



fonducar
Solidaridad para el bienestar

EL CARDUMEN

Cartagena de Indias

Marzo de 2013

No. 9



Conciencia solidaria

Hace unos años un grupo de docentes de la Universidad de Cartagena, inició la quijotesca tarea de crear un fondo de empleados cuyos miembros serían, como era de esperarse, docentes activos y jubilados de la institución. Nació así FONDUCHAR, que en su haber acumula tres lustros de actividades, en los cuales ha beneficiado a sus asociados, en los ámbitos que la ley le permite. En estos 15 años de trabajo ininterrumpidos se ha constituido en una de las grandes empresas de la ciudad, lo que es un orgullo para sus más de 700 asociados.

A pesar de ello, un alto porcentaje de sus miembros no son conscientes de la magnitud que implica ser asociado de la misma. El término asociado, tal vez ha implicado, el no darle el valor que el mismo requiere. Ser asociado de FONDUCHAR, implica ser parte activa de una organización que propende por los intereses de sus miembros, lo que significa que todos velamos por los intereses de todos.

Un asociado es el equivalente a un socio de cualquier organización que aporta una cuota regular, a través de la cual constituye su capital accionario. Y como una asociación es la unión de varias personas para alcanzar un fin, nuestro fin, es el logro del bienestar social de todos los miembros del Fondo.

En estos años de actividades se han obtenido avances significativos en la consolidación de Fonducar, que ha pasado de ser la quimera de unos cuantos, a la gran empresa de todos, que como se mencionó anteriormente, es una de las más grandes instituciones de la ciudad, y, la meta para los próximos años, es convertirla en una de las más importantes de Colombia. Y por ello en este lustro que comienza, se han iniciado algunas implementaciones para el logro de nuestras metas.

Consideramos vital que los asociados asuman un papel más activo dentro del Fondo, en la capacitación en la doctrina y filosofía de la economía solidaria, para que podamos consolidar todos los propósitos proyectados, en el menor tiempo posible.

Ser asociado de FONDUCHAR, implica ser parte activa de una organización que propende por los intereses de sus miembros, lo que significa que todos velamos por los intereses de todos.

elcardumen@fonducar.com

PRESIDENTE JUNTA DIRECTIVA

MILCÍADES ZÚÑIGA LORDUY

GERENTE FONDUCHAR

EFRÁIN CUADRO GUZMÁN

COMITÉ EDITOR

JESÚS ALVAREZ RODRÍGUEZ
 Coordinador

MILCÍADES ZÚÑIGA LORDUY
 EDUARDO LÓPEZ VERGARA
 PEDRO JULIO MERCADO

YULY NEGRETE MARTÍNEZ
 Coordinadora de Bienestar Social

CONTENIDO

Pág.

Conciencia Solidaria	2
Fondo Social de Previsión y Asistencia "Edgardo De La Cruz Villar".....	3
Balance administrativo y Social	
Fonducar 2012.....	4
Creatividad e innovación.....	6
Experiencia de vida.....	8
Hijo eres y padre serás	9
Reflexiones sobre el cambio personal.....	10
Mamás y profesionales.....	11
Actividades de Bienestar Social	
Fiesta de la Solidaridad.....	12

En la foto de portada aparecen de izquierda a derecha Paola Herrera, Gustavo Velazco, Adel Martínez, Antonio Manjeres, Javier Alvear, Martha Carmona, Jairo Berrocal, Manuel Vélez, Luis Carmona.

Fiesta de la Solidaridad 2012

Fotografías de portada y contraportada:
 ANDREA AGUDELO

CONTÁCTENOS:

elcardumen@fonducar.com

Centro, Edificio Banco Popular,
 Oficina 10-06 Teléfono: 6602471

Centro, Calle de la Universidad,
 Claustro San Agustín
 Cra. 6 No. 36-100

Teléfonos: 6640242 - 6644312

bienestar@fonducar.com
auxiliarbienestar@fonducar.com
servicios@fonducar.com
contabilidad@fonducar.com
creditos@fonducar.com
asistentecontabilidad@fonducar.com

DISEÑO, DIAGRAMACIÓN
 E IMPRESIÓN:



Fondo Social de Previsión y Asistencia "Edgardo de la Cruz Villar"

Nirva Cabarcas Ortega / Enfermera. Msc.

Los fondos de empleados en Colombia inician su participación formal en Economía Solidaria mediante el decreto ley 1481 de 1989. El fin último de los fondos de empleados es el bienestar de sus asociados, con base en el ahorro solidario. El fondo de empleados docentes, activos y jubilados de la Universidad de Cartagena, desde su fundación en 1997, como eje misional favorece el bienestar de sus afiliados y familiares. Consciente de esta función, Fonducar ha impulsado de manera incansable las banderas de la solidaridad entre sus afiliados, tal como lo establece en el informe anual de 2011 el señor gerente Efraín Cuadro: "FONDUCAR ha sido el mejor programa de Bienestar de los Docentes de la Universidad de Cartagena a lo largo de la historia" (Cuadro, 2011: 11).

En las funciones del Fondo, se identifica la necesidad de brindar ayuda a los asociados que presenten calamidades por incapacidad permanente o transitoria prolongada, o que sus viviendas y enseres se vieran afectados parcial o totalmente por diferentes causas (inundación, incendio, entre otras); también las ocasionadas por enfermedad, en razón de que Fonducar sólo venía cubriendo calamidad originada por muerte del asociado o de familiares, de acuerdo con lo establecido en los reglamentos.

Ante la necesidad de cubrir calamidades no establecidas, la Asamblea General ordinaria de FONDUCAR del 25 de marzo de 2009 aprobó la creación del Fondo Social de Previsión y Asistencia "Edgardo Manuel de la Cruz del Villar", mediante el otorgamiento de auxilios económicos, provenientes de contribuciones de los asociados, proporción de excedentes que determine la Asamblea y de otras fuentes. La asamblea determina que los auxilios por las causas expuestas se reconocerían por los hechos que sucedan a partir del tercer año de creado el Fondo Social, tiempo que se estimó necesario para capitalizarlo y poder dar respuesta satisfactoria a las necesidades de los asociados.

Al determinarse los beneficios del Fondo Social de Previsión y Asistencia, se establece el reglamento del mismo, éste determina

los montos a otorgar y quiénes pueden acceder a éstos, requisitos para el otorgamiento de auxilios; y un aspecto de gran importancia es tener presente el procedimiento a seguir en caso de agotamiento de los dineros de dicho fondo.

OTORGAMIENTO DEL AUXILIO:

El reglamento establece el derecho a recibir el auxilio del Fondo Social, por una sola vez, por cada eventualidad no simultánea, para el asociado que haya sufrido una o más de las calamidades establecidas. Se especifican las siguientes condiciones para el otorgamiento del auxilio:

- Para el caso de las incapacidades parciales, deben alcanzar 90 días de incapacidad de manera continua ocasionada por condiciones no laborales; y, si se trata de incapacidad total y permanente cualquiera que haya sido su causa se otorgará el beneficio. Se determinó que la incapacidad debe ser por lesiones orgánicas o alteraciones funcionales incurables o por pérdida de miembros superiores o inferiores y que de por vida impidan al asociado desempeñar totalmente su profesión u oficio habitual.
- Daño parcial o total de la vivienda o daño parcial o total de enseres. Para este caso se debe demostrar que los enseres y la vivienda están a nombre del asociado o que son un bien familiar.

Referencias.

1. CUADRO, Efraín, (2012). Balance administrativo y social, en boletín El Cardumen No 6, marzo.

nicaorte@yahoo.es

Balance Administrativo y Social Fonducar 2012

Efraín Cuadro Guzmán / Gerente

Los quince años que cumplimos durante el 2012, han servido de propulsor de varias iniciativas que con seguridad van a ser del agrado de nuestros asociados, porque continuarán fortaleciendo esa confianza que generosamente nos deparan, lo cual significa para los directivos y cuerpo de empleados, grandes e interesantes retos institucionales. Destacamos los siguientes aspectos importantes que se desarrollaron en la gestión 2012:

PLAN DE DESARROLLO ESTRATÉGICO FONDUCAR 2012 - 2015

Es grato informar a nuestra base social los avances alcanzados durante el año 2012, ya que culminamos la elaboración de la "Carta de Navegación" para los futuros años. El Plan Estratégico de Desarrollo PED 2012 -2015, "Forjando Futuro", fue formalizado después de treinta reuniones de la "Comisión del Plan"; asociados de base que aportaron conocimiento y dedicación en la elaboración de este importante documento rector de las acciones a ejecutar en los próximos 4 años. Y, dado que el PED es para cumplirlo, al finalizar el año 2012, ya se registran importantes avances en su ejecución.

AVANCES EN BIENESTAR SOCIAL

En cuanto a los procesos que buscan el disfrute de nuestros asociados y sus familias, es grato informar la importante gestión que se adelanta desde del área de Bienestar Social. Los eventos que mayor impacto y aceptación han tenido entre los asociados y familiares durante el año 2012, fueron dirigidos a los hijos y nietos de asociados, entre los que se encuentran:

- **Rally Ecológico en el Ekoparque Luna Forest**, una actividad en la que se combinó el contacto con la naturaleza en un espacio de sensibilización sobre la importancia y cuidado del medio ambiente, la recreación, divertidas dinámicas y el trabajo en equipo. Con esta actividad se beneficiaron 24 jóvenes entre los 12 y los 17

Los eventos que mayor impacto y aceptación han tenido entre los asociados y familiares durante el año 2012, fueron dirigidos a los hijos y nietos de asociados.

años.

- **Cine infantil de vacaciones**, con el que se beneficiaron 76 niños y 43 adultos, cabe anotar que esta actividad se ha venido realizando desde el 2010, y por el éxito y la acogida de la misma, en el año 2012 cumplió su tercer año dentro de la programación de Bienestar.
- **Mi Primer Ahorruto**, una estrategia de Fonducar para promover la educación financiera y la cultura del ahorro en los niños. En esta ocasión asistieron 25 niños y 16 adultos acompañantes.
- **Celebración Día de los Niños**, esta actividad se ha venido desarrollando desde el 2010, y cada año se presenta con un formato diferente y lleno de diversión. Asistieron 110 niños, hijos y nietos de los asociados, en compañía de sus padres.

La realización de estas actividades dirigidas a los hijos y nietos de asociados le ha permitido a Fonducar estar más cerca del asociado y de su familia, conocer sus necesidades y sus preferencias y, especialmente, ha permitido fomentar la participación activa de estos en todos los eventos y servicios que promueve el Fondo.

NUEVA PLATAFORMA TECNOLÓGICA

Se concretó la adquisición y puesta en funcionamiento del nuevo software financiero llamado "Ordenamientos

Profesionales Automatizados", con una empresa especializada, que entró en operación desde el 1 de septiembre del año 2012. Su proceso de instalación y migración de datos, se caracterizó por la realización a satisfacción en tiempo récord, a pesar de la complejidad de la operación. Uno de los tantos beneficios que proporciona este nuevo avance tecnológico, es que el asociado pueda acceder a su "Estado de Cuenta" actualizada en tiempo real, desde nuestra página web. En general esta nueva herramienta nos prepara para el futuro desarrollo de Fonducar en materia de virtualización de servicios, diversificación de los mismos y mayor eficiencia en la comunicación.

DISEÑO DE NUEVO PRODUCTO FINANCIERO

FONDUCAR, en sus primeros quince años de servicios y después de alcanzar muchos logros significativos de carácter institucional, quiere hacer extensivo a sus asociados, el proyecto de fortalecer la infraestructura tecnológica, convirtiendo al Fondo en la primera Institución de su género en la Ciudad que ofrezca servicios de dinero plástico con uso de cuenta de ahorro a la vista y crédito rotativo. Para el logro de esta iniciativa es necesario, en primera instancia, cumplir una serie de etapas de implementación tecnológica que conlleven a la consecución de este proyecto.

Para la concreción y operacionalización del proyecto se requiere de una serie de adecuaciones físicas y de hardware que le permitan a Fonducar, prestar un eficiente y seguro servicio a

La realización de estas actividades dirigidas a los hijos y nietos de asociados le ha permitido a Fonducar estar más cerca del asociado y de su familia, conocer sus necesidades y sus preferencias...

sus asociados, y además, requiere de un operador bancario, ya que la operación integral por parte de Fonducar le sería muy costosa.

CERTIFICACIÓN DE CALIDAD.

Por otro lado, y dándole continuación a la senda de crecimiento que ha tenido Fonducar, es importante resaltar la mejora en los

FONDUCAR ...después de alcanzar muchos logros significativos de carácter institucional, quiere hacer extensivo a sus asociados, el proyecto de fortalecer la infraestructura tecnológica, convirtiendo al Fondo en la primera Institución de su género en la Ciudad que ofrezca servicios de dinero plástico con uso de cuenta de ahorro a la vista y crédito rotativo.

procesos del Fondo, gracias a la implementación del Sistema de Gestión de Calidad (SGC), el cual fue certificado desde el año 2011 según norma ISO 9001: 2008 del ente Certificador Bureau Veritas. Debido a los buenos frutos que ha dejado esta cultura en la que está inmerso Fonducar, en el año 2013 recibiremos la última visita de seguimiento al SGC, como parte de esta primera certificación. Sin embargo, en la ruta del mejoramiento continuo, Fonducar en su PED 2012-2015 contempla la continuación de este proceso de certificación en calidad, como garantía a sus asociados, directivos y a la sociedad en su conjunto sobre la buena prestación de sus servicios.

DIGITALIZACIÓN Y SISTEMATIZACIÓN DE ARCHIVOS

El mejoramiento continuo es evidente en todos los procesos, ya que Fonducar es un fondo de empleados que además de preocuparse por el bienestar y la mejora de la calidad de vida de sus asociados, está a la vanguardia de la tecnología y el crecimiento administrativo. Esto se puede observar en procesos recientes que se han implementado en el Fondo, como es el de la digitalización de todos sus archivos, avance que se ha visto reflejado en el rápido acceso a la información, brindando a nuestros asociados los diferentes servicios oportuna y eficazmente, y honrando con ello el principio

gerencia@fonducar.com



Creatividad E INNOVACIÓN

Jesús Álvarez Rodríguez / Ing. Industrial - Magíster en Admon. de Empresas

Siempre me resultará gratificante tratar temas relacionados con la encofetada Creatividad y la glamurosa Innovación, porque son los rieles sobre los que se desplaza el progreso de la humanidad, y es la pareja ideal para no perder el paso en el baile de la vida.

Tradicionalmente se ha distinguido entre creatividad e innovación; pero, en la literatura empresarial actual, la innovación se ha venido levantando como fuerza cósmica arrogante que pretende eclipsar el proceso creativo. Aunque en el acontecer cotidiano se tratan como sinónimos, son conceptos totalmente diferentes, y ahora pretendo distinguirlos.

Desde tiempos inmemoriales, la creatividad ha sido una de las concepciones más extendidas, ha dominado el mundo en todas sus manifestaciones, particularmente, en las artes y en las ciencias, y el significado aún se conserva; al tiempo, que el concepto de innovación fue propuesto posteriormente por Joseph Schumpeter, como noción asociada al emprendimiento, con el propósito específico de estimular la creación de nuevas empresas que dinamicen el sistema capitalista.

La creatividad es un proceso mental mediante el cual unas ideas se convierten en otras generalmente de mayor valor, ver figura 1.



Figura 1

Entiendo que el proceso creativo es un sistema complejo, no obstante, apelo a esta burda ráfaga reduccionista como atajo para hacer comprensible el proceso. Una persona es creativa cuando produce productos, ideas de negocios, procesos, métodos, o servicios nuevos, que sean novedosos, originales, que tengan valor, que vayan más allá de lo obvio, orientados a satisfacer necesidades latentes. No se trata solamente de objetos de interés tecnológico, sino de crear nuevas ideas para resolver problemas.

El proceso mental es seductor, y en realidad no se necesita contar con los planetas alineados para ser creativos, pero es indispensable que salte la chispa que encienda la imaginación, que la provoquen y, le tiendan a la mente, el puente para cruzar de una idea rutinaria a otra radicalmente diferente y llamativa. La imaginación es la caja de herramientas de la mente, y le confiere poder para tomar de la mano el tornillo y llevarlo a dar la última vuelta, levantar las alas y soñar, sembrar una semilla en el corazón, o decorar el paisaje con los colores del arco iris. Para aprovechar esa potencialidad es imperativo estimularla.

La distinción entre creatividad e innovación persistió por mucho tiempo, pero desde cuando irrumpió la globalización económica las reglas del juego cambiaron, puesto que se perfilaba como una caja de muñecas rusas llena de oportunidades e igualmente tupida de amenazas, que forzó a las empresas a competir cruentamente, y a lidiar con la competitividad. Para mantenerse en el mercado se vieron comprometidas a reinventarse y, la llave maestra que encontraron para descifrar las enigmáticas señales, fue la diferenciación.

Para lograr este propósito, las empresas han tenido que ser creativas e innovadores. Desde entonces, la innovación, tomó una relevancia inaudita que nunca antes se le había dado, constituyendo la clave que desentraña la magia de nuestra era. Ahora se habla de innovación, encubriendo el concepto de creatividad. A pesar de esa evolución, es indiscutible reconocer que toda innovación proviene de un proceso creativo.

El invento es la culminación de un proceso creativo; puede ser repentino, o la resultante de la dedicación a un tema específico -

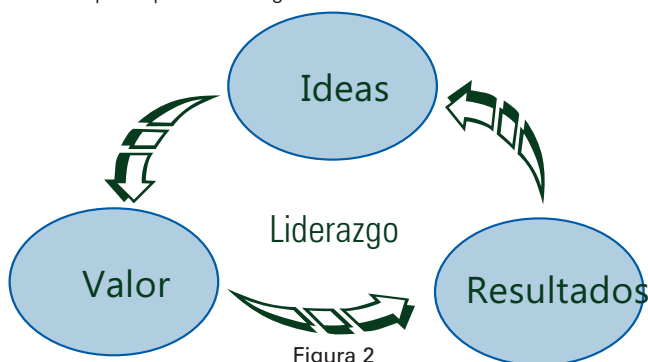
Una persona es creativa cuando produce productos, ideas de negocios, procesos, métodos, o servicios nuevos, que sean novedosos, originales, que tengan valor, que vayan más allá de lo obvio, orientados a satisfacer necesidades latentes.

concepción tradicional- y, aún, hijo del azar. Carmine Gallo puntualiza: "El acto de inventar significa diseñar, crear y armar nuevos productos y procesos" (Gallo, 2011: 18).

La pista para diferenciar la creatividad y el invento, de la innovación, se encuentra en la relación con el consumidor. La innovación está direccionada a satisfacer sus necesidades con iniciativas de valor; no solo las vigentes sino a crear nuevas, adelantarse a sus expectativas, adivinarlas, no dar nada por sentado sobre el consumidor, lo que sabe o lo que quiere; crear ideas de valor que lo deleiten y aún sorprendan, y que sean comercializables.

Desde este aspecto, el vínculo con el consumidor es una exigencia *sine que non* para hablar de innovación; así, el consumidor se convierte en parte de la innovación. De manera que se hablará de innovación, cuando el producto impacte el mercado, "excite" al consumidor, lo seduzca de manera tan determinante que revolucione la industria, y el consumidor la incorpore a sus hábitos de consumo, erigiéndose como fuente de rentabilidad para la empresa.

Alfons Cornella (2011), plantea una definición de innovación que se prefiere por la sencillez: "Innovar consiste en convertir ideas en un producto o servicio que tenga valor para los clientes, de manera que se consigan unos resultados económicos sostenibles en el tiempo. IDEAS X VALOR = RESULTADOS". Los conceptos clave en esta propuesta son: ideas de valor y resultados que sean sostenibles en el tiempo. La figura 2 muestra elocuentemente cómo opera el modelo de realimentación en este caso. Concebida en estos términos, la innovación es un proceso y un compromiso permanente de mejora continua que requiere liderazgo.



Líneas antes hablé de ideas de valor, más, es inaplazable concretar lo que significa en este contexto: es el valor real que aprecie el consumidor y, con esta nueva dimensión, es el cliente quien le otorga un valor percibido que revela la satisfacción que le produce el

Es el cliente quien le confiere un valor de posesión superior a lo que le costó y, por esta vía, la innovación se convierte en fuente de rentabilidad sostenible para la empresa.

producto; es el cliente quien le confiere un valor de posesión superior a lo que le costó y, por esta vía, la innovación se convierte en fuente de rentabilidad sostenible para la empresa.

La intencionalidad que alimenta la innovación es navegar en un Mar Azul, donde no esté presente la competencia, lo que facultaría a la empresa para cambiar las reglas del juego y, en el mejor de los casos, imponer nuevas reglas con productos alucinantes que impidan el ingreso de nuevos competidores. La idea es conquistar el mercado, o, por lo menos, tener pleno dominio en un nicho.

La innovación es, por supuesto, un invento, y como se ha podido establecer va mucho más allá, al fin lo que pretende es apropiarse del mercado y de la industria, combinando de manera persuasiva forma y características de los productos, para crear necesidades futuras en los consumidores. En plata blanca, se trata de propuestas de valor que el consumidor ni siquiera sabía que tenía. Es posible que no sea la idea primigenia, puede partir de ideas que ya están en el mercado, pero las perfecciona y, este giro -especie de serpenteo-, un "movimiento", es el que lleva a nuevas aplicaciones, nuevos usos, que satisfacen o superan un deseo conocido de los consumidores.

En suma, la creatividad está relacionada con lo que se crea y tiene algún valor para los consumidores, y puede ser un invento o una innovación. La innovación a diferencia del invento impacta el mercado, seduce a los consumidores, los "excita", el consumidor la incorpora a sus hábitos de consumo y es rentable para la empresa. Tanto en la creatividad como en la innovación se trata de ideas en principio, la diferencia radica en que la innovación desenfrena al consumidor, lo provoca.

Concreto la distinción: no toda idea creativa es innovación; no todo invento es innovación; toda innovación lleva implícita la creatividad, pero no todo acto creativo es innovación. No todo mundo puede inventar, pero cualquiera puede innovar.

Referencias

- CORNELLA SOLANS, Alfons (2011). Infonomía, Edición Innovant Publishing, Barcelona, Editores Latinoamericana, Tomo 1, pg.1.
GALLO, Carmine (2011). Los secretos de Stebe Jobs. Ideas innovadoras que cambiaron el mundo. Bogotá, Editorial Norma.



Fuente de esta imagen: fernandolucini.blogspot.com

Experiencia de vida

Mayra Herrera / Psicóloga

"Todos sabemos lo que tenemos, pero nunca pensamos que lo podemos perder."

Cuando la vida nos sorprende con adversidades para las que no nos preparamos, como es el cuidado de la continuidad de la vida, por ejemplo, un accidente cerebrovascular (ACV) sufrido por el ser que te dio el regalo de la vida. Quien progresivamente en cama va disminuyendo en sus funciones cognitivas, emocionales, físicas y en ciertos casos el lenguaje hablado, dejando un espacio para la comunicación no verbal: los gestos o expresiones en el rostro, que al paso de los

días uno aprende a comprender e interpretar, CUANDO ESTA PRESENTE EL VINCULO DEL AFECTO Y EL AMOR.

Esta vivencia se convierte en un reto que motiva a involucrarse más afectivamente en cada instante de vida de ese ser, asumiendo actitudes que le ayuden a vivir esa permanencia en cama con la dignidad y amor que se merece.

Cuando el contacto de una mano que acaricia su frente, acompañada de un beso, produce una sensación gratificante que le impulsa a cerrar sus ojos, expresando el deseo de prolongar y disfrutar ese instante.

Constantemente puedes ayudarlo a seguir usando sus procesos cognitivos, mantener el buen ánimo, sentido del humor y respuestas afectivas; que te permitan comprender e identificar en su mirada o expresión, una molestia o incomodidad en su posición, una emoción contenida de miedo o exaltación por un fuerte ruido ambiental o de la naturaleza, el deseo de escuchar una voz que pronuncia palabras y anécdotas agradables, llenas de cariño y nombres que le recuerdan momentos felices con la familia.

Cuando el contacto de una mano que acaricia su frente, acompañada de un beso, produce una sensación gratificante que le impulsa a cerrar sus ojos expresando el deseo de prolongar y disfrutar ese instante, cuando compartes momentos de espiritualidad y descubras en la expresión de su rostro el deseo de continuar allí sujeto a la vida, te fortaleces emocionalmente para el último hálito de vida y más aún si tienes la oportunidad de estar en sus últimos momentos para continuar acariciando su rostro, su cabeza, sus manos, hablarle despacio y dulcemente, manteniendo la calma hasta que desaparecen sus signos vitales.

"Ama, cuida y dedica todo el tiempo que se merece, a quien te dio el regalo de la vida"

Ese acompañamiento digno, con amor y dedicación, se convierte en una experiencia de vida gratificante.

mahesa0114@hotmail.com



Fuente de esta imagen: imaginemez.wordpress.com

Hijo eres y padre serás

Eloy Ramírez Álvarez / Odontólogo

Se ha comentado y escrito con mucha tristeza el comportamiento de algunos hijos sobre la manera tan displicente como tratan a sus progenitores, no dándoles la atención que se merecen, sobre todo, cuando han llegado a la adultez. Se olvidan de lo que ellos hicieron para llegar al sitio donde están ubicados.

He leído, visto y escuchado mucho sobre los distintos vejámenes que sufren tanto padres, madres, madres-padres de sus "depravados" hijos, que me inclino a recordar algunas quejas que reciben estos desconsolados ascendientes.

"¿Por qué me tratas así?" "¿Se te olvidó que fui yo quien te enseñó a bañarte, vestirte y que tuvieras un buen comportamiento, respetar a familiares, profesores, etc., para que pudieras defenderte en la vida?", y... lo hice con amor. No estoy cobrándote, pero sí recordándote para que ahora que estoy viejo, que ya no tengo las mismas fuerzas y energías, me comprendas y tengas mucha paciencia.

- No me rechaces ahora que estoy viejo, no me abandones. Perdóname, pues, ahora el niño soy yo.
- No te enojas cuando se me olvide algo del tema que estamos hablando, ayúdame a recordarlo y no te burles.
- No te impacientes cuando no puedo anudarme los zapatos, tú aprendiste de las enseñanzas mías. No te desesperes por escuchar las repeticiones de lo mismo.

- No me regañes cuando me hago popó y pipi, no es culpa mía, ya no controlo esas funciones fisiológicas. Todo lo contrario, aséame con cariño como lo hice contigo en muchas ocasiones, esperando que terminarás para cambiarte de paños después de lavarte.
 - Tranquilízate si derramo alimentos y líquidos sobre mi vestido, mi cara, cuerpo y manos. Yo te limpié muchas veces cuando estabas pequeñito.
 - Te arrullé en mis brazos para que durmieras, y eso lo hice amorosamente.
 - No te burles cuando no puedo usar los aparatos tecnológicos nuevos como lo usas tú. Enséñame con calma y no me lastimes con tu sonrisa burlona. Recuerda que fui yo quien te enseñó muchas cosas importantes para que surgieras.
 - Acuérdate que ya no tengo dientes para morder y no percibo el gusto de las cosas. No te desesperes cuando no te oiga bien, y no te vea con claridad. "La burlita maltrata".
 - Ayúdame cuando me fallen las piernas, ya están cansadas para dar los pasos, dame tu mano para apoyarme como lo hice yo cuando comenzaste a caminar.
 - Siempre quise lo mejor para ti, y dediqué mis recursos y mi tiempo para preparar los caminos que debías recorrer.
 - Ayúdame al verme en esas situaciones. Necesito tu corazón, dámelo. Necesito tu apoyo, dámelo, como lo hice cuando empezaste a vivir antes y después de nacer.
- No me separe de ti mandándome a ancianatos.

elramal28@hotmail.com

Reflexiones

Sobre el cambio personal

Eliécer Mayorca Capataz / Administrador de Empresas

El cambio es el proceso de reflexión y de acción de las personas para salir de situaciones afianzadas, y sobre ellas construir otras; es una variación o alteración significativa de cualquier circunstancia, situación o condición física o no física, de manera que el original se altera de forma radical (Donald, 2010: 24). Su esencia, una capacidad de evolución mayor, que constituye una experiencia de renovación para cada persona y el sistema de nuestra vida.

Los seres humanos cambiamos aunque no nos lo propongamos; la razón principal obedece a los cambios de edad, talla, peso, estado civil, situación económica, amistades, lugares de trabajo, que con el paso del tiempo son inevitables.

A menudo, la renovación suele comenzar con el conocimiento y la aceptación de que parte de los cambios importantes ocurren por influencia del ambiente, y también como resultado de una inquietud interior; para ambas situaciones, la persona debe disponer de buena capacidad de liderazgo, a fin de permitir procesos de cambios de manera integral (Dionne y Reig, 2002:4).

EL CAMBIO MOTOR DE LA VIDA

Los seres humanos cambiamos aunque no nos lo propongamos; la razón principal obedece a los cambios de edad, talla, peso, estado civil, situación económica, amistades, lugares de trabajo, que con el paso del tiempo son inevitables. Por otro lado, cambiamos porque la realidad nos obliga, y además porque las personas también planean y desean intervenir en la realidad. Esta gama diferente de cambios es la que permite afirmar que, "el motor de la vida es el cambio". No obstante, las personas deben reconocer que los procesos de

cambios también existen en nuestro alrededor para que no las tome por sorpresa, sino que sean parte de ellos, del momento presente, razón para embarcarse y dejar huella en el futuro. (Hudson y Pamela, 2001:60-89).

¿PERO QUE IMPLICA UN CAMBIO?

Implica correr el riesgo de dejar atrás ciertas tradiciones familiares del pasado que en su momento fueron pilares en nuestro desarrollo, pero que hoy se tiene que soltar puesto que nos ancla a costumbre y hábitos que limitan nuestra capacidad de aprendizaje y progreso, así como la oportunidad de transformarnos y transformar la realidad. La contrapartida es que (Dionne, et, al: 9), el enfrentar el cambio no es tarea fácil y con mayor razón sin tener claro con qué herramientas. Esta situación lleva a muchas personas a retroceder ante el cambio, y la razón, entre otras, puede obedecer a que no les gusta, porque significa entrar en lo desconocido y representa encarar una profunda incertidumbre, que para muchos implica hacerlo solos.

Además, la experiencia también ha demostrado que la mejor herramienta para enfrentar un proceso de cambio es buscar el apoyo de alguien con quien compartir los sentimientos en cuanto a los cambios que está experimentando, conversar con otras personas, que le permita salir del dialogo interior, le pueda brindar nueva energía y mostrar una experiencia diferente (Neale, 2010:35-37). Esta actitud lo lleva a adoptar una postura integradora, y elegir personas, sitios o lugares, condiciones para experimentar los cambios que desear con buena compañía, cuidado y afecto.

emayorcac@unicartegena.edu.co

REFERENCIAS

- Dionne, G y Reig, E (2002). Reto al cambio. Editorial McGraw-Hill, Interamericana de editores, S.A México.
- Hudson, F y Pamela, D (2001). Proyecto de vida. Editorial Grijalbo. México.
- Neale, Donald,W (2010). El cambio está en ti. Editorial Aguilar, Alfaguara S, A Bogotá Colombia.

Mamás y profesionales...

CÓMO NO MORIR EN EL INTENTO

Dayana Morón Bermejo / Trabajadora Social

..."Cuando estoy en el trabajo quiero estar en la casa y cuando estoy en la

Película *Marley y yo*, guionistas Scott Frank y Don Roos, basado en el libro de Jhon Grodan



Fuente: Álbum familiar de la señora Dayana Morón Bermejo

Este es el dilema al que nos enfrentamos muchas mujeres hoy día, entre las necesidades de autorrealización profesional y el cuidado y atención de los hijos. Tema común en las conversaciones que se escuchan en los corredores y pasillos en los sitios de trabajo, y siempre llegan a la misma pregunta: ¿cómo dar más calidad que cantidad de tiempo a los hijos?

La llegada de un bebé cambia la rutina de la casa, cada etapa del bebé es un logro también para los padres. A medida que la familia crece, las dinámicas relacionales y la misma cotidianidad de la familia cambian, y en cada etapa se experimentan y aprenden nuevas cosas.

Las relaciones de pareja se ven directamente influenciadas por todos estos cambios, que sumados a las responsabilidades laborales pueden generar desequilibrios, por eso, hay que poner atención a este aspecto, manteniendo un diálogo permanente y abierto en la familia, y apoyándose en la red familiar.

Las exigencias laborales, propias del mundo rápido y convulsionado de la modernidad, lleva a que cada vez más las mamás sintamos que tenemos que ser unas supermamás, y es que las madres deben ser y saber de todo, porque los hijos de hoy, no son los mismos de ayer, nos enfrentamos a otros retos y desafíos.

Hay libros, videos, chat, web, etc., para saber todo sobre bebés; pero la realidad, es que nadie nos prepara para ser padres; la experiencia de cada quien es única e irrepetible.

Las parejas jóvenes deben actuar como equipo para hacer del tiempo a compartir con los hijos espacios de calidad y no cantidad, muchas madres experimentan sentimientos de culpa cuando se van al trabajo, y muchas terminan hasta por renunciar, en algunos casos presionadas por su pareja o por la misma sociedad, que la señala y juzga como "mala madre"; ligado a las concepciones sociales y culturales que se tienen sobre la maternidad.

Los niños se ven enfrentados a situaciones aún más difíciles, porque muchos padres, cada vez más, se sumergen en las redes sociales e interactúan menos con sus hijos. La sociedad de consumo en la que vivimos ha llevado a que muchos padres, replacen el tiempo ausente con sus hijos ofreciéndoles regalos.

Otros padres, quieren que sus hijos tengan lo que ellos no tuvieron, y, consideran que entre más trabajen mejores condiciones de vida tendrán sus hijos, lo cual no es malo, pero... ¿Y dónde queda el afecto, el compartir y aquello que no se compra con dinero?

La sociedad en la que vivimos satura al individuo de objetos materiales, como si esto fuera sinónimo de felicidad, y así se levantan los niños hoy, con la influencia de los *mass media*, bajo el imaginario del tener y pocas veces sobre la esencia del ser.

Particularmente creo que los padres tenemos la gran responsabilidad de educar individuos capaces de ser felices, capaces de adaptarse al cambio y de salir airoso ante la crisis.

Finalmente, quiero dejar estos aportes sobre cómo ser mamás y profesionales y no morir en el intento:

- Establecer prioridades en el trabajo y en el hogar.
- Ser creativas, estratégicas y divertidas en la distribución del tiempo.
- Rescatar juegos tradicionales de la familia aprendidos de padres y abuelos.
- Evitar el excesivo uso de la televisión y el computador.
- Dialogar sobre las actividades del día en familia.
- Evitar llevar trabajo a la casa.
- Compartir experiencias con otros padres.
- Manejar adecuadamente los efectos del estrés.
- Cuando sea necesario, buscar apoyo de psicorrientadores.
- Tener un proyecto de vida útil.



Fuente: Álbum familiar de la señora Dayana Morón Bermejo

dayanapao@yahoo.com

ACTIVIDADES DE BIENESTAR SOCIAL

Fiesta de la Solidaridad 2012

