

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 2021

Reto 17: Área Familiar y Social

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Familiar y Social”, que podrás encontrar en las páginas 29 y 30 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿qué haces para que tu entorno familiar sea seguro y confiable?, ¿existe diálogo y comunicación?, ¿hay un entorno amigable y empático?, ¿tratas de solucionar las dificultades a través de la búsqueda de alternativas razonables? ¿empleas una comunicación asertiva?, ¿con cuales miembros de tu familia te comunicas y con cuales no?, ¿a quienes les has pedido perdón, con quienes te has reconciliado, a quienes hace mucho que no llamas?, ¿les ofreces tu compañía y apoyo en momentos de enfermedad o crisis?, ¿cuentan los unos con los otros en momentos difíciles?, ¿compartes tiempo con tu familia?, ¿preguntas como se sienten, o tu trabajo te absorbe tanto que lo olvidas e ignoras?. Con respecto a tus amigos ¿cuentas con una red de apoyo social, te comunicas con ellos así no te quede espacio para salir y visitarlos?, ¿les ofreces tu ayuda? Y ¿les dices cuan importantes son para ti?, Adicional envíanos un mini collage con fotos de tu familia y amigos.
- Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste y el collage de tu familia y amigos, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 08 de enero.
- Fecha de cierre del reto: 26 de febrero.
- 150 puntos.

Reto 18: Área Salud - Físico

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Salud – Físico”, que podrás encontrar en la página 30 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿sacas tiempo para ti mismo(a)?, ¿sacas tiempo para hacer ejercicio?, ¿te alimentas sanamente?, ¿qué tanta autoestima y gustos sientes por ti mismo como para promover estilos de vida saludable? Adicional en una hoja ponte unas metas para mejorar tus hábitos saludables y cumplir en este año.
- Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste y las metas para mejorar tus hábitos saludables, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 12 de marzo.
- Fecha de cierre del reto: 30 de abril.
- 150 puntos.

Reto 19: Área Financiera

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Financiera”, que podrás encontrar en la página 30 y 31 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿gastas más de lo que ganas?, ¿inviertes correctamente tu dinero? En una hoja blanca tamaño carta organiza tus gastos mensuales según la regla 50-20-30, y compártenos tu ejercicio, al respaldo de esta hoja escribe una reflexión sobre la importancia de utilizar esta herramienta financiera para manejar los gastos del hogar.
- Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste y la hoja blanca con organización según la regla 50-20-30 y tu reflexión de la misma, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 14 de mayo.
- Fecha de cierre del reto: 25 de junio.
- 150 puntos.

Reto 20: Área Ética – Espiritual

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Ética – Espiritual”, que podrás encontrar en la página 31 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿qué tanto respetas y toleras las diferencias de los demás?, ¿eres capaz de trabajar en equipo, de escuchar a tus compañeros y compañeras?, ¿qué valores has aprendido de otras personas para ser mejor, y como los has aplicado en tu vida familiar, social y académica?, ¿qué tan amable eres al comunicarte?, ¿Qué tanta alegría u optimismo irradian? ¿Qué tan sincero y coherente eres ante los demás? ¿eres coherente entre el sentir, pensar y actuar?, ¿qué tiempo dedicas para sentirte en plenitud, crees en Dios o en una fuerza superior?, ¿qué espacios destinas para conectarte con esto? Lee el ensayo “Elogio de la Dificultad” de Estanislao Zuleta para tener más bases para responder las anteriores preguntas, y realiza una pequeña reflexión de cómo te ayudo este texto a resolver dichas preguntas.
- Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste y la reflexión que hiciste del texto, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 09 de julio.
- Fecha de cierre del reto: 27 de agosto.
- 150 puntos.

Reto 21: Área Carrera – Misión de vida

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Carrera – Misión de vida”, que podrás encontrar en la página 31 y 32 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿te genera satisfacción el trabajo?, ¿recibes con actitud positiva cada

semana?, ¿lo que haces diariamente en tu trabajo cumple tus expectativas?, ¿cómo son tus relaciones interpersonales en el área laboral?, ¿qué tan cómodo te sientes con los demás?, ¿qué fortalezas o en qué aspectos fallas al respecto?, ¿lo que haces ahora cumple las metas y proyectos que te has propuesto en tu vida?, ¿estás en el lugar que es?, ¿con el propósito que es? Y ¿contribuyendo cómo es?. Realiza en una hoja blanca una línea de tiempo donde indiques como desearías crecer en la compañía, acompañado también de tu crecimiento académico o educativo.

- Enviar registro fotográfico de las páginas que trabajaste y la línea de tiempo que hiciste, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 10 de septiembre.
- Fecha de cierre del reto: 29 de octubre.
- 150 puntos.

Reto 22: Área Emocional (150 puntos)

- Toma un momento libre y con calma lee detalladamente los apartes “Área Emocional”, que podrás encontrar en la página 32 del cuadernillo. Luego, busca alguna de las páginas en blanco de tu planeador y responde: ¿cómo están tus relaciones con las personas que te rodean?, ¿estas relaciones te brindan seguridad, confianza, son sanas y tranquilas?, ¿puedes expresarte con tranquilidad y ser tú mismo(a) con quienes te rodean?, ¿eres detallista, comprendes al otro, la comunicación y el diálogo fluyen?, ¿la convivencia con tu pareja y/o personas cercanas es pacífica, gratificante, te produce bienestar?
- Luego de haber desarrollado tranquilamente y con más calma las áreas de tu vida, vuelve a darle un puntaje a la rueda de la vida de la página 33 y compara con la rueda que había realizado anteriormente.
- Enviar registro fotográfico de las páginas que incluyendo la nueva rueda de vida que hiciste, al correo retosfermad@gmail.com según especificaciones indicadas anteriormente.
- Fecha de envío del reto: 12 de noviembre.
- Fecha de cierre del reto: 30 de diciembre.
- 150 puntos.