**RETOS FERMAD**

El 15 de agosto de 2016, nace el plan estratégico del fondo de empleados FERMAD con la intención de mejorar las condiciones de vida de los asociados y sus familias, generando el siguiente propósito central:

“FERMAD contribuye al desarrollo humano de sus asociados, familias y comunidad cercana, teniendo como principio la solidaridad, la cual requiere de tu participación para aportar equitativamente a la construcción del bienestar colectivo.

El desarrollo está asociado al acceso a servicios que posibilita a las personas su crecimiento y bienestar.”

Atendiendo a mitigar carencias y problemáticas en Vivienda, Educación, Salud y Recreación, se estructuran líneas de acción para trabajar entorno a estas, con una línea transversal de Solidaridad.

Desde el programa “Yo Pienso Responsable” y “Yo Soy Solidario”, se busca formar integralmente a nuestros asociados, en temas que van desde la planeación financiera hasta el desarrollo de una metodología de trabajo para alcanzar sus sueños, por lo cual se lanza la experiencia Claridad y Propósito en el año 2017, basada en una serie de videos y el desarrollo de un planeador de vida que por medio de enseñanzas, reflexiones y material de aplicación pretende guiar al asociado y sus familias en la construcción de estrategias para mejorar su proyecto de vida.

Dando alcance a dicha experiencia de Claridad y Propósito, este año 2019 lanzamos una serie de retos para nuestros asociados, los cuales tendrán un puntaje de acuerdo a su complejidad, y premiación por parte de FERMAD.

**Generalidades y premios:**

* El concurso consta de diferentes retos a realizarse desde el 2019 hasta el 2021.
* Cada reto otorgará puntos de acuerdo a su complejidad.
* Los puntos se otorgarán a quienes completen las actividades en las fechas de entrega establecidas.
* Al finalizar cada reto se hará una rifa de $200.000 entre quienes hayan completado el reto.
* Al finalizar todos los retos, en el año 2021, se premiarán los 3 primeros lugares de acuerdo al puntaje total acumulado, siendo los premios de $2.000.000 para el primer lugar, $1.500.000 para el segundo lugar y $1.000.000 para el tercer lugar. Si hay empates en puntajes estos premios se otorgarán por medio de una rifa entre los empatados. Resultarán ganadores aquellos que sean seleccionados.
* Los retos serán difundidos por redes sociales, correo y página web. En la empresa Madecentro por el área de trabajo feliz también.
* Los participantes deberán enviar sus retos completados a retosfermad@gmail.com, con nombres y apellidos completos, No. de cédula, empresa, ciudad, localización (punto de venta), No. de celular para contacto.
* La familia será un aliado fundamental en el desarrollo de los retos.

**AÑO 2020**

**Reto 6: ¿Cómo te escuchan las personas que te rodean?**

* Desarrollar la página 21 del planeador de vida. Hazle las preguntas de esta página a 4 personas y registra sus respuestas
* Tomar registro fotográfico de la pág. 21 y enviar al correo retosfermad@gmail.com.
* Fecha de inicio de reto: 1 de julio de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de julio de 2020.
* 80 puntos.

**Reto 7: Los Tres Cerebros**

* Ver video 3: “Haciendo Realidad Mis Sueños” en <https://www.youtube.com/watch?v=C_4PVDVwahQ> o en la ruta de la página web FERMAD <https://www.fermad.co/experiencia-claridad-y-proposito>
* Leer de la pag. 22 a la 25 del planeador de vida claridad y propósito.
* Escribir en una hoja en blanco un ejemplo de actividad realizada con cada uno de los 3 tipos de cerebro, (o sea un ejemplo con cerebro reptiliano, uno con cerebro límbico y otro con cerebro de neocórtex).
* Enviar foto del desarrollo de la actividad al correo retosfermad@gmail.com.
* Fecha de inicio de reto: 1 de agosto de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de agosto de 2020.
* 100 puntos.

**Reto 8: Meditemos**

* Leer la página 26 del planeador de vida claridad y propósito.
* Tomar 30 minutos para poner música suave, en un lugar donde te sientas cómodo, puedas mantener tu mente libre, y donde solo te concentres en cómo estas respirando.
* Escribir en una hoja en blanco: ¿cómo te pareció la experiencia de la meditación?, ¿Qué tanta dificultad te dio intentar no pensar en nada? y ¿Qué tan importante crees que es meditar con frecuencia?
* Enviar registro fotográfico de las páginas donde escribiste la reflexión al correo retosfermad@gmail.com.
* Fecha de inicio de reto: 1 de septiembre de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de septiembre de 2020.
* 100 puntos.

**Reto 9: ¿Cómo rueda tu vida?**

* Ver video 4: “Así Rueda mi Vida” <https://www.fermad.co/copia-de-plan-estrategico> o desde la página web de FERMAD en <https://www.fermad.co/experiencia-claridad-y-proposito>
* Leer de la página 27 a la 32 y desarrollar la actividad de la página 33 de la rueda de la vida.
* Enviar registro fotográfico de tu rueda de la vida al correo retosfermad@gmail.com.
* Fecha de inicio de reto: 1 de octubre de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de octubre de 2020.
* 200 puntos.

**Reto 10: Área personal**

* Toma un espacio de tiempo para reflexionar acerca de los resultados que obtuviste en el ejercicio de la rueda de la vida.
* Para mejorar la calificación en las áreas que encuentras con puntaje menor a 4, has lo siguiente: Por cada área débil establece 3 actividades a desarrollar en los próximos meses para mejorar su puntaje.
* Enviar registro fotográfico de las actividades que planteaste al correo retosfermad@gmail.com.
* Fecha de inicio de reto: 1 de noviembre de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de noviembre de 2020.
* 150 puntos.

**Reto 16: Área Mental - Educativa**

* Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Mental – Educativa”, que podrás encontrar en las páginas 29 del cuadernillo.
* Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿qué tan satisfecho o satisfecha te sientes con tu formación académica?, ¿es coherente con tus deseos?, ¿el lugar en el que estás ahora fue el que visualizaste cuando eras joven, cuando estabas en la universidad o colegio?, en lo que te desempeñas ahora ¿surgió de una motivación propia o de presión social o familiar?, ¿sientes que la necesidad de actualizarte constantemente en tu área académica es una obligación o una oportunidad de crecer?, ¿sólo te inclinas por leer y aprender de tu área de conocimiento?, ¿qué tanta apertura tienes hacia conocer distintos campos del conocimiento? Adicional pega una imagen o fotografía que nos cuente como te ves profesionalmente en el futuro o cual fue tu profesión soñada de chiquito.
* Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
* Fecha de envío del reto: 1 de diciembre de 2020.
* Fecha de cierre del reto: 30 de diciembre de 2020.
* 150 puntos.

***Continua atento a tus medios de contacto ya que seguiremos enviando retos el próximo año.***