el aguacate picado en macedonia bañado con el jugo de limón y la cebolla morada en julianas.
5. Aderece la ensalada con vinagreta francesa.



Una Nota en Calidad de Vida

Cursos libres de Capacitación

Adquiere habilidades **artísticas, culinarias**
y **tecnológicas** en poco tiempo

Alimentos - Artes y oficios - Belleza y Estética
Comercial - Estética facial y corporal
Sistemas e Informática



¡Matrículas permanentes!

-Aplican condiciones-

Mayores Informes:

Departamento de Capacitación y Bibliotecas

Calle 14 N° 7 - 53 Barrio Pueblo Nuevo / Tel.: (8) 262 50 31 - Cel.: 318 706 99 49



Comfenalco Tolima



@comfetol



@comfenalcotolima



316 691 46 68



SC-CER114678-5



VIGILADO SuperSubsidio

www.comfenalco.com.co

Estímulo para los estudiantes del grado 11



La Directora Administrativa de Comfenalco Tolima, Diana Lucía Reyes Gutiérrez, compartió con los estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Augusto E. Medina y los docentes, exaltándolos por los excelentes resultados de las Pruebas Saber 11 2019. Los estudiantes recibieron como estímulo de la Caja de Compensación y el Colegio un viaje al Centro Vacacional Tomogó en Prado.

Más familias van a alcanzar su sueño de tener vivienda propia



Con mucha alegría y entusiasmo trabajadores afiliados a la Caja de Compensación recibieron el beneficio del Subsidio de Vivienda en el mes de septiembre; ahora más cerca de alcanzar su sueño de tener vivienda propia. Fueron 22 familias las beneficiadas y una suma cercana a los 530 millones de pesos asignados por Comfenalco Tolima.

Fiesta de disfraces en Años Dorados



Alegría, humor, integración y música vivieron los participantes del programa Años Dorados durante la celebración del día de los disfraces, en el Centro Recreacional Urbano en Ibagué.

Diálogo de la Dirección Administrativa con empresarios



Continuamos generando espacios de diálogo y comunicación directa con nuestros empresarios. La directora Administrativa, Diana Lucía Reyes Gutiérrez, se reunió en el mes de noviembre con representantes de organizaciones afiliadas a la Caja para informarles sobre los alcances, servicios y proyectos para los próximos años.

Certificados para mejorar sus competencias



La Institución de Educación para el Trabajo y el Desarrollo Humano certificó un nuevo grupo de personas como Técnico en Asistencia Administrativa y Técnico en Auxiliar Contable y Financiero.

¿Qué tanto sabe de la nueva sede recreativa que proyecta Comfenalco Tolima para el departamento, Colombia y el mundo? ¡Averíguelo!



Horizontales

1. ¿Qué nombre le ha sido asignado al nuevo parque recreacional de Comfenalco Tolima?
2. Etnia colombiana en el que está inspirado el nombre
3. Además de aventura y diversión, ¿qué garantizará?
4. Nombre del río que atraviesa Colombia, que será tema principal de este megaproyecto
5. ¿Cuántos malecones se tiene proyectado construir?
6. Una de las experiencias o sensación que tendrá en el visitante.
7. Las emociones que se vivirán en el parque activarán esta sustancia del cuerpo.

Verticales

1. ¿En qué ciudad está siendo construido el parque temático de la Caja?
2. Con este, ¿cuántos centros recreaciones tendrá Comfenalco en el Tolima?
3. Este atractivo de la Caja para Tolima, Colombia y el mundo promoverá el...
4. Caiké será un espacio...
5. La aventura, la música, la gastronomía y el... harán de este parque un lugar de ensueño
6. ¿Por qué este proyecto será amigable con el medio ambiente?
7. ¿Qué tipo de tesoros albergará?

Vive con mayor intensidad
tus días de diversión



Una Nota en Calidad de Vida

Centro Recreacional Urbano

Picalaña - Ibagué

Ahora es más fácil
disfrutar en familia

Pasadas los sábados, domingos y festivos
ingreso con almuerzo incluido.

Más diversión:

- Tren eléctrico.
- Inflables.
- Préstamo de bicicletas.
- Salón de juegos.

Escenarios:

- Piscina con dos toboganes.
- Parque infantil acuático.
- Zona de camping y picnic.
- Dos kioscos.
- Zona de juegos infantiles.
- Parque biosaludable.

Ingreso sin costo para los niños afiliados de 0 a 12 años
categoría A y B.

- Aplican condiciones -

Horario: Martes a domingo y festivos. 8:00 a.m. - 5:00 p.m.

Centro Recreacional Urbano de Ibagué
Km 6 vía Picalaña - Tel.: 269 00 69 - 269 07 70
www.comfenalco.com.co



Una Nota en Calidad de Vida



Turismo

Planea tus vacaciones
Te brindamos destinos
maravillosos

Planes a:



Cartagena de Indias



Santa Marta



Tolú - Coveñas



Avistamiento de ballenas

Santander | San Andrés | La Guajira

Valle del Cauca | Llanos Orientales

Boyacá | Pasto - Ecuador | Melgar de Piscinas

Alumbrado Navideño - Medellín | Feria de las Flores - Medellín

Venta de manillas a Panaca, Playa Hawaii,
boletería a Agua, Sol y Alegría (Honda).
*Hasta agotar existencias.

- Aplican condiciones -

Pasadas a:

- Centro Vacacional Tomogó - 2x1
Para afiliados de Categorías A y B - Prado Tolima
- Ruta Parque Temático Omaira Sánchez
Para afiliados de Categorías A y B - Armero - Guayabal
 - Hacienda Nápoles.
 - Parque del Café.
 - Panaca.
 - Reserva Natural Rio Claro.
- Reserva Ecológica Santafé de los Guadales.
- Zoológico Ukumari y Parque Consotá Pereira.
 - Agua, Sol y Alegría - Honda.
 - Ambalema Histórico.
 - Parque Jaime Duque.
 - Chicalá - Payandé.
 - Cafam.
 - Playa Hawaii.
 - Maloka - Bogotá



Agencia de Viajes Operadora - Comfenalco Tolima - RNT No. 9904
Tel.: (8) 266 13 35 - Cel.: 318 285 46 79 - E-mail: turismo@comfenalco.com.co
www.comfenalco.com.co

*La explotación y abuso sexual de menores de edad es sancionado con pena privativa de la libertad,
de conformidad con lo previsto en la ley 679 de 2001.

#YOSOYTURISMOLEGAL - Ley 300 de 1996



SC-CER114678-8