

**YMCA**



# ¡Somos un movimiento en movimiento!

Actividades durante el confinamiento

Boletín local YMCA-ACJ Quindío

# YMCA en movimiento



La YMCA Quindío sigue su trabajo durante la cuarentena, los diferentes programas ya han consolidado procesos, gracias a las estrategias planteadas en el mes de abril, de esta manera se sigue cumpliendo con el propósito de seguir brindado apoyo a todas las comunidades y dando respuesta al estado de emergencia sanitaria desde un enfoque integral.

Las nuevas plataformas digitales generaron nuevas oportunidades y maneras de trabajar, desarrollando actividades, reuniones y capacitaciones, para seguir dando respuesta desde los diferentes campos de acción y alineados con la respuesta nacional y mundial. Esto con el apoyo del voluntariado, el staff y las diferentes personas y organizaciones que se suman al proceso, a nivel nacional e internacional.



# YMCA en acción

Pág. 4

# YMCA salud mental y convivencia

Pág. 6

# YMCA en casa

Pág. 7

# YMCA conectados

Pág. 9

# YMCA en acción



**YMCA**  
..... ACJ .....

.....  
**JUNTOS  
PODEMOS  
AYUDAR A  
MUCHAS  
FAMILIAS**  
.....



Con tu aporte estamos  
adquiriendo mercados  
para todas las familias  
beneficiarias de  
nuestros programas  
del municipio de  
Armenia y Circasia



**YMCA**  
..... ACJ .....

.....  
**TU DONACIÓN  
PUEDE  
AYUDAR A  
MUCHAS  
FAMILIAS**  
.....

**Líneas de  
comunicación**

**312 244 3460 - 320 643 5693**



Nuestra ruta  
llegará a tu  
hogar a buscar la  
donación

**#DonacionSolidaria**

En el mes de mayo se desarrolló una campaña de donación de ayudas humanitarias y asistencia alimentaria, difundida en redes sociales con el objetivo de motivar a las personas para donar y continuar llevando mercados a toda la población beneficiaria de Armenia y Circasia, utilizando el hashtag nacional #YMCAenMovimiento y uno local #DonacionSolidaria, así mismo contamos con el apoyo de entidades aliadas al movimiento nacional como el banco Wells Fargo, que permitieron apoyar las familias de los participantes del proyecto PAZA LA PAZ.

## Voluntariado en acción

En dos ocasiones se llevó a cabo la jornada de mejoramiento a las condiciones de adultos mayores del municipio de Circasia en articulación con la fundación Circasia humana y voluntarios de otras organizaciones como tradición de mi pueblo y entidades cívicas del municipio que lograron una transformación de habitabilidad de sus hogares debido a condiciones de acumulación que en tiempo de pandemia generaban un riesgo mayor para su salud, actividad que trajo consigo un cambio de la condición de vivienda de estas personas.



# YMCA salud mental y convivencia

## Acompañamiento Social

Durante el periodo del confinamiento nacional se realizaron diferentes reuniones a lo largo de la pandemia y entre ellas se destaca una capacitación sobre la asertividad en tiempo de coronavirus, en esta capacitación se socializaron unas diapositivas con pautas para mejorar la comunicación y la convivencia.

### Principios bíblicos para una comunicación asertiva

2. El contacto físico: mirarse cara a cara.



3. Saber discernir en un buen momento: Decir las palabras adecuadas en el momento adecuado.

4. Verificar la Información y lo que entiendes: Preguntar si lo que entendiste es lo que nos quisieron decir.



1. Principio de la reacción: Como reacciona el que responde no el que inicia.



5. La oración: Prepárate para las batallas y no esperes a perderlas.



YMCA

### Estilos de conductas

**Pasividad:** Las personas con este rasgo no sienten que tienen el derecho a ser oídas y no se sienten cómodas expresándose. Evitan cualquier conflicto.

**Asertividad:** Las personas con este rasgo se sienten cómodas expresando lo que piensan, sienten y quieren. Pueden expresar sus opiniones y necesidades sin pisotear a los demás, o atacarlos. Buscan una solución que beneficie a todos.

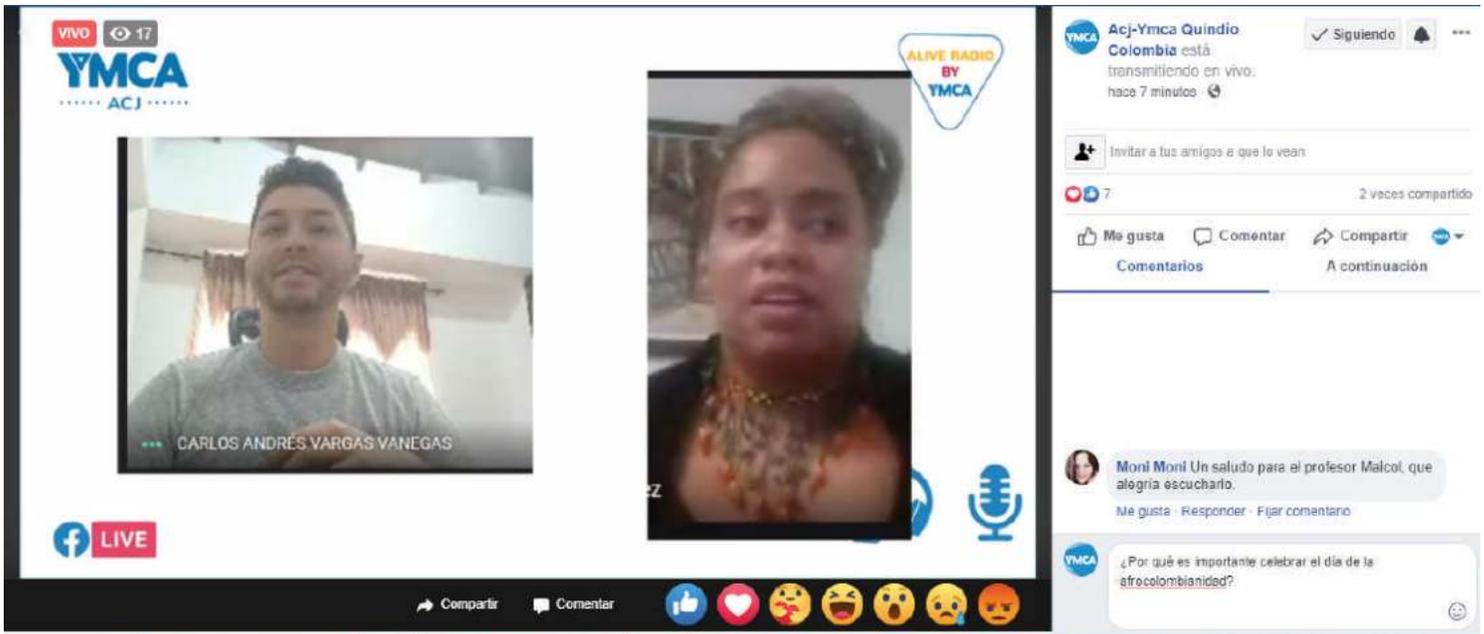
**Agresividad:** Las personas con este rasgo se ven por sí mismos, aun a costa de los demás. Ellos usarán tácticas tales como hablar en voz alta, el sarcasmo y contundencia para conseguir lo que desean.



El tema central fue la importancia de la comunicación asertiva, como seres sociales la importancia de ser asertivos a la hora de manifestar las ideas, deseos, opiniones, sentimientos o derechos de forma congruente, clara, directa, equilibrada, honesta y respetuosa, sin la intención de herir o perjudicar, y actuando desde una perspectiva de autoconfianza, mejora la convivencia con las personas que nos rodean.

# YMCA en casa

## Alive Radio



Con el impacto y avance del programa radial “Alive Radio by YMCA”, magazín juvenil que tiene como objetivo proporcionar un medio de comunicación fresco y con temas de actualidad sobre la juventud. Se inició un convenio con dos sedes nacionales, Medellín y Risaralda, con el objetivo de tener más cobertura y mayor alcance a nivel nacional.





## EDUCACIÓN VIRTUAL ¿RETOS U OPORTUNIDADES?



**JUAN CARLOS MARTÍNEZ**  
COORDINADOR DE PROGRAMAS BILINGÜES E  
INTERNACIONALES DE LA YMCA COLOMBIA



**ANTONIO JOSÉ VÉLEZ**  
DIRECTOR DE CALIDAD EDUCATIVA DE LA  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE ARMENIA

FECHA : SÁBADO 23 DE MAYO

5:00 PM



YMCAS QUINDÍO-RISARALDA-MEDELLÍN



Se formalizó un equipo de trabajo dividido en secciones y así realizar un trabajo en conjunto, utilizando nuevas narrativas siguiendo con temáticas pertinentes para el público objetivo. Este espacio continúa con su emisión a través de Facebook live los sábados a las 5 pm. Se ha logrado generar contenidos de interés y reflexiones sobre la realidad juvenil. El alcance que se ha tenido con todos los programas hasta la fecha, ha sido un total de:

# 7117

Personas alcanzadas

The screenshot shows a Facebook Live broadcast. On the left, a video call window displays four participants: a woman in a blue YMCA shirt, a man with glasses (Santiago Jiménez Largo), a woman (Katherina Nuñez Varelas), and a man in a red jacket. A logo for 'ALIVE RADIO BY YMCA' is overlaid on the bottom right of the video. On the right, the Facebook interface shows the broadcast details for 'Acj-Ymca Quindío Colombia', indicating it was live and broadcast approximately once a week. The statistics show 1,384 people reached and 205 interactions. Below the statistics are options to like, comment, and share. The comments section shows two relevant comments from users 'Árbol España Martínez' and 'Xiomara Rodríguez', both expressing appreciation for the content.

# YMCA conectados



La comunicación entre voluntarios, líderes de programas y las comunidades es parte fundamental en todo proceso que la YMCA realiza, por eso los diferentes grupos a nivel local siguen realizando actividades, capacitaciones y reuniones virtuales, para continuar con los procesos de formación, acompañamiento y liderazgo.

## En el área bilingüe

Formación en el área de inglés a través de una cartilla interactiva, con actividades para colorear, unir y buscar para reforzar el vocabulario en inglés. Cada voluntario se contactó por vía telefónica con los niños del programa, indicando los ejercicios que deben realizar y de paso practicar con ellos el área bilingüe. Esta cartilla fue realizada por el equipo de voluntariado del programa de Y's club.

**LET'S PRACTICE ENGLISH**

My name is \_\_\_\_\_  
I am \_\_\_\_\_ years old

YMCA ACJ Y'S CLUB!

---

**YMCA ACJ LET'S PRACTICE ENGLISH Y'S CLUB!**

**Descripción y Objetivo**

Let's Practice English surge con el objetivo de buscar el fortalecimiento en el proceso de aprendizaje del idioma inglés como lengua extranjera en todos los participantes del programa de inglés Y's Club Groscol, YMCA Quindío. La cartilla se diseñó con el fin de que los estudiantes continúen familiarizándose con el idioma y logren desarrollar habilidades en inglés con facilidad y eficiencia mediante el uso del material contenido aquí.

La cartilla se elaboró como una estrategia educativa frente a la emergencia sanitaria Covid-19, 2020 para orientar a los niños en el camino del aprendizaje del idioma con diferentes recursos lúdicos e interactivos.

El contacto en el cual se promueve la creación de este herramienta pedagógica es en la YMCA Quindío, Colombia, con la participación de los voluntarios, docentes y/o docentes en formación del programa Licenciatura en Lengua Moderna de la Universidad del Quindío. Teniendo en cuenta, la relevancia de los procesos educativos en estos momentos difíciles, se decide brindar este recurso a toda la comunidad perteneciente al programa de Y's Club Groscol, YMCA Quindío.

**Contenido**

- The alphabet
- Numbers
- Greetings
- Colors
- Family Members
- Body Parts
- Animals
- Adjectives
- Emotions and Feelings
- Weather
- Seasons
- Rooms in the house
- Food
- Clothes
- Days of the week
- Months of the year

---

**YMCA ACJ LET'S PRACTICE ENGLISH Y'S CLUB!**

**The Alphabet**

ACTIVIDAD # 1

Aquí debes pintar cada letra y animal. Luego debes unir con diferentes colores las imágenes con sus nombres.

A ANT      F FROG      G GIRAFFE      H HORSE      I IGUANA      J JELLYFIS

B BAT      C CAT

**YMCA ACJ LET'S PRACTICE ENGLISH Y'S CLUB!**

**ACTIVIDAD # 14**

Colorea las imágenes y marca lo correspondiente a la palabra.

Good Morning  
Good Evening  
Good Afternoon  
Good Night  
Good Bye

**ACTIVIDAD # 15**

Resuelve la sopa de letras y escribe la descripción de la imagen.

**GREETINGS**

RESUELVA LA SOPA DE LETRAS CON LAS PALABRAS SIGUIENTES:

GOOD MORNING  
GOOD EVENING  
GOOD AFTERNOON  
GOOD NIGHT  
GOOD BYE

---

**YMCA ACJ LET'S PRACTICE ENGLISH Y'S CLUB!**

**Colors**

ACTIVIDAD # 18

Pinta cada círculo con el color correcto.

Practica los colores.

WHITE YELLOW ORANGE RED  
PINK PURPLE VIOLET BLUE  
GREEN BROWN GRAY BLACK

---

**YMCA ACJ LET'S PRACTICE ENGLISH Y'S CLUB!**

**ACTIVIDAD # 17**

Escoge el color correcto.

BLACK YELLOW WHITE  
BLUE WHITE GREEN  
BROWN RED PURPLE  
RED PURPLE PINK  
GRAY PINK ORANGE  
GREEN ORANGE BLACK  
ORANGE GREEN GRAY

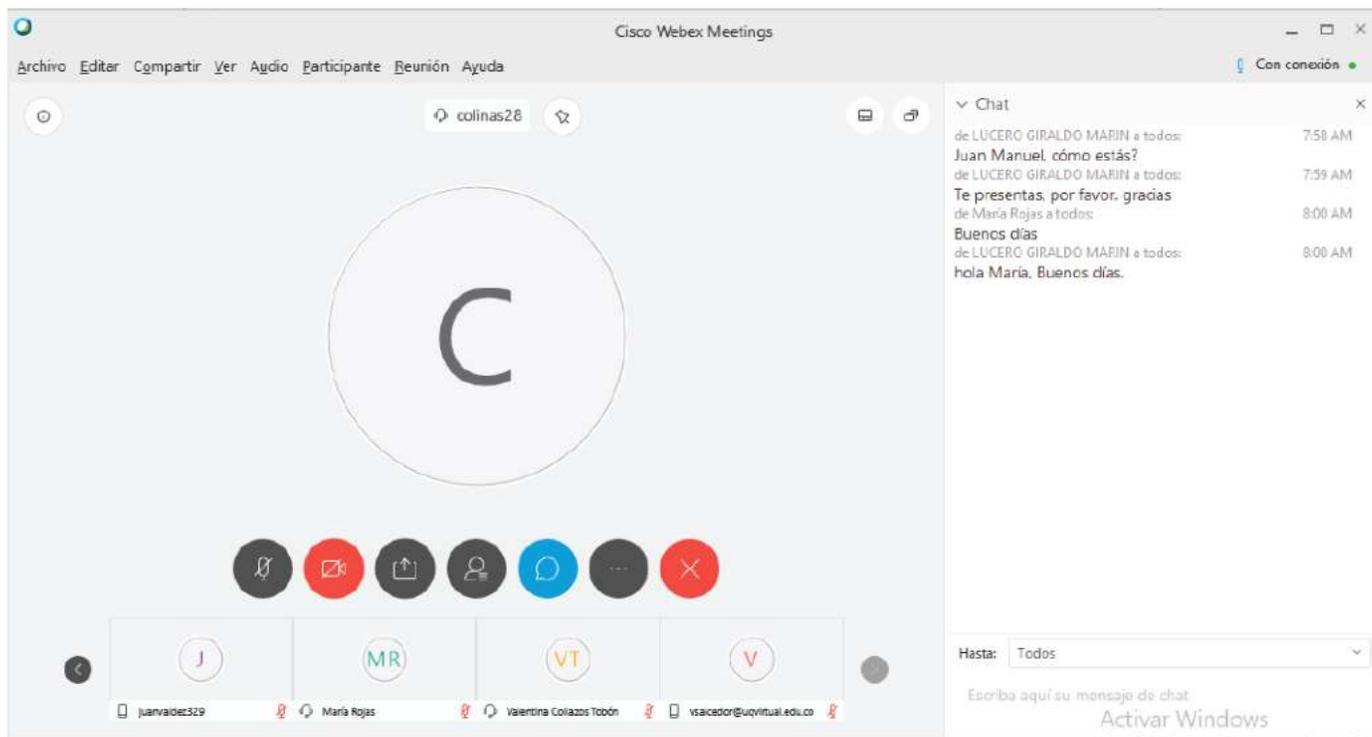
**ACTIVIDAD # 18**

Con una línea une el color con la palabra correcta.

black  
green  
red

## Paza la paz

Se realizaron encuentros de ejercicios de planeación del proceso en Colinas, donde se trabajó el tema de Radio Escolar, para el desarrollo de ese ejercicio se contó con el apoyo del programa de comunicación social de la Universidad del Quindío.



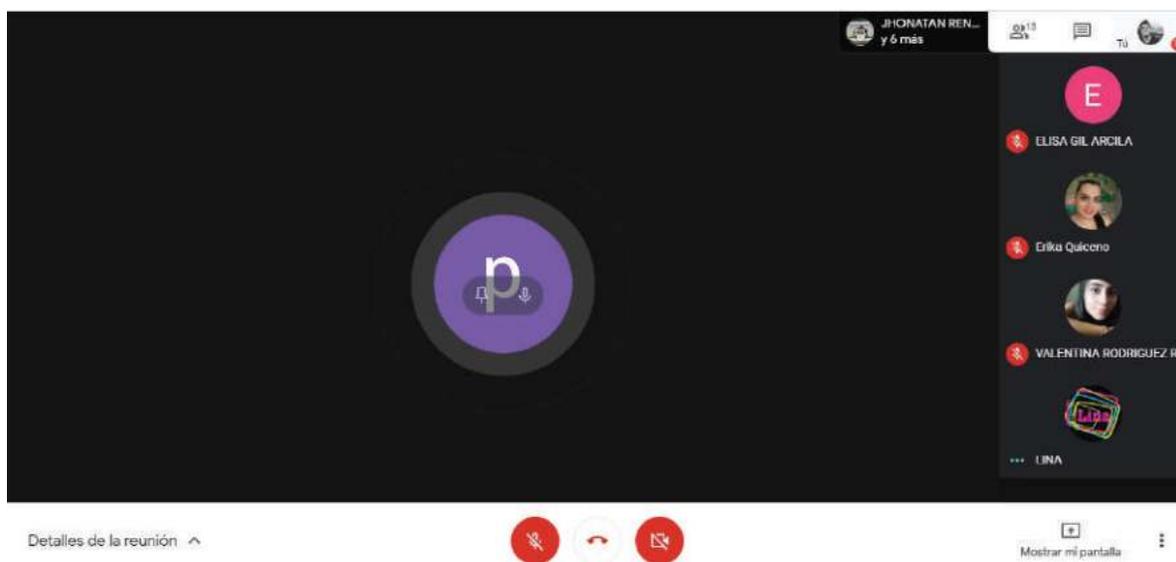
Planeación con los voluntarios de las sesiones formativas del proyecto Paza la Paz, adaptándolas a los procesos de virtualidad.

Proceso de articulación con la institución educativa San José de Circasia para difusión del material, realizado por el programa Paza la Paz para la plataforma institucional, donde se elaboró una cartilla con la colaboración de la practicante de trabajo social.



## Voluntariado

El confinamiento, no ha sido un obstáculo para fortalecer la membresía del movimiento local. Se continúa con el ejercicio muy activo de parte de los socios básicos con relación de la formación y el seguimiento de todos los comités.

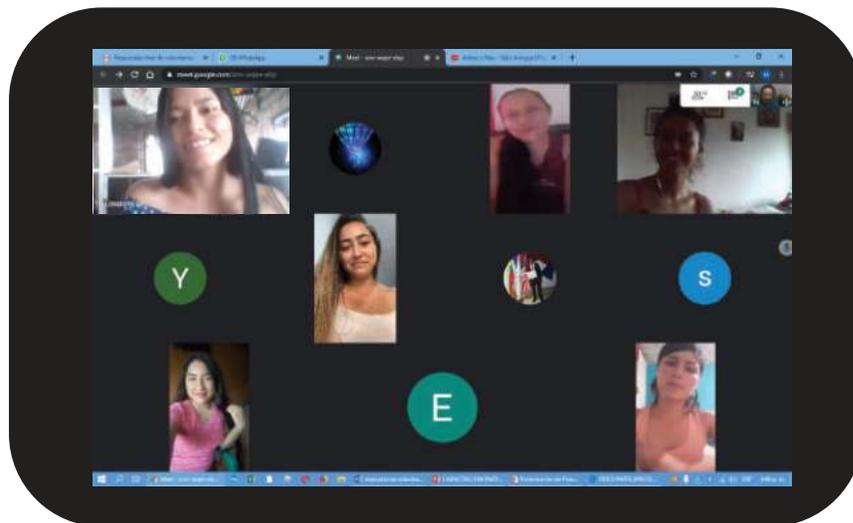


## Comité de misión y voluntariado, gestión y comunicaciones

Se siguen realizando reuniones de los comités del movimiento, fortaleciendo los procesos comunicativos de cada uno de ellos. El comité de gestión y el comité de comunicaciones donde sigue brindando un fortalecimiento en los flujos de comunicación externos e internos de la organización, dando un manejo constante de la información, publicidad y redes sociales, generando crecimiento y posicionamiento de la YMCA.

## Comité de misión y voluntariado, gestión y comunicaciones

En el comité de misión y voluntariado, se realizan reuniones de formación, prevención y saberes para atender el confinamiento, desarrollando herramientas y capacidades del liderazgo en el voluntario durante la emergencia y la preparación y generación de espacios para el fortalecimiento espiritual y misional.



Se adelanta la estrategia de apadrinamiento del voluntariado con el fin de fortalecer los vínculos entre voluntarios antiguos y nuevos, llevar a cabo un proceso de acompañamiento para motivar la participación en los distintos espacios del movimiento, como estrategia para lograr su permanencia desde ambientes de confianza y cercanía, estrategia que se ha intencionado más en tiempos de aislamiento preventivo.

**YMCA**  
..... ACJ .....

¿Sabes qué funciones cumples como padrino?

¿Qué hace un padrino?

- Generar un vínculo de confianza y compañerismo.

¿Cómo lo hace?

Apoyando, resolviendo inquietudes, motivando a su **AHIJADO** a participar todas las actividades de la organización. Estar en constante comunicación con su ahijado.

Motivar a la creatividad, a una buena actitud y compromiso con la YMCA.

**APADRINAMIENTO A NUEVOS VOLUNTARIOS**

¿Sabes qué funciones tienes como ahijado?

¿Cuál es el deber de un ahijado?

- Estar abierto y dispuesto al proceso de apadrinamiento.

Para que todos sean uno; como tú, oh Padre, en mí, y yo en ti, que también ellos sean uno en nosotros; para que el mundo crea que tú me enviaste.

Juan 17:21-23



# YMCA

*¡Sigamos juntos en movimiento!*

---

  @YMCAQuindío