

# EL i INFO RMA DOR

La publicación mensual gratuita de **comfama**



## Agatha Ruiz de la Prada

Visita.

Bajo este concepto describió Ágatha Ruiz de la Prada las bellezas naturales que encontró en Comfama Parque Arví.  
**Pág. 6.**



## AHORRO lo que sueño

Ahorrar no es guardar lo que a uno le sobra, sino lo que uno desea...

Testimonio de un niño participante del Programa Ahorro Escolar, de la Fundación Confiar.

Oswaldo Leon Gómez Castaño  
**Pág. 3.**

Medellín, abril del 2013 // n° 383 // ISSN: 2027-2715 // [www.COMFAMA.com](http://www.COMFAMA.com)

# Guatapé... destino inolvidable



A solo 73 kilómetros de Medellín y a dos kilómetros de la cabecera del municipio está el parque recreativo Comfama Guatapé.

Foto Juan Veléz. **Pág. 7.**

Conocer

## De interés



Descubre la historia de madres con enfermedades crónicas.  
**Pág. 5.**



Entrevista al Ministro de Salud colombiano.  
**Pág. 4.**



Premio a María Inés Restrepo, Directora de Comfama  
**Pág. 2.**



Matricúlese sin salir de su casa  
**Pág. 8.**

## Planes



Conozca las diferentes excursiones que ofrece Comfama, entre ellas San Andrés, Boyacá, Cartagena, Coveñas, Cocorna, San Jerónimo, Jardín, Hacienda Nápoles, y muchos más.  
**Pág. 7.**

# “Este parque es un nivelazo... ¡Espectacular!”

Ágatha Ruiz de la Prada, se dejó seducir por la belleza natural y arquitectónica de Comfama Parque Arví

**S** María Camila Durán  
mduran@gmail.com

u presencia impactó desde el primer segundo. Un buzo azul eléctrico con bolas rojas, un pantalón caprí de corazones verdes, medias fucsia, un bolso con corazones –también fucsia– y un par de baletas con manchas rojas, azules y naranjas. Su cabello, esta vez sin un gran accesorio pero sí con ondas, completó el atuendo que mejor describe a la diseñadora española Ágatha Ruiz de la Prada.

En su más reciente viaje a Medellín, y por iniciativa de Distrihogar, aceptó la invitación para ir a conocer Comfama Parque Arví.

Lo hizo de la mejor manera: viajó en Metrocable, se subió al bus de Comfama y anduvo por los sitios más repre-

sentativos de la reserva, los cuales describió como “modernos, ecológicos y vanguardistas”.

Sus ojos expectantes y la sorpresa de conocer un lugar único, marcaron el compás de la marcha por la silleta número tres, que se diseñó con una gran flor en el centro en su honor; por Aventura Comfama y La Guaca.

En este último lugar compartió con la gente común sus experiencias y disfrutó de un picnic al aire libre. Fue la oportunidad perfecta de conversar con mujeres artesanas, estudiantes de diseño, cultivadoras de flores y con los futuros silleteros de Santa Elena. Una experiencia que en sus palabras fue “¡impresionante y un lujo completo!”

“ Este parque reúne dos elementos que son fascinantes: la arquitectura y la ecología.”



En el picnic con Felipe Mejía, Subdirector de Servicios Sociales de Comfama; y Claudia Márquez, Primera dama de Medellín. Foto: Camilo Gil



Por iniciativa propia, invitó a los silleteritos a posar con ella para llevarse un buen recuerdo. Foto: Camilo Gil

## La revolución ecológica

“Los temas ambientales han sido para mí una obsesión. Espero que la próxima revolución de la moda sea ecológica; que las telas, la materia prima o cualquiera de los eslabones de la cadena tengan implícito el manejo ambiental. Este parque es un gran ejemplo de esa

revolución a la que me refiero: está pensado, diseñado y operado bajo el concepto de honrar y amar la ecología. Al paisajismo y a la arquitectura le doy un 10. Todo lo tenéis genial. Este parque es la maravilla de las maravillas”, expresó Ágatha reiteradamente ●

Disfrutar

Medellín, Abril de 2013

Conocer

www.comfama.com



Foto: Den Williams

# Guatapé, para navegar y disfrutar en familia

A solo 75 kilómetros de Medellín está el parque recreativo Comfama Guatapé

**E** Pedro Congote  
Pedrocongo@gmail.com

l embalse, el gran complejo hidroeléctrico que EPM construyó en 2.262 hectáreas de tierra, es el punto de referencia para llegar a este espacio natural en el Oriente antioqueño.

Acepte la invitación a pasar un día inolvidable y participe de los circuitos de retos, las competencias extremas o las actividades náuticas en kayaks, triciclos y bicicletas acuáticas. Toda la programación contará con el acompañamiento de instructores, quienes lo orientarán para que su experiencia sea segura y placentera.

La cita: el domingo 21 de abril, desde las 11:00 a.m. El parque abre sus puertas desde las 9:30 a.m. ¿Qué hay que llevar? La mejor energía y disposición para divertirse al máximo.

Los atractivos ecológicos y ambientales del parque hacen que sea el lugar ideal para descansar y compartir en familia. Cuenta con senderos ecológicos, miradores, implementos para la pesca y kioscos con asaderos equipados con leña para que se prepare un delicioso sancocho o asado.

La temperatura promedio del parque es de 19 grados centígrados ●



La temperatura promedio del parque es de 19 grados centígrados. Foto: Den Williams

## Planes

**San Andrés:** Salida en excursión: del 16 al 21 de Abril. Convenio con los hoteles Sol Caribe y Decameron.

**Excursiones familiares, vía terrestre:** Boyacá. Del 13 al 19 de mayo. Cartagena. Del 30 de abril al 5 de mayo. Coveñas. Del 10 al 13 de mayo y del 31 de mayo al 3 de junio.

**Recorridos por Antioquia Nuevos destinos para el fin de semana:** Cocorná. Del 20 al 21 de abril y del 18 al 19 de mayo. Cañón-delRíoClaro. Del 27 al 28 de abril. La Pintada. Del 13 al 14 de abril y del 4 al 5 de mayo. Puerto Triunfo. Del 13 al 14 de abril y del 25 al 26 de mayo. San Jerónimo. Del 6 al 7 de abril y del 18 al 19 de mayo.

**Planes de un día:** Día de campo en Comfama Parque Arví. Salidas: 21 de abril y 19 de mayo. Ciclo turismo por La Ceja. Salida: 14 de abril. Ruta verde: El Peñol y Guatapé. Salidas: 14 de abril y 26 de mayo. Cocorná. Salidas: 7 de abril y 5 de mayo. San Pedro de los Milagros. Salida: 10 de junio. Ruta de las frutas: Santa Fe de Antioquia, San Jerónimo y Sopetrán. Salidas: 14 de abril y 19 de mayo. Ruta de la miel, el carbón y la arriería: Andes, Hispania y Jardín. Salidas: 14 de abril y 19 de mayo. Ruta de los embalses: Gómez Plata, Carolina del Príncipe y Guadalupe. Salidas: 28 de abril y 30 de junio.

### Para las empresas en Urabá:

Día de sol a Necocí. Incluye transporte en bus, alimentación, estadía en el hotel de su preferencia y guía acompañante. Opcional: actividades recreativas. Capurganá. Incluye transporte en lancha, alimentación, estadía en el hotel de su preferencia y guía acompañante. Opcional: actividades recreativas o espectáculos nocturnos.

Informes en Urabá en el teléfono 215 65 80 o en el correo electrónico mpalacio@comfama.com.co.

# Nuevos retos en la prestación de los servicios al Régimen Subsidiado en Antioquia

Indudablemente, el mayor reto del 2012 fue asumir la atención de 1'669.307 paisas beneficiarios de la EPS-S

**A** Andrés Múnera  
mandres@gmail.com

hacer un comparativo entre la gestión del 2011 y la del 2012, las cifras hablan por sí solas: Comfama pasó de tener presencia en 77 municipios, a 112; de atender

a 635.371 afiliados, a 1'669.307; de realizar 889.897 consultas médicas – general, especializada y urgencias–, a 2'338.023. Aquí se ejemplifican solo tres temas, la lista continúa ●

¿Cuáles son los aportes de las instituciones y qué expectativas tienen para el sector de salud?

“



“Esta EPS, en la que los socios aportamos recursos económicos, experiencia e infraestructura, será un ejemplo para todo el país y los ciudadanos, porque estamos demostrando que podemos trabajar lo público en articulación con lo privado, desde una verdadera perspectiva del servicio público, de manera que así creemos un equilibrio para todos y todas, incluyendo a los niños”.

**Sergio Fajardo Valderrama**  
Gobernador de Antioquia

“



“Esta es una alianza ganadora y ejemplar dentro del sistema de salud Colombiano. Medellín y todas las regiones se benefician de las sinergias que se logran en el marco de la búsqueda de equidad, la corresponsabilidad y la solidaridad. Los usuarios tendrán acceso a servicios con oportunidad y mejor calidad gracias al respaldo y la confianza que generan las tres instituciones”.

**Anibal Gaviria Correa**  
Alcalde de Medellín

“



“Desde 1995, Comfama, con el respaldo de sus empleadores y trabajadores afiliados, asumió la responsabilidad de atender el Régimen Subsidiado, aun sabiendo que cobijaba a la población sin empleo o ingresos económicos. Lo hicimos y lo hacemos porque creemos que es posible construir un país equitativo”.

**María Inés Restrepo de Arango**  
Directora de Comfama

“



“La EPS mixta es una alianza público-privada que oxigenará el funcionamiento del sistema, generará agilidad en la contratación y articulará la prestación. Los retos son: cohesionar aseguramiento con prestación, ante todo, el desarrollo de la salud como bienestar”.

**Jorge Julián Osorio Gómez**  
Decano Facultad de Medicina, Universidad CES



## Mini Entrevista



**Alejandro Gaviria Uribe**  
Ministro de Salud, República de Colombia

¿Por qué hay que simplificar el sistema de salud colombiano?

Cuando los observadores internacionales miran nuestro sistema de salud, lo primero que dicen es que es extremadamente complejo, incluso algunos me han dicho que es el más complicado del mundo. Eso trae consecuencias: costos de transacción muy altos, dificultades para entenderlo, la transparencia y la rendición de cuentas democráticas es confusa, lo que hace que hoy en día no sepamos si lo que nos gastamos es suficiente o no para lo que queremos hacer. Por eso, planteo de manera vehemente una agenda de simplificación del sistema de salud.

¿Qué rol tienen las Cajas de Compensación en ese escenario?

En los regímenes Subsidiado y Contributivo, las Cajas tienen que ser agentes protagónicos. No veo el sistema de salud evolucionando sin las Cajas.

¿Cómo sería ese papel protagónico?

Como administradoras. En el Régimen Subsidiado nos gusta el experimento que se está planteando en Medellín: una EPS mixta en la que están la Gobernación de Antioquia, la Alcaldía de Medellín y Comfama. Es una experiencia replicable en otras regiones de Colombia.

¿Qué es lo ganador de ese experimento?

La experiencia y las capacidades acumuladas de Comfama porque sabe cómo prestar los servicios. Es una experiencia invaluable que no se puede descartar en la sociedad en la que se conformó. Las sociedades están construidas con base en capacidades, en las maneras de hacer las cosas, en aprendizajes sociales y eso es lo que tienen Comfama y otras Cajas.

# Tres historias que hablan de Tenacidad



Mónica, Diana y Blanca son tres mujeres que atravesaron por duras enfermedades

**M** Andrés Múnera  
mandres@gmail.com

Mónica, Diana y Blanca son tres heroínas. Tres mujeres que simbolizan la esperanza y la convicción de que hay instituciones y personas en el sistema de salud colombiano que se preocupan por el bienestar de quienes más lo necesitan.

Ellas se sumaron a los cientos de casos de éxito reportados por Comfama en el 2012, una organización que mejoró las condiciones de vida de miles de antioqueños y que les aportó a los ya buenos indicadores de salud pública del departamento.

Mónica, por ejemplo, fue una de esas madres que decidió darle todo por la criatura que tenía en su vientre. Ella, tras descubrir que estaba embarazada y asistir a los controles, se enteró de que portaba el VIH - Sida. Sin embargo, su actitud trascendió la pena y decidió, tras recomendación médica, traer al mundo a un niño sano, algo perfectamente posible con el tratamiento adecuado.

Hace dos meses recibió la gran noticia de que su bebé estaba sano, y con eso se sumó al positivo indicador de la EPS de Régimen Subsidiado, de cero casos de transmisión vertical de Sida. Él, a pesar de tener una madre portadora del virus, al igual que todos los niños tratados que presentaban el mismo riesgo, nació sano.

“Salvaron sus vidas gracias a su tenacidad y a una institución que trabaja por el ser humano.”

Estos no son los únicos datos positivos. En el 2012, Comfama logró disminuir las muertes de recién nacidos en el Régimen Subsidiado de Salud de 3,89 a 3,81 por ciento por cada mil nacidos vivos, y la tasa de muerte materna pasó de 0,77 en el 2011 a 0,24 por ciento para el 2012. De estos indicadores positivos también hacen parte Diana y Blanca, dos



Diana y Blanca le dijeron “sí” a vivir, al seguir al pie de la letra las recomendaciones. Foto: Luis Sanín.



Mónica, madre soltera de 35 años, tiene un bebé de 4 meses de edad, y su enfermedad no ha sido un obstáculo para su vida. Foto: Luis Sanín.

valientes mujeres que padecieron cáncer de cérvix y que hoy pueden decir que están curadas. En sus casos dos situaciones salvaron sus vidas: la dedicación al tratamiento y la oportuna intervención médica.

Los más jóvenes también se beneficiaron: en el 2012, se redujeron las cifras de embarazo en adolescentes, que pasaron de un 31 a un 27

por ciento; y los niños con bajo peso al nacer, pasaron del 9,91 en el 2011 a 9,72 por ciento al 2012.

Como estos indicadores y como lo ocurrido con estas tres mujeres milagros, en sus propias palabras son muchos los ejemplos que deja el 2012, un año de esfuerzos, de gente dedicada y de héroes que hoy, en silencio, siguen dando vida ●

# Con todos y para el bien de todos

Así reza la fórmula del amor triunfante que le proponía a su pueblo, el humanista José Martí

**María Inés Restrepo de Arango**  
Directora Comfama

Esto sucede el 26 de noviembre de 1892; y Recorro a ella no solo por que pasados 122 años aún es vigente, sino porque refleja el espíritu de lo que hoy nos une a los gobiernos local, regional y nacional en la búsqueda de la salida a la crisis sistémica de la salud en Colombia.

Con todos y para el bien de todos es el triunfo de la inteligencia colectiva sobre la individual, y es el triunfo del bien general sobre el bien particular, Indudablemente.



José Martí

## De mala humanidad no se pueden hacer buenas instituciones

Con todos y para el bien de todos resume la fórmula que puede sostener los niveles de aseguramiento logrados, cumplir con la universalización de la cobertura y permitir el acceso a la

salud como un derecho constitucional del conjunto de la población.

Con todos y para el bien de todos da cuenta del compromiso de la dirección empresarial al apostarle a la solución de los problemas de nuestra sociedad y es, además, el instrumento que le permite a la sociedad privada tener una agenda de equidad.

Con todos y para el bien de todos refleja la dimensión moral de la dirección empresarial al apostarle a la solución de los problemas de nuestra sociedad y es, además, el instrumento que le permite a la sociedad privada tener una agenda de equidad.

Con todos y para el bien de todos sintetiza el ideal que como valor tiene al ejecutar acciones que mejoran las condiciones de vida, porque estas al mismo tiempo consecuencia de una vida sana. Por eso, vale la pena volver a José Martí y escuchar otra de sus lecciones: "De mala humanidad no se pueden hacer buenas instituciones" ●

### Periódico el informador

Una publicación de Comfama  
Teléfono 5105195  
A.A 51458 de Medellín  
elinformador@comfama.com.co

www.comfama.com

#### Consejo Directivo

##### Presidente:

Carlos Posada Uribe

##### Vicepresidente Primero:

Juan Carlos Ospina G.

##### Vicepresidente Segundo:

Rubén Darío Gómez H.

##### Principales:

Jorge Ignacio Acevedo

Juan Carlos Beltrán

Juan David Vieira F.

José Vicente Cáliz G.

Guillermo Romero A.

Hernán Ceballos M.

Suplentes:  
Luz Marina Velásquez V.

Marino Montoya H.

Juan Rafael Arango P.

Álvaro Jairo Hincapié V.

Henry Vélez O.

Liliana María Vélez G.

Luis Fernando Cadavid M.

Octavio Amaya G.

Jaime Albeiro Martínez M.

#### Directora:

María Inés Restrepo de A.

#### Redacción:

Unidad de Comunicaciones Comfama

#### Editoras:

Natalia Mesa J, Diana Lucía Botero.

#### Fotografías:

Unidad de Comunicaciones Comfama,

El Colombiano, Fotoeditores, www.Shutterstock.com,

raulobon.com, Confiar

Corrección de textos: Comunicación

#### Foto portada:

Silleta 3 Comfama Parque Arví.

#### Diseño, pre prensa e impresión:

El Colombiano

Circulación: 300 000 ejemplares.

Vigilado Superintendencia del Subsidio Familiar



# Los servicios están en la red

### Realizamos una gran inversión en nuestros servicios de internet

Como si estuviera en una sede, de manera fácil, práctica y dinámica, acceda a los servicios de Comfama, las 24 horas del día, desde su computador, tableta o smartphone. Para ingresar desde este último, digite m.comfama.com.

Encuentre más de 50 servicios en línea que, sumados a los minisitios especializados, a los boletines electrónicos y a las carteleras virtuales, le permiten obtener soluciones y respuestas, además de optimizar su tiempo al no tener que desplazarse.

Ingrese a la página web y matricúlese o postúlese al subsidio, expida su certificado de afiliación, solicite su cita médica, consulte saldos y extractos de crédito, ingrese al catálogo de bibliotecas y de reserva de libros, reporte las novedades de los trabajadores afiliados, entre muchas opciones más.

Entérese de los programas y de los beneficios en los portales Personas, Empresas y Nuestra organización y así poder adquirir toda nuestra plataforma de beneficios para el usuario ●



# FotoNoticia

**Emersón Lopez**  
emerlo@elinformador.com.co

La Sociedad Antioqueña de Ingenieros y Arquitectos –SAI—la que nombró a María Inés Restrepo de Arango, Directora de Comfama, como su socia honoraria. Este reconocimiento lo compartió con los ingenieros Augusto López Valencia y José Jairo Correa, con el arquitecto Alberto Díaz (en la foto) y con el Rector de la Universidad Pontificia Bolivariana Luis Fernando Rodríguez. Los homenajeados también recibieron la medalla al mérito Juan de la Cruz Posada, condecoración

que otorga la SAI a las personas o entidades que se destacan por los servicios a la profesión, a Antioquia o a Colombia.

En el evento, Álvaro Villegas Moreno, presidente del gremio, afirmó: "María Inés, usted es un ejemplo para las mujeres y los hombres de este país. Ha trabajado por el crecimiento de los antioqueños y ha tomado las riendas de esa gran empresa de carácter social que es Comfama, que les brinda tantos servicios a nuestros empleados. Para nosotros es un honor designarla como socia honoraria. Le pedimos que continúe con su labor incansable" ●



María Inés Restrepo con su premio honorario. Foto Ivan Álvarez

# AHORRO lo que sueño



"Ahorrar no es guardar lo que a uno le sobra, sino lo que uno desea: Ahorro lo que sueño"

**Oswaldo León Gómez Castaño**  
elinformador@comfama.com.co

El ahorro es una práctica habitual y permanente en la que se reserva algo del gasto ordinario o se aplaza una satisfacción inmediata para la posterior realización de un sueño. Cuando ahorramos estamos ejerciendo nuestra propia autonomía, a partir de una práctica que más allá de la satisfacción que nos otorga, permite asumir con responsabilidad nuestras decisiones, moderar los gastos, definir prioridades, tomar distancia frente al consumismo, controlar el endeudamiento excesivo y disfrutar de opciones, a las que seguramente no podríamos acceder de otra manera.



## El ahorro debe permear otras esferas sociales, como el ahorro de los recursos naturales.

No basta con tener sueños, es necesario concretar cómo los vamos a cumplir. Por eso es fundamental fomentar la cultura del ahorro entre los niños y jóvenes como un hábito cotidiano y una disciplina de vida, que nos facilite ahorrar desde nuestras posibilidades y construir un mejor futuro. Esta práctica lleva implícita una reflexión acerca del sentido del dinero; el consumo responsable y el beneficio real de la inversión, que trasciende la inmediatez individualista y los implacables ofrecimientos del mercado que conducen al consumismo de objetos innecesarios.

El ahorro nos lleva a obtener una satisfacción de mayor alcance a partir de la interacción consigo mismo, con otros y con la comunidad; es una búsqueda del bien común desde el ejercicio de la autonomía y la ciudadanía, el cuidado de los recursos y la autogestión. No se trata solo de acumular individualmente, su objetivo es la organización de las pequeñas economías con miras a que las personas tengan acceso a la recreación, el descanso y las oportunidades de bienestar que ofrece el medio.

El ahorro como cultura es una actitud diferente frente al modelo económico preponderante, reflejada en las formas de pensar, actuar y ser en sociedad; es un hábito que se vuelve una postura de vida, una acción concreta basada en el aprendizaje de la moderación en el gasto, la prudencia y la templanza frente al consumismo; en la laboriosidad, el trabajo en equipo y las relaciones solidarias y en la previsión frente a las situaciones inesperadas.

Pero el ahorro, y más cuando se promueve entre niños y jóvenes, debe permear otras esferas sociales, como el ahorro del agua, la energía y los recursos naturales, incluso de las agresiones y los malos tratos, restricciones que en el inmediato y largo plazo posibilitarán el disfrute de un mejor medio ambiente y de lazos de amistad más fuertes. Por el contrario, es necesario derrochar otras cosas como el afecto, el amor, las caricias, los abrazos, el sentir cerca al otro y sentirnos parte de una misma comunidad ●



### Envíenos sus mensajes a elinformador@comfama.com.co

#### El lector pregunta

Estoy interesado en conocer horarios e información adicional que me puedan facilitar acerca del Club de conversación en inglés. Los felicito por esta innovación".

**Victor O. Hincapié G.**  
PICSAS Ingenieros civiles

#### el informador responde

Este curso corto tiene una duración de dos horas, se ofrece para un grupo máximo de 20 personas y su principal objetivo es practicar y ejercitar la habilidad comunicativa en inglés, por medio de la conversación dirigida. En cada sesión se abordan temas de interés general, en los cuales se incluyen tips lingüísticos, ejercicios didácticos y se concluye con una evaluación. En la sede Comfama Los Molinos, el Club se reúne los domingos a las 12:00 m. Como la venta se da por boleta, es decir, solo se paga la sesión a la que se asiste, las primeras 20 personas que lleguen son las que acceden al curso. No obstante, si la demanda lo exige, se abrirán nuevos horarios.

Tuve la oportunidad de conocer Arví, un sitio paradisíaco en el que se pierde la noción del tiempo. Disfruté de una oferta académica inesperada para quienes como yo, desde la provincia, llevábamos tanto tiempo soñando con la posibilidad de conocer, dialogar, compartir y disfrutar de las historias y geniales irreverencias de tres íconos de la caricatura: Vlado, Mico y Betto. Valió la pena esta invitación. Creo que los compañeros periodistas de Urabá que también tuvieron el privilegio de asistir coincidirán conmigo en que como seres humanos y como periodistas estamos en deuda con Comfama. Dios les pague".

**Vicente Córdoba**  
Radio Litoral

Lo mejor que he leído en el informador es ¿Qué pasaría si desapareciera el teatro?, el artículo de Cristóbal Peláez que se publicó en marzo".

**Nartyjuleth Vásquez**

"Expreso mis más sinceros agradecimientos a Comfama por brindarme la oportunidad de disfrutar de una celebración del Día del periodista totalmente diferente.

"Excelente que Comfama piense en beneficiar a todos los sectores de la ciudad y, además, con una estructura tan bonita como la de la nueva sede en Ciudad del Río. ¡Felicitaciones!".

**Noralba Lenis Agudelo**

# 23 de abril. Día del idioma castellano



Espejito, espejito, ¿quién es la más Linda?

Siguiente Pregunta

# María José, una bailarina disfrazada de princesa

La práctica del ballet permite familiarizar el cuerpo con la danza, mejorar la confianza y el dominio corporal

**Carolina Estrada Mesa**

elinformador@comfama.com.co

Con mucho cuidado y puliendo cada detalle, Erika Pulgarín ajusta con firmeza la cinta rosada que cubre la moña de María José. Con la trusa, la falda y las zapatillas puestas, madre e hija, afanadas, se dirigen a su cita con la danza, en la que la música, la creatividad, la imaginación y los rituales hacen que esta pequeña se sienta como una verdadera princesa.

La ropa es un implemento que se debe ajustar a las necesidades para hacer que la danza sea un éxito.



**Moño:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

**Leotardo:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

**Tutu:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

**Mallas:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

**Ribbon:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

**Zapatillas:** Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Son las cuatro de la tarde. El ritual que señala el inicio de la clase está a punto de comenzar. Allí, María José Rivera, de tan solo seis años, se despiende de su mamá y saluda con elegancia a su instructora.

Luego de los ejercicios de estiramiento y frente al espejo, se mueve al ritmo de las rondas infantiles que se adaptan a los pasos de ballet y, junto con sus compañeritas, imita formas como la serpiente, el globo, el libro, los pies contentos, los pies tristes y muchas figuras más.

única y vive en un ambiente de adultos. Empezó a tener algunas dificultades en la guardería porque era muy tímida y la profesora nos sugirió que buscáramos alternativas para que compartiera con otros niños”.

Fue entonces cuando el portafolio de Comfama Los Molinos se convirtió en la opción ideal, pues viven cerca y las características del curso de ballet cumplen con todas sus expectativas. “Hoy, María José es una niña más desenvuelta que no siente pena”, afirma con orgullo esta mamá, quien está feliz con el progreso de su hija.

Ahora que está en su primer año de colegio y realiza el segundo nivel de ballet, es una niña despierta que acude con entusiasmo a las sesiones de baile. Sin duda, lo que más disfruta es el ritual de vestirse para cada clase y parecerse, aunque sea solo por un momento, a las princesas de los cuentos de hadas que ve en la televisión ●

**9 de abril es la fecha límite para matricularse en los diferentes programas de Comfama.**

Esta pequeña encontró en la danza la posibilidad de expresar sus cualidades artísticas. Además, le permitió soltarse, así lo afirma Erika: “Mi hija es

## Posiciones Básicas



## Matricúlese sin salir de casa

Hágalo desde cualquier computador con acceso a internet. Programas de inglés, manualidades, cocina, música, informática y más, para todas las edades y gustos. Siga estos pasos:

1. Ingrese a [www.comfama.com](http://www.comfama.com) y, en Servicios en línea, seleccione Tienda de matrículas.
2. Escoja Cursos trimestrales o Cursos rápidos, de acuerdo con su interés.

3. Busque el programa por palabra clave.

4. Dé clic en Matricularse e ingrese su tipo y número de documento. Si no encuentra cupo en el horario deseado, regístrese en la lista de espera con su número de teléfono y correo electrónico.

5. Pague en línea con sus tarjetas de crédito o débito, o en la sede más cercana.

6. Imprima su constancia de matrícula.