

LaSuperContigo

Personaje de la Semana

Luz Estela Valdez

Una bonaverense en la SuperSubsidio

- ¡La moda construye paz en Colombia!
- ¿Necesitamos más mujeres en el mundo de la tecnología?

■ SENTIDO DE PERTENENCIA	
¡PROMOCIONEMOS NUESTRA CASA!.....	3
■ NUESTRAS ACTIVIDADES	8
■ DESDE LAS CAJAS	
CONOZCA EL CENTRO DE PERMANENCIA PARA EL ADULTO MAYOR DE COMPENSAR EN FUSAGASUGÁ.....	14
SUPERSUBSIDIO LIDERA FORMALIZACIÓN LABORAL DE 144 TRABAJADORES DE COMFIAR ARAUCA	20
■ BIENESTAR LABORAL	
RECHACEMOS LA VIOLENCIA DE GÉNERO	23
■ PAZ Y DERECHOS HUMANOS	
¡LA MODA CONSTRUYE PAZ EN COLOMBIA!.....	29
■ PERSONAJE DE LA SEMANA	
LUZ ESTELA VALDEZ, UNA BONAVERENSE EN LA SUPERSUBSIDIO	33
■ SABÍAS QUE...	
YA ESTÁN DISPONIBLES LOS TALLERES “CONOCIENDO A LA CULTURA SORDA” Y “LENGUAJE DE SEÑAS”	40
■ TECNOLOGÍA	
¿NECESITAMOS MÁS MUJERES EN EL MUNDO DE LA TECNOLOGÍA?.....	43
■ AGENDA CULTURAL	
EN MARZO, LA MÚSICA SE TOMA BOGOTÁ.....	48
■ LITERATURA	
“VIOLETA”, UN RELATO ÉPICO SURAMERICANO.....	53
■ EN LA SUPER TE LEEMOS	
UN MENSAJE DE DESPEDIDA	56
■ CINE	
LA CUOTA FEMENINA EN LOS PREMIOS OSCAR 2023	60
■ DEPORTES	
MUJERES EN EL DEPORTE: AQUELLAS QUE ESTÁN CAMBIANDO EL MUNDO.....	65



¡PROMOCIONEMOS NUESTRA CASA!

Por: Bibiana Bello

Las redes sociales se han convertido en una forma eficaz de descubrir cosas nuevas, ya sea una opinión, un consejo, un poco de humor o un emprendimiento. Sin embargo, ¿qué tanto las usamos para promocionar nuestro propio trabajo?

La tecnología y la era del internet nos trajeron una dinámica distinta de interactuar con el mundo. Ahora, desde comprar productos de uso diario, que llegan a la puerta de nuestra casa, hasta encontrar pareja ahora se puede hacer desde las pantallas de nuestros celulares y computadores.

Con el auge de las redes sociales poco o nada volvimos a saber de las empresas que destinaban millones de pesos en campañas para dar a conocer sus productos, las cuales han sido opacadas por pequeñas marcas que se vuelven tendencia gracias a sus seguidores. Hoy en día somos más empáticos con quienes se muestran más cercanos y naturales que con la espectacularidad del marketing más tradicional.

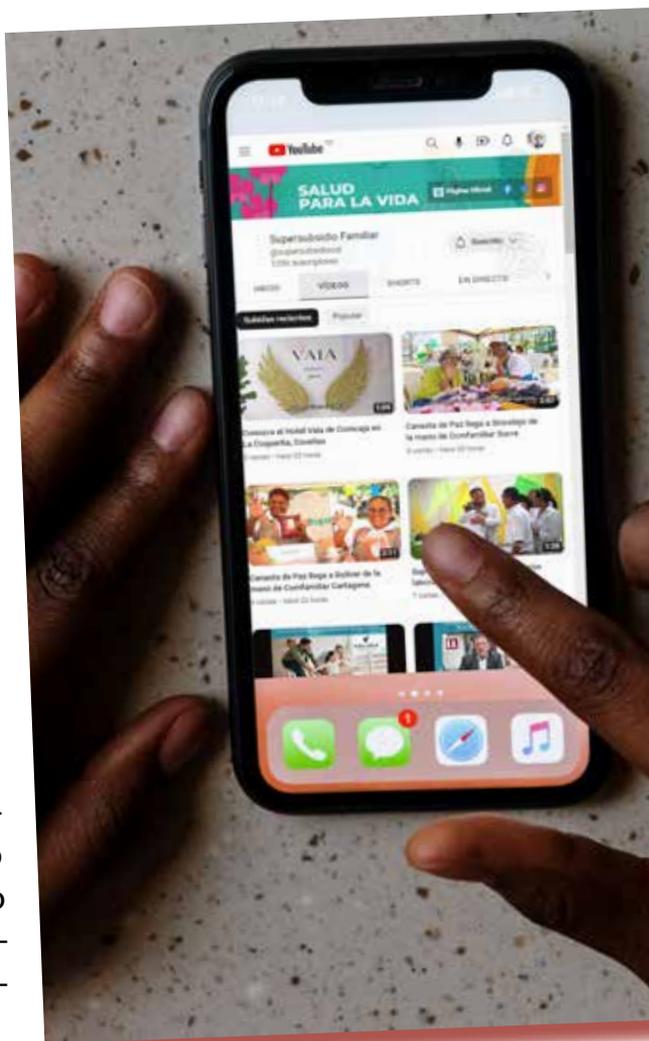


Según el último reporte de Hootsuite, se estima que, de los cerca de 50 millones de colombianos, 2.9 millones de personas tienen una cuenta en Facebook, mientras que en Instagram se registran unas 10.7 millones de cuentas activas, siendo Colombia el cuarto país en Latinoamérica con mayor número de usuarios en esta red social.

De acuerdo con el informe **Digital 2022** de la firma Data Reportal, con base en los datos del Global Web Index se encontró que los colombianos pasamos alrededor de tres horas y 46 minutos al día en redes sociales. **¿Cuánto de ese tiempo lo invertimos en dar a conocer lo que hacemos, cómo lo hacemos y lo que hemos logrado?**

A un solo clic

Si bien es cierto, no todos estamos abiertos a mostrar nuestra vida cotidiana en redes y mucho menos nuestro entorno laboral, a veces compartir una publicación puede ser el impulso que necesita una idea para encontrar el eco, el voto de confianza para que un negocio comience a recibir clientes o la ayuda que una causa necesita para conectar con personas afines.





Ese principio de compartir, comunicar y colaborar hace que las redes sociales funcionen. ¿Por qué no usarlas para dar a conocer **a la super**, nuestra casa? ¿Por qué no mostrar lo orgullosos que estamos de pertenecer a esta entidad que vela por el bienestar de los trabajadores? ¿Por qué no guiar a los interesados a que acudan a nosotros cuando más lo necesiten?

Estamos seguros que si te preguntamos a quiénes sigues, quizás mencionarás a celebridades de la talla de Shakira, Lionel Messi y Cristiano Ronaldo, o personajes emblemáticos como el inigualable Mr. Bean, personajes con millones de seguidores en sus perfiles de redes sociales.

Si hoy hicieras el ejercicio de preguntarle a tus amigos, familiares o vecinos, si conocen lo que hace la Superintendencia del Subsidio Familiar, tenemos la certeza que fruncirían el ceño y te contestarían que no tienen ni la mínima idea (y no te culpamos). La misionalidad de la Superintendencia del Subsidio Familiar y de la mayoría de las entidades estatales parece dispendiosa y ajena al ciudadano, porque supone grandes esfuerzos y palabras complejas a la hora de explicar la cantidad de tareas que tiene una entidad como la nuestra, la cual supervisa, inspecciona, controla y vigila a las 43 Cajas de Compensación Familiar.

Por esta razón, hemos concentrado nuestros esfuerzos para que, en las redes sociales de la SuperSubsidio: Facebook, Instagram, Twitter y Youtube, sea más fácil encontrar y compartir toda la información acerca de lo que hacemos en la SuperSubsidio.

Con un solo clic pueden seguirnos e interactuar con la **Superintendencia del Subsidio Familiar**, replicar nuestros mensajes, que seguro llegarán a millones de colombianos, además de ofrecer contenidos desarrollados por un equipo profesional que hace su trabajo convencido de que el cambio es posible.

La invitación del equipo de comunicaciones es simple, si promocionas tu casa la gente sabrá a qué nos dedicamos y será más fácil llegar a esos rincones remotos donde muchas veces solo el internet puede llegar.





NUESTRAS ACTIVIDADES

Por: Iván Rodríguez Plata





3 - Feb. El superintendente del Subsidio Familiar, Luis Guillermo Pérez, se reunió con los trabajadores de Comfaguajira tras la intervención a esa Caja de Compensación Familiar, para dar parte de tranquilidad laboral. Asimismo, hubo reunión con empresarios y autoridades locales para promover el turismo de la región.

7 - Feb. Para promover la formalización laboral en las Cajas de Compensación Familiar, el Doctor Pérez Casas participó en la II Conferencia Nacional de Trabajo, promovida por las centrales obreras y el Ministerio del Trabajo. En dicho encuentro se resaltó la gestión que desarrolla Pérez Casas en la SuperSubsidio.



10 - Feb. Con baile y alegría, fueron inaugurados dos nuevos bloques en la sede educativa de Comfamiliar Cartagena para 1.400 estudiantes del departamento de Bolívar. La celebración contó por primera vez con la presencia de un Superintendente del Subsidio Familiar.

10 - Feb. La SuperSubsidio acompañó el proceso de formalización laboral de 18 trabajadores de Comfamiliar Cartagena, que pasaron a ser contratados de forma indefinida, luego de prestar sus servicios a esa Caja de Compensación Familiar por más de 25 años.



11 - Feb. Canasta de Paz, la iniciativa de la SuperSubsidio, fue presentada en las sedes recreativas de Comfamiliar Cartagena con mujeres emprendedoras, campesinos, población en condición de discapacidad y víctimas de la violencia.



15 - Feb. Promoviendo el empleo decente y con dignidad, la SuperSubsidio llegó a Arauca donde 144 trabajadores de la Caja de Compensación Familiar Comfiar Arauca pasaron a ser contratados a termino indefinido para contribuir con el proyecto: 'Colombia, potencia mundial de la vida'.

19 - Feb. La iniciativa **Canasta de Paz**, liderada por la SuperSubsidio, llegó al departamento de Caldas de la mano de la Caja de Compensación Familiar ComfaCaldas. Allí, los emprendimientos liderados por las mujeres, los campesinos, las comunidades indígenas y las víctimas de la violencia, brillaron con más fuerza en las sedes recreativas de dicha caja.



20 - Feb. Para impulsar las relaciones comerciales con las mujeres emprendedoras, la pesca artesanal y las economías solidarias, el superintendente Luis Guillermo Pérez fue invitado por la vicepresidenta Francia Márquez y la ministra de Trabajo, Gloria Inés Ramírez, al encuentro "Economías para la Vida" de la Organización Mundial del Comercio.

24 - Feb. Contribuyendo a la materialización del Acuerdo de Paz, a través de la generación de nuevas oportunidades económicas, la iniciativa **Canasta de Paz** llegó a Sucre gracias a la Caja de Compensación Familiar Comfasucre, donde campesinos, indígenas y reincorporados venden sus productos en los centros vacacionales de esa caja. Además, fueron formalizados laboralmente 21 de los 73 docentes de la Institución Educativa Comfasucre con contratos a término indefinido.



26 - Feb. Con el fin de promover los derechos de los afiliados a las cajas de compensación familiar, el turismo y la economía regional, el superintendente Luis Guillermo Pérez visitó el Hotel Vaia de Comcaja en Coveñas, Sucre. Está ubicado frente al mar y tiene una capacidad para albergar a 180 personas y generar bienestar social.

27 - Feb. Las 10 superintendencias del país firmaron un **Pacto por la Transparencia** con el que se busca que cada proyecto presentado por el Gobierno Nacional sea estudiado por parte de estas.



28 – Feb. El superintendente Luis Guillermo Pérez Casas se reunió con sectores productivos de la región Caribe para fortalecer el turismo, el reciclaje y la pesca artesanal, en articulación con las Cajas de Compensación Familiar, las entidades gubernamentales y el sector privado.



7 - Mar. Se celebró la 34° entrega del **Premio Cafam a la Mujer**. Este año, el superintendente del Subsidio Familiar, hizo parte del evento que reconoce a las mujeres que trabajan por el cambio social en Colombia. En esta ocasión, la ganadora fue María Paula Ávila y la Fundación Prema, por su trabajo en la rehabilitación de niños, niñas y adolescentes hospitalizados, principalmente, víctimas del conflicto armado.





Trabajamos con **amor social**



CONOZCA EL CENTRO DE PERMANENCIA PARA EL ADULTO MAYOR DE COMPENSAR EN FUSAGASUGÁ

Por: Iván Rodríguez Plata

¿Sabías que en las Cajas de Compensación Familiar también hay espacios dedicados a los adultos mayores? ¡Así es!, espacios de bienestar exclusivos donde podrán vivir una experiencia maravillosa y llena de actividades fascinantes.

Uno de estos espacios está ubicado en la vereda Bosachoque, en la vía que conduce de Silvania a **Fusagasugá**, en el departamento de **Cundinamarca**, a dos horas de Bogotá.

Allí se promueve el desarrollo, mantenimiento y fortalecimiento de las condiciones físicas, mentales y sociales de cada visitante y su familia, en un **entorno natural y tranquilo** que le permita disfrutar de **un envejecimiento activo, saludable y feliz.**



Este centro cuenta con una variedad de espacios como: zona social, zona de reuniones, gimnasio, oratorio, piscina, sala de juegos, restaurante, sala de reuniones, salas de capacitación, cancha múltiple, jardín de ajedrez, entre otros.

En este hermoso lugar se trabajan cuatro componentes principales para el bienestar del adulto mayor como lo son: **el físico, el mental y cognitivo, el social y de participación y el ocupacional.**

Con estos componentes se busca promocionar las actividades sociales y de entretenimiento como la lectura, la música, la danza, la relajación, la socialización y el cine.



Se estimula la actividad física gracias a que cuenta con gimnasio dirigido, actividades al aire libre, terapias ocupacionales y físicas, relajación, meditación y actividades en el agua.

Es importante resaltar **la estimulación cognitiva y el aprendizaje**, a través de los conversatorios y conferencias, las experiencias sensoriales, la estimulación cognitiva, los talleres de gimnasia mental y las actividades agrícolas.

Lo anterior está ligado a los componentes ocupacionales que tienen que ver con **el desarrollo y aprendizaje de talentos y la vida productiva**, ya que nunca es tarde para desarrollar los conocimientos de los afiliados ni para aprender nuevas actividades saludables.

¿Qué programas para el adulto mayor maneja Compensar?

El Centro de Permanencia para el Adulto Mayor de Fusagasugá cuenta con cuatro programas para sus visitantes, con el fin de armonizar los servicios residenciales y de actividades para disfrutar durante su estadía.



Centro de permanencia o de vivienda: cuenta con habitaciones, alimentación, lavandería, programación de actividades, atención especializada, médico asistencial 24/7, aseo, seguimiento sicosocial, plan de alimentación completa y plan de actividades especializadas en pro del bienestar y gustos de cada persona.

Centro día: cuenta con transporte, atención integral, actividades dirigidas, alimentación, acompañamiento en equipo, seguimiento sicosocial e implementación del **Plan de Atención y Vida**, en el cual se podrá asistir de 3 a 5 días a la semana de 9:00 a.m. a 4:00 p.m.

Pasadía para el adulto mayor: incluye transporte, alimentación, actividades recreativas y ocupacionales y acompañamiento de equipo especializado.

Pasadía con alojamiento para el adulto mayor: en esta opción se podrá disfrutar de alimentación, actividades recreativas y ocupacionales entre semana, alojamiento individual o doble.



Recuerda que quienes pueden disfrutar de estos beneficios deben ser personas mayores de 60 años y contar con afiliación a un Plan de Beneficios de Salud (**no necesariamente Compensar EPS**). También, deben contar con una red de apoyo por parte de un familiar y/o acudiente.



Si quieres conocer más sobre el Centro de Permanencia para el Adulto Mayor de Compensar en Fusagasugá, **puedes hacer un recorrido virtual en 360 grados, escaneando el siguiente código QR desde su celular o ver el siguiente video.**

Visita en 360°:

Video:



SuperSubsidio lidera formalización laboral de 144 trabajadores de Comfiar Arauca



En cumplimiento con el mandato del gobierno del presidente Gustavo Petro, **de crear trabajo decente y con dignidad**, el superintendente del Subsidio Familiar, Luis Guillermo Pérez Casas, hizo realidad el sueño laboral de muchos trabajadores de la Caja de Compensación Familiar Comfiar en Arauca. Un compromiso que **las 43 Cajas de Compensación Familiar también se unieron** el pasado 9 de diciembre de 2022 y que ahora empieza a dar sus frutos.



Se trata de **144 trabajadores de Comfiar Arauca que pasaron a tener un contrato a término indefinido**, tras prestar sus servicios durante varios años en la Caja de Compensación Familiar de la población araucana.

“Junto a Comfiar Arauca seguimos promoviendo lo designado por el Gobierno Nacional de garantizar el trabajo decente, hoy son 144 trabajadores que contarán con un contrato a término indefinido”, dijo el superintendente Luis Guillermo Pérez Casas, al entregarle personalmente dichos contratos a los trabajadores de esa caja.



Pérez Casas también resaltó la labor de Comfiar Arauca por “tomar la delantera” al garantizar la estabilidad laboral de sus empleados.

“Este es un día histórico para el sistema del Subsidio Familiar en Colombia y para el personal de Comfiar Arauca”, puntualizó el señor Superintendente en su visita a ese departamento.

RECHACEMOS LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Por: Javier Murcia



En la Superintendencia del Subsidio Familiar estamos en contra de cualquier tipo de violencia contra mujeres, niñas y adolescentes. Por eso, en este mes queremos dedicar este espacio para la prevención de la misma.



Si bien en nuestra entidad prima el trato cordial, el compañerismo y el trabajo en equipo, ninguno de nosotros es ajeno a evidenciar situaciones donde nuestras compañeras de trabajo, parejas sentimentales o familiares puedan experimentar algún tipo de agresión, que ponga en riesgo su integridad física y emocional, ya sea al interior de su sitio de trabajo o estudio, como en la calle o en sus propios hogares.

Según el Instituto Colombiano de Medicina Legal, entre enero y octubre de 2022, 827 mujeres fueron asesinadas y 58.117 sufrieron violencia intrafamiliar o fueron abusadas sexualmente en nuestro país, sin mencionar que en lo que va corrido de 2023 ya se han reportado 25 feminicidios. Por eso, desde nuestro papel activo como ciudadanos, es nuestro deber actuar desde la prevención para que estos índices sean cada vez más bajos.

De acuerdo con la **ley 1257 de 2008**, la violencia contra la mujer se entiende como cualquier acción u omisión que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer. Aprendamos a identificar los diferentes tipos de violencia.

Psicológica o ‘violencia invisible’:

Se define como la acción u omisión que degrada o controla las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas. La intimidación, la manipulación, la humillación, el aislamiento y la amenaza directa o indirecta son conductas que perjudican la salud psicológica, la autodeterminación y el desarrollo personal.



Física:

Es cualquier manifestación de fuerza que atente contra la integridad y bienestar físico y emocional de las mujeres, niñas y adolescentes.



Sexual:

Son aquellos actos abusivos que obliguen a mantener contacto sexualizado, físico o verbal (incluso con terceros) mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal.



Económica o patrimonial:

Hace referencia a la pérdida, transformación, sustracción, destrucción o retención de objetos, instrumentos o herramientas de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o recursos económicos destinados a satisfacer las necesidades de la mujer.



Acuda a las rutas de atención



Línea púrpura distrital: 018000112137

Ofrece orientación y acompañamiento telefónico gratuito. Ayuda a mejorar la salud física y psicológica de las mujeres y atiende e identifica cada caso, así como situaciones de inequidad y barreras de acceso a la justicia.



Línea de orientación a mujeres víctimas de la violencia: #155

Puede acudir a esta línea en caso de abuso o agresión, también, encontrará información sobre los organismos y entidades a los cuales se puede recurrir a nivel nacional.



Casa de Igualdad de Oportunidades para Mujeres

Las Casas de Igualdad de Oportunidades para Mujeres (CIOM), de la Secretaría de la Mujer, son espacios de encuentro entre mujeres para el conocimiento de sus derechos y el desarrollo de procesos orientados al empoderamiento social y político. Allí puede encontrar atención psicológica y orientación legal.



Línea calma: 018000423614

Esta línea de acompañamiento psicoeducativa está dirigida a los hombres mayores de 18 en Bogotá, que quieran tener un espacio para ser escuchados y recibir orientación profesional ante una situación violenta o extrema que represente un peligro para quienes lo rodean.

La violencia también se puede medir

El violentómetro es una herramienta que permite estar capacitado/a para identificar y atender cualquier tipo de práctica que afecte la integridad de las mujeres. Se divide en tres escalas o niveles de diferentes colores y, a cada uno, se le asigna una situación de alerta. En internet hay algunos más completos que otros, pero todos buscan concienciar a la población sobre aquellas conductas que pueden constituir un riesgo.



Violentómetro

La violencia aumentará ¡Actúa! Tu vida está en riesgo

- Descalifica tus opiniones

- Te intimida

- Quiere controlar tu apariencia física

- Controla tu círculo social

- Te agrede física, psicológica y verbalmente

- Dispone de tu dinero y bienes

- No te permite el uso de métodos anticonceptivos

- Te obliga a tener relaciones sexuales

- Te amenaza de muerte

- Te aísla de tus seres queridos

Para más información, pueden visitar el sitio web de la Secretaría de la Mujer: <http://www.sdmujer.gov.co>

¡LA MODA CONSTRUYE PAZ EN COLOMBIA!

Por: Bibiana Bello



De ser un emprendimiento en el que participaban cuatro excombatientes, 'Manifiesta' pasó a convertirse en una empresa que hoy cuenta con más de catorce trabajadores y en 2023 espera seguir creciendo.

Muchos en la capital del país nos preguntamos cómo ayudar para que quienes depusieron las armas encuentren un modelo de vida sostenible que les permita quedarse con sus familias y a la vez trabajar en la construcción de la paz de Colombia, una nación que busca una segunda oportunidad.

La buena noticia es que tras la firma del Acuerdo de Paz en 2016 entre miembros de las extintas Farc y el Estado colombiano, estudiantes, empresarios, académicos, movimientos sociales y la sociedad civil en general extendieron su mano y acompañaron las iniciativas para la consolidación de diferentes proyectos que, pasados seis años de la firma, se mantienen a flote.



Así nació **Manifiesta**, un emprendimiento impulsado por mujeres jóvenes, estudiantes de diferentes universidades de Colombia. Con el ánimo de apoyar la reincorporación de exguerrilleros de las Farc y de exigir la implementación del acuerdo de paz, estas mujeres se la ingeniaron para demostrar que los excombatientes están cumpliendo su parte del acuerdo y con sus productos generar mensajes que ayuden a la reconciliación.

Una de sus fundadoras, la politóloga de la Universidad Nacional Ángela María Herrera, asegura que el proyecto que le brinda sustento a varias familias se vio afectado por la Covid 19, pero que el motor para no desistir fue el anhelo profundo que más familias pudieran reencontrarse y que la moda en Colombia fuera entendida como una apuesta política, con sentido social y reparador.

El camino de la paz

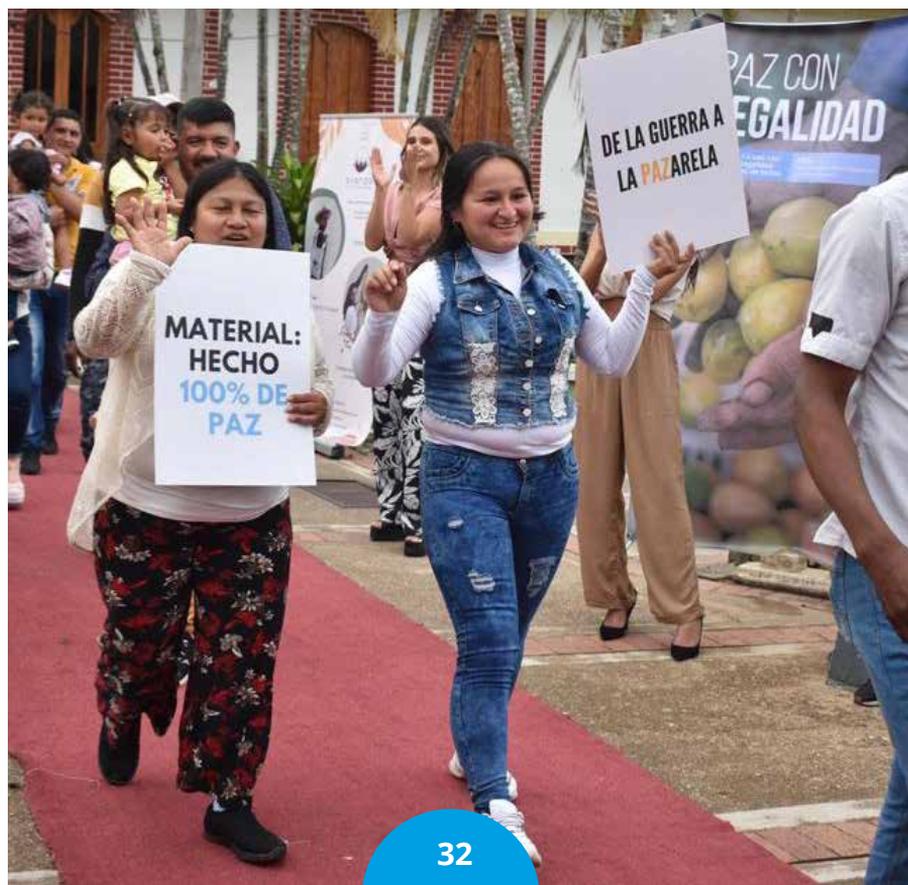
En 2019, **Manifiesta** realizó su primer desfile, confeccionado y modelado totalmente por excombatientes y un año más tarde el emprendimiento fue el encargado de realizar el vestuario oficial de las candidatas a señorita Bogotá. En 2021 participaron en las ferias Colombiatex y Colombiamoda, mientras que, en otros proyectos, vincularon a las víctimas del conflicto armado, por ejemplo: mujeres que perdieron a sus hijos en la guerra. El objetivo lograr crear lazos y diálogos para el entendimiento y el perdón entre exguerrilleros y campesinos.



El emprendimiento de diseño textil abrió sus puertas en Bogotá en la Carrera 13#36-37, allí pueden adquirir las prendas que confeccionan, que van desde camisetas hasta vestidos y trajes.

Manifiesta, al igual que los mercados campesinos 'Canasta de Paz', iniciativa de la Superintendencia del Subsidio Familiar, busca fomentar la reincorporación de exguerrilleros de las Farc, esfuerzo que cuenta con la articulación entre las cajas de compensación y las organizaciones de campesinos, mujeres y excombatientes para la comercialización de productos de la región en las sedes recreacionales con mayor afluencia de visitantes, permitiéndole a los productores vender a precios justos, porque la paz es un deber y un derecho de los colombianos.

Los pedidos se pueden realizar a través del número de WhatsApp: 321 520 2225, donde encontrarán el catálogo completo con las últimas colecciones.



Luz Estela Valdez

Una bonaverense en la SuperSubsidio

Por: Bibiana Bello



“La violencia acabó con la vida de mi hermano”, así se refiere Luz Estela Valdez Vargas a la difícil situación de seguridad que vive su territorio, Buenaventura. Esta es la historia de una de tantas mujeres que cada día luchan por un futuro mejor a pesar de la violencia y la discriminación.

Luz Estela Valdez Vargas mide 1,70, una estatura que no es el promedio de las mujeres en Colombia, tal vez por eso a primera vista no revela que solo tiene 23 años de edad. Ella trabaja en el área de servicios generales de la Superintendencia del Subsidio Familiar. Hace siete años salió de su natal Buenaventura en busca de mejores oportunidades y un futuro digno para su familia.

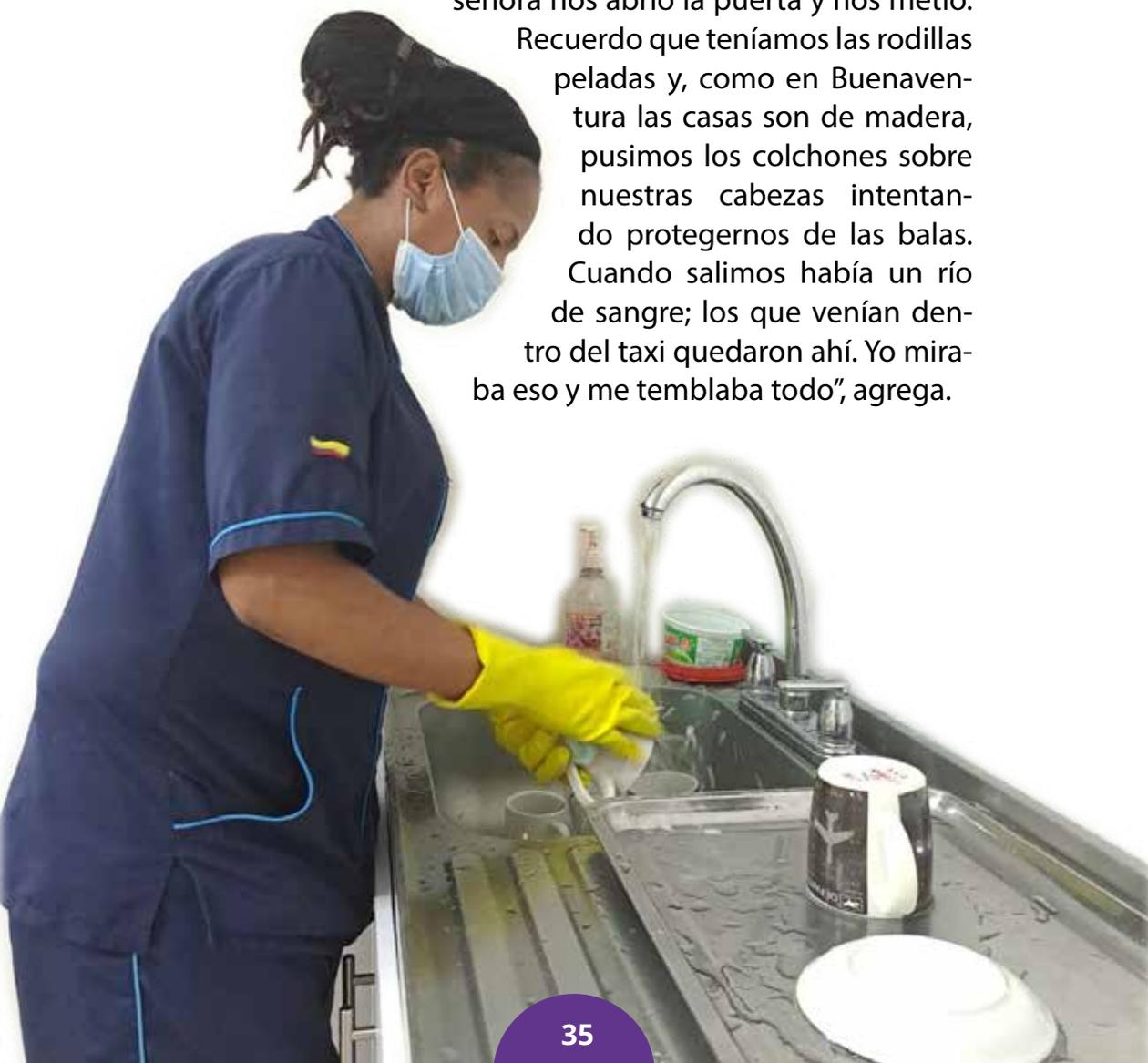
Luz Estela es una de las hijas menores de los Valdez Vargas, una familia grande del pacífico colombiano compuesta por ocho hijos, seis mujeres y dos hombres en total. Con ellos creció en el barrio Las Palmas, donde terminó el bachillerato, sin embargo, allí no pudo encontrar más posibilidades para seguir estudiando, así que intentó quedarse en el Valle, empezando a ver en el deporte una oportunidad que podría llevarla lejos.

Practicaba taekwondo en Tuluá, pero como si el destino se encargara de anteponerse a sus anhelos, una vez más tuvo que desistir porque la escuela donde entrenaba cerró por falta de recursos. Si bien sabía de puños y patadas, su primer cara a cara con la violencia fratricida que ha vivido Colombia lo experimentó cuando era una niña de catorce años. De hecho, sus recuerdos de ese día están intactos.

“Mi mamá me mandó a la tienda que quedaba a unas cuadras de la casa. Debía comprar unas vísceras, recuerdo clarito lo que viví. Eran como las 12 del mediodía, los niños ya salían de estudiar. Yo estaba en compañía de una vecina de mi edad cuando vimos que venía un taxi y una moto. No sé de dónde, pero en menos de unos segundos estábamos en medio del fuego cruzado”, nos cuenta.

“No sabíamos a dónde ir. Sonaban los disparos y con las piernas temblando corrimos, nos caíamos y nos levantábamos. Entonces corrimos a una guardería donde una señora nos abrió la puerta y nos metió.

Recuerdo que teníamos las rodillas peladas y, como en Buenaventura las casas son de madera, pusimos los colchones sobre nuestras cabezas intentando protegernos de las balas. Cuando salimos había un río de sangre; los que venían dentro del taxi quedaron ahí. Yo miraba eso y me temblaba todo”, agrega.



Pasaron los meses y ella seguía igual de temerosa, ya no quería salir a jugar, además de tener pesadillas. Entonces, su mamá decidió mandarla a vivir con su padre en el barrio Bellavista, pero al tiempo regresó y empezó a ver que muchos más morían a diario.

Luz Estela rememora las historias que de pequeña le contaba doña Yonarda (su madre) y don Francisco (su padre) sobre cómo sus abuelos indígenas habían sido desplazados forzosamente.

Pese al temor de dejar su tierra, Estela llegó a Bogotá en 2016, acompañada de un par de maletas en su espalda, quinientos mil pesos en monedas que había ahorrado durante un año en una alcancía, que le sirvieron para pagar su primer mes de arriendo y el coraje que caracteriza a las mujeres bonaverenses.

Por ese entonces inició la travesía de buscar trabajo y vivienda que, señala, no fue fácil. “La discriminación es terrible, lo miran a uno como un bicho raro. La gente lo ve y lo primero que hace es cuidar la maleta”, afirma.

Después de tres años logró estabilizarse en la zona suroriental de la localidad de Santa Fe, en el barrio Los Laches. Trabajaba de mesera en un restaurante y por ese entonces conoció al padre de sus dos hijas, del que pronto se separó porque, en sus palabras, era un hombre machista que no quería que ella trabajara.



Vivir para contarlo

En 2021, cuando la pandemia de la COVID 19 golpeaba a Colombia, Luz Estela no pudo escaparse del virus. Estando en su séptimo mes de embarazo fue a dar al Hospital San Rafael y de la UCI casi no regresa; enfrentó una preeclampsia y estuvo dos meses luchando por su vida.

“Los médicos llamaban a mi mamá en Buenaventura para decirle que yo estaba muy grave, tuve tres paros respiratorios y tuvieron que entubarme, mientras que a mi bebé le dio taquicardia. Yo le pedía al médico que, si tenía que decidir entre las dos, que salvara a mi bebé, porque también tenía derecho a vivir. Me hicieron una cesárea para salvarla. Mis pulmones estaban muy mal, entonces me daban la vuelta, pero había el riesgo de que la herida se contaminara. Estuve un mes en estado de coma”.

Cuando desperté los médicos llamaban a mi hija **‘milagrito’**, porque se aferró a la vida para esperarme. Tuve que comer con sonda y aprender a caminar de nuevo. Una mujer que había ingresado al tiempo conmigo y que estaba en la habitación quince no despertó».

Estela dice que vio la luz del túnel del que, asegura, la trajo de vuelta el amor por sus dos hijas.

Una vida de resiliencia

El conflicto armado, que no dio tregua especialmente en las regiones más apartadas del país, tocó a la puerta de los Valdez Vargas en septiembre del 2022. Estela recibió una llamada en la que su madre preocupada le decía que Miguel no había regresado.



El hermano menor de Estela hacía rifas y vendía zapatillas para ganarse la vida. “Mi mamá me llamó a las 6 p.m., yo estaba aquí, en la Superintendencia, cuando me dijo que Miguel no aparecía. Yo le dije que estuviera tranquila, que quizás estaba con la novia”.

Miguel estuvo una semana desaparecido, pero a los días encontraron su cuerpo amarrado, tirado en el río de la vereda Citronela, del municipio de Buenaventura. “A mi papá le dijimos que él se había ahogado porque cuando se enteró de la muerte de Miguel le dio un infarto, pero el cuerpo de Miguel tenía signos de violencia; lo habían arrastrado y le habían dado golpes en su cabeza. La violencia acabó con la vida de mi hermano”, nos dice.

“En Buenaventura pasaron meses que de Las Palmas no podíamos pasar a otro barrio, te identificaban por colores y si te pasabas a otro barrio te podían matar, los grupos armados le hacen la oferta a los jóvenes pero la verdad es que allá te metes o te matan, no hay otra opción”, agrega.

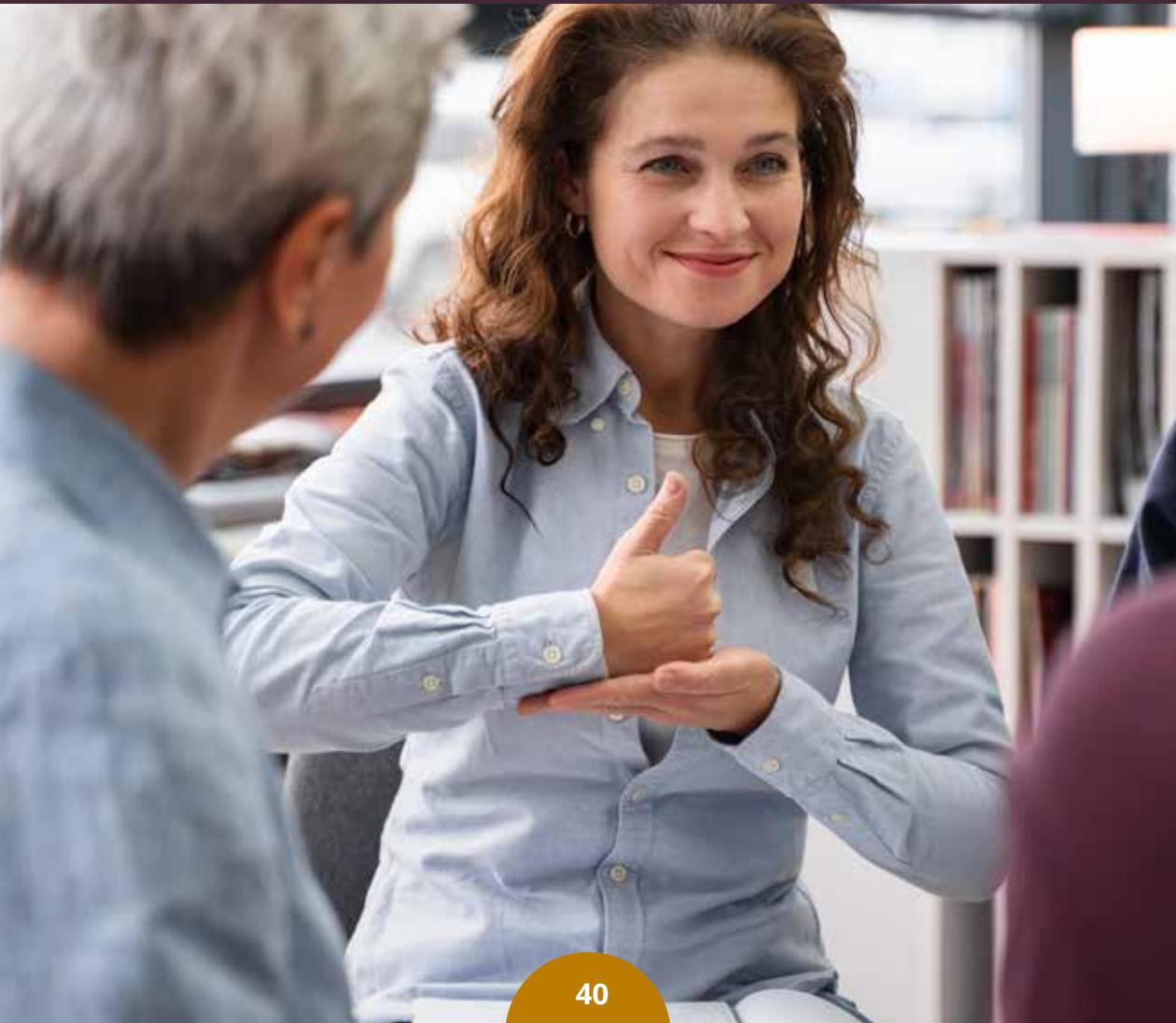
Hoy, en medio del duelo que vive por la partida de su hermano y las secuelas del COVID, les pide a sus hijas que sean niñas fuertes y que nunca pierdan la cultura bonavense: “Yo les digo todos los días a mis niñas, ‘ustedes tienen que querer su piel, ustedes son negras’, porque cuando ellas entren al colegio yo sé lo que van a enfrentar. Esta es una sociedad que discrimina”.

Del pacífico sigue extrañando despertarse con el canto de los gallos, la brisa pura, el bocachico, los atardeceres y la música de su tierra, pero afirma que toca vivir cada día como si fuera el último. Ahora, su sueño es poder conseguir su casa propia.

“Yo quiero llegar a la vejez a un lugar de donde no me estén sacando porque no pagué el arriendo. En los servicios generales de la Superintendencia del Subsidio Familiar somos once mujeres y cada seis meses tenemos la zozobra de que no nos firmen un contrato. No sé aún cómo es que hacemos para pagar el arriendo, los servicios, el transporte y la comida. Antes hacemos milagros para que un mínimo alcance”, concluye.

YA ESTÁN DISPONIBLES LOS TALLERES "CONOCIENDO A LA CULTURA SORDA" Y "LENGUAJE DE SEÑAS"

Por: Iván Rodríguez Plata



Desde la Superintendencia del Subsidio Familiar se promueven las nuevas herramientas de comunicación asertiva que respondan a las necesidades comunicativas de la población sorda.

Por ello, desde la entidad se fomenta el aprendizaje y la sensibilización de todos los funcionarios y/o contratistas, sobre la cultura sorda y el lenguaje de señas a través, de prácticos talleres virtuales que se pueden desarrollar en cualquier momento y desde cualquier dispositivo tecnológico con acceso a internet.

Ingresando a <https://www.aldesarrollo.gov.co/supersubsidio/> usted podrá encontrar los cursos “Conociendo a la cultura sorda” y “Habilidades Comunicativas LSC”. Espacios interactivos de aprendizaje que contarán con el apoyo de profesores expertos como la docente María Fernanda Marín Vásquez.





Estos talleres cuentan con atractivos módulos de aprendizaje que les permitirán a los interesados aprender o reforzar sus conocimientos sobre la comunidad sorda.

"Desde la Superintendencia del Subsidio Familiar trabajaremos por el bienestar de todos los afiliados a las Cajas de Compensación Familiar, especialmente por las comunidades indígenas, étnicas o con algún tipo de discapacidad", afirmó Luis Guillermo Pérez Casas, Superintendente del Subsidio Familiar, en uno de sus encuentros con los funcionarios de la entidad.

¿Quiénes pueden realizar el taller?

Todo funcionario o contratista de la Superintendencia del Subsidio Familiar, que desee ampliar sus conocimientos sobre la cultura sorda.

¿Tienen algún costo?

No, el taller no tiene ningún valor y puede realizarse de manera virtual incluso desde cualquier dispositivo móvil.

¿Cómo se accede al curso?

Lo puede hacer a través del siguiente enlace: <https://www.aldesarrollo.gov.co/super-subsidio/> o escaneando desde su celular el siguiente código QR.



¡SuperSubsidio contigo, con todos!

¿NECESITAMOS MÁS MUJERES EN EL MUNDO DE LA TECNOLOGÍA?

Por: Javier Murcia

Sin duda, el sector tecnológico es uno de los de mayor demanda en el mercado laboral y aun así existe una brecha de género en esta industria, ya que la presencia de mujeres en la misma sigue siendo desproporcionadamente baja. ¿A qué se debe esto? ¿Cómo podemos fomentar una participación más activa?

Cuando pensamos en referentes del mundo de la tecnología, vienen a nuestra mente figuras como Steve Jobs o Mark Zuckerberg. Sin embargo, también hay que destacar a personajes como **Evelyn Berezin**, pionera en los procesadores de texto como Word Office o **Margaret Hamilton**, Directora de la División de Ingeniería de Software del Laboratorio de Instrumentación del MIT, donde su equipo desarrolló el software de navegación para el programa espacial, *Apollo*. Mujeres que con su trabajo cambiaron el mundo, abriéndose paso en una industria dominada por hombres.

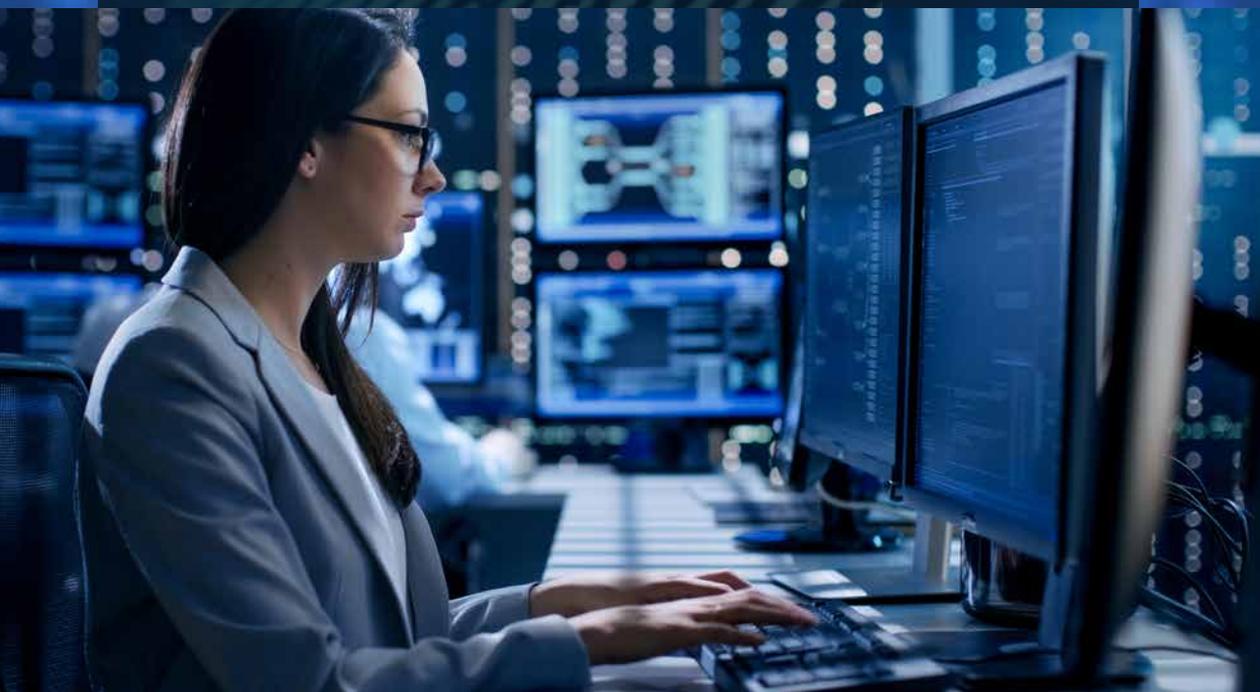
Hoy en día la tecnología influye en todos los aspectos de nuestra vida, desde la forma en que trabajamos hasta cómo nos comunicamos y nos relacionamos con los demás. La presencia de mujeres en su desarrollo es esencial para garantizar la diversidad de pensamiento en la misma, ya que sus experiencias y perspectivas son diferentes con respecto a las de los hombres, por lo que su inclusión puede mejorar la calidad y la adaptabilidad de los productos finales.



Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (**Unesco**), solo 3 de cada 10 mujeres en el mundo estudian carreras STEM (el acrónimo de los términos en inglés de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas), mientras que el porcentaje de las mismas ocupando puestos y cargos asociados a estas carreras es de un 17%, de acuerdo con el último informe de Michael Page IT, Digital & eCommerce, sobre la industria tech.

Para María Noel Vaeza, Directora Regional de ONU Mujeres para las Américas y el Caribe, los factores que conducen a los resultados desiguales para hombres y mujeres en STEM son complejos y variados, por consiguiente, algunos pueden ser más influyentes en una etapa de la vida que otros. Esta brecha puede comenzar desde edades muy tempranas en las escuelas y el hogar, principalmente por desconocimiento de dichas carreras, el sistema educativo y los estereotipos de género.

De acuerdo con el estudio "Women in tech: The best bet to solve Europe's talent" de McKinsey Digital, hay dos razones principales para estos abandonos. La primera es que las niñas de secundaria obtienen significativamente menos apoyo de maestros, padres y compañeros que los niños para seguir una carrera en ciencias y tecnología, a pesar de ir un poco más arriba que los hombres en ciencias o matemáticas. En segundo lugar,



algunas investigaciones sugieren que a las niñas se les dice que no son buenas en dichas áreas, a menudo de forma sutil pero reforzada a través de ciertos comportamientos, por ejemplo, cuando los maestros les dan más participación a los niños que a las niñas en sus clases.

Dicho estudio señala una caída porcentual en el número de niñas que ingresan a disciplinas STEM cuando van a la universidad, volviéndose aún más dramática (31 puntos porcentuales) cuando se analizan a las mujeres jóvenes que cursan disciplinas de TIC (TIC es un subsegmento de STEM que se enfoca en ciencias de la información, ciencias de la computación y tecnología) mostrando una disminución pequeña pero constante, lo que es desalentador ya que se está alcanzando la paridad de género en la industria.

Si se incrementa el número de mujeres profesionales en estas disciplinas, se pueden romper los estereotipos de género y demostrar que este es un campo de estudio y desarrollo accesible para todas las personas. Technology by PageGroup recomienda a las distintas empresas de la industria tecnológica trabajar de la mano con los sistemas educativos, para desarrollar programas de formación enfocados en la demanda del mercado actual, resaltando cómo la tecnología puede ser una fuente de crecimiento profesional para las mujeres, lo que ayudará a hacer crecer la cartera de talentos tecnológicos que se necesitan en la región.

Además, la presencia de mujeres en la industria tech ayuda a abordar problemas específicos que las afectan en mayor





medida que a los hombres. Un claro ejemplo son los problemas de seguridad y privacidad en línea o atención al usuario, ya que, con una mayor participación de mujeres en el desarrollo de software, se puede garantizar que estos problemas sean abordados adecuadamente.

Esto implica que no solo se deben crear puestos de trabajo en áreas diferentes a las de marketing, comunicaciones o relaciones públicas para mujeres dentro de las empresas, también hay que fomentar el apoyo educativo, ofrecer vacantes y sueldos más atractivos y programas de entrenamiento y mentoría con enfoque de género, liderazgo femenino, diversidad e inclusión.

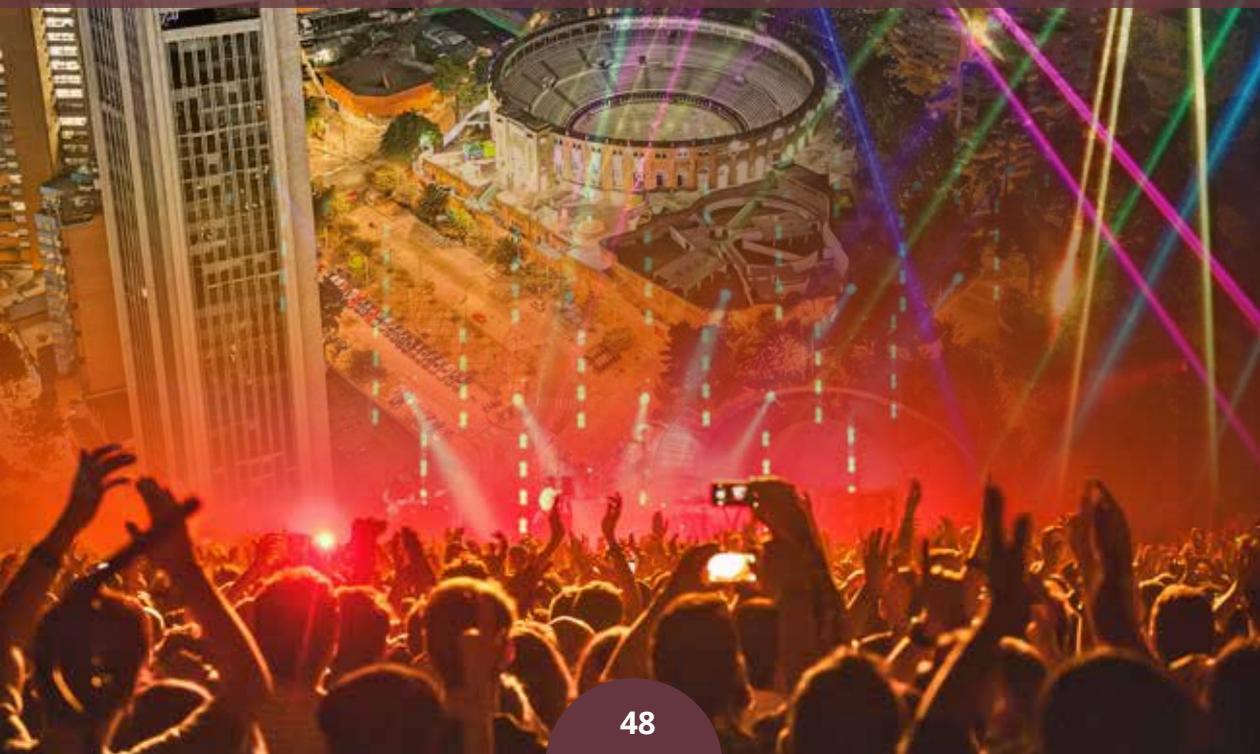
Por último, su inclusión en el sector también tiene beneficios económicos y empresariales. De acuerdo al último informe de McKinsey & Company, la inclusión de mujeres en el lugar de trabajo puede aumentar la rentabilidad y la productividad de las empresas. Además, la diversidad en la fuerza laboral aumenta la innovación y la creatividad, lo que lleva a la creación de productos y servicios más efectivos y rentables.

Es importante trabajar juntos para hacer partícipes a más personas en el desarrollo de la tecnología, porque no se puede hablar de una revolución en este campo sin incluir la mirada femenina, para que esta sea realmente transformadora.

EN MARZO, LA MÚSICA SE TOMA BOGOTÁ

Por: Sebastián Velásquez

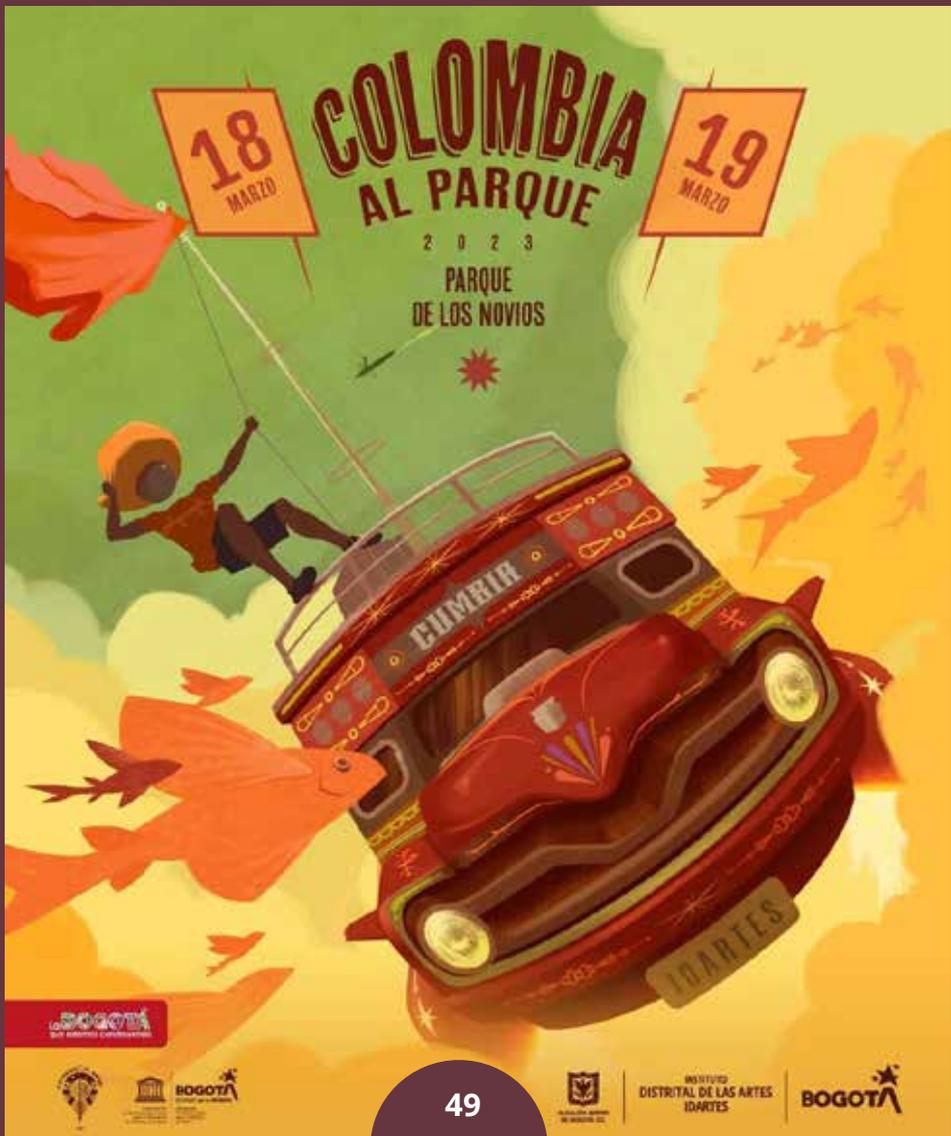
En nuestro número anterior trajimos una agenda cultural que incluía conocimiento, humor y lugares emblemáticos de nuestra ciudad. Sin embargo, para este número tenemos dos actividades de carácter musical. El primero de ellos, está lleno de música tradicional colombiana, mientras que el otro está conectado con las melodías de artistas internacionales.



Todo un país en un festival

Para marzo tenemos el **Festival Colombia al Parque**, una iniciativa de la Alcaldía Mayor de Bogotá que tiene como finalidad invitar a los visitantes a navegar por la música colombiana y diversas manifestaciones culturales a través de la danza y la gastronomía.

Para este festival nos visitarán importantes artistas de diferentes regiones de Colombia como Cali, Barranquilla, Bucaramanga, Pasto y Santa Marta. Además, ocho agrupaciones en Bogotá presentarán sus actos de folclor, ritmos latinos y diversas fusiones de música



tradicional con metal, rock y hip-hop, entre otros. Entre los invitados se encuentran los grupos distritales **Cacao Munch**, **Los Carrangomelos**, **Sonoras Mil** y **Ensamble Arsis**. Este último, presentará su innovadora propuesta de folclor instrumental alternativo.

Desde Pasto, Nariño, llega **El Maravilloso Sexteto de Caracha**, una mezcla de fiestas tradicionales y tendencias urbanas, sumándose a los actos nacionales de **Systema Solar** de Santa Marta; **De Mari y Río**, de Cali y el cantautor barranquillero **Anibal Velásquez**, entre otros.



Por otra parte, la agenda académica de **Colombia al Parque** estará enfocada en temas como el liderazgo de las mujeres a través de las músicas tradicionales, la transformación de los géneros folclóricos y populares y las diferentes manifestaciones culturales que han dejado huella en la sociedad.

Algo muy importante para destacar, es que este festival llegará a distintas localidades de Bogotá a través de los escenarios móviles del **IDAR- TES**. Allí se recogerán las costumbres y tradiciones de Colombia y América Latina, con la puesta en escena de colectivos musicales, performances y artistas de cada una de las localidades de nuestra ciudad.

Por más de 20 años, este festival se ha consolidado como el espacio de encuentro de culturas jóvenes y ancestrales, acogiendo cantantes y representantes de la música colombiana que siguen preservando nuestras costumbres. Por eso, desde La Super Contigo, los invitamos a que asistan a estos espacios y se llenen de la buena energía que nos brindan nuestras músicas tradicionales.

Los nuevos clásicos se toman el planetario

Ahora bien, quizás no sean tan cercanos a la música tradicional colombiana, pero no se preocupen, ¡desde la revista pensamos en ustedes! Por eso les traemos un plan que podrán disfrutar en compañía de su grupo de amigos.

Les contamos que el Planetario de Bogotá abrió fechas para que los capitalinos disfrutemos de la música del mundo con proyecciones láser, programadas para todo el mes de marzo.

Las proyecciones se harán con artistas de la talla de **Michael Jackson**, el indiscutible rey del pop y autor de la icónica *Thriller*, quien dará paso al duo francés **Daft Punk** que, en casi 30 años de carrera, detrás de sus reconocidas máscaras de robots, logró 13 nominaciones a los Premios Grammy, obteniendo siete estatuillas. Además de ser los creadores de la canción *One more time*, todo un hit de los 2000.



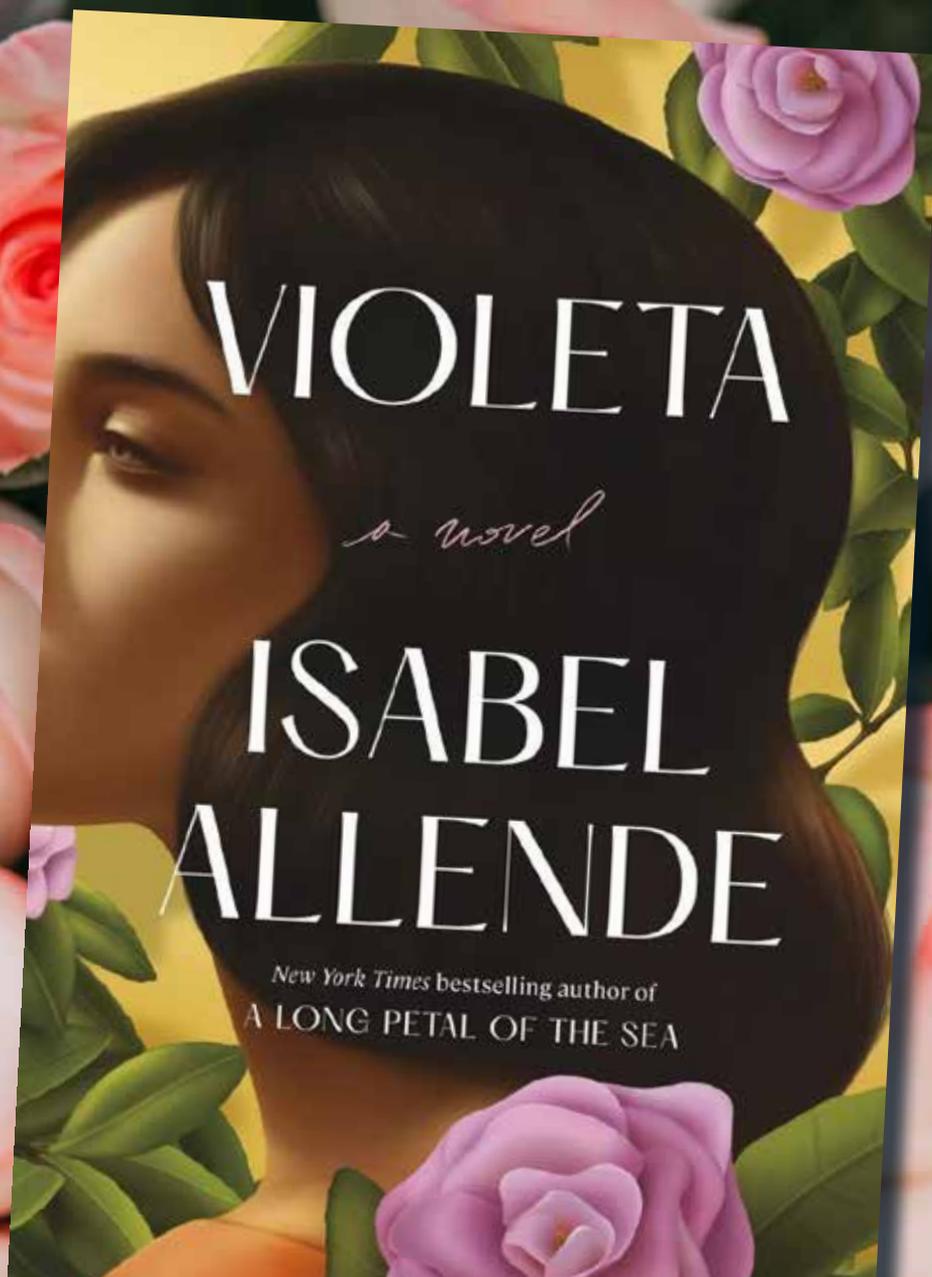
Por otro lado, para los amantes del rock, tendremos a **Queen**, una banda con tantos temas buenos, que elegir uno en especial siempre resulta difícil. La banda creada a principios de los años 70 dejó un legado que no para de crecer gracias a la inconfundible voz de su líder, Freddy Mercury. Se puede decir que es uno de los grupos más ambiciosos en la historia del rock.



Y finalmente, la música de la banda inglesa **Colplay** nos deleitará con clásicos como su éxito "Yellow", de su álbum debut *Parachutes*, del 2000, un trabajo que los convirtió en referente de la música pop de nuestros días.

Estos artistas hacen parte de un selecto grupo de shows que pueden ver en el Planetario con entradas por un costo aproximado de \$12.000 para adultos, \$10.400 para estudiantes, mientras que para adultos mayores y personas en situación de discapacidad estará en \$6.000.

Si desean ver estos shows, les recordamos que las proyecciones láser contienen luces intermitentes y brillos fuertes que pueden causar molestias a las personas con sensibilidad a la luz o con otras condiciones preexistentes.



“VIOLETA”, UN RELATO ÉPICO SURAMERICANO

Por: Iván Rodríguez Plata

La más reciente novela de la escritora chilena Isabel Allende, conquista al continente con su título **Violeta**, el más vendido según el diario New York Times.

Este libro cuenta un siglo de historia, marcado por **dos pandemias** (que generaron el colapso económico de la región), los desastres naturales y los horrores de las dictaduras.

Su narración, que ya hace parte de sus más de 50 millones de lectores en el mundo, cautiva a la audiencia con las secuelas de la Primera Guerra Mundial hasta la actualidad en la voz en primera persona de **'Violeta del Valle'**, quien cuenta la historia de su vida en un país suramericano sin nombre a través de una extensa carta a su nieto, 'Camilo'.

En este relato, nuestra protagonista describe con detalles muy precisos y personales cómo vivió la pandemia de la gripe española como la única mujer de una familia compuesta por cinco hermanos y cómo por la crisis, producto de la guerra, su familia lo perdió todo y se vio obligada a renunciar a su comunidad, dejar su vieja mansión y radicarse en una zona humilde al sur de su país.

Asimismo, **'Violeta' comparte su experiencia vivida por cuenta de la dictadura de la década de 1970 en América del sur**, en la que miles de personas sufrieron las consecuencias del conflicto armado y, como resultado de esto, los asesinatos, las torturas y los secuestros, a través de la **Operación Cóndor**, respaldada por Estados Unidos y los gobiernos militares de la derecha del Cono Sur.

Por si fuera poco, también **narra cómo su hijo tuvo que exiliarse**, primero en Argentina y luego en Noruega, tras su inclusión en la lista negra de la dictadura, pero su historia da un giro inesperado luego de sospechar que el padre de su hijo está involucrado en la represión a través de su trabajo como piloto de aviación.

Finalmente, introduce al lector a vivir su propia experiencia en un matrimonio breve y poco satisfactorio, que la llevó a buscar un nuevo rumbo. Pese a todos los obstáculos que enfrentó con el paso de los años, encontró la felicidad con un diplomático y naturalista jubilado, en retribución a todo lo sufrido

Sobre Isabel Allende Llona



Nació el 2 de agosto de 1942 en Lima, Perú, pero se nacionalizó en Chile. Es la escritora más popular y galardonada de ese país.

Es hija de Tomás Allende, quien fue embajador de Chile en Perú y sobrina del expresidente chileno **Salvador Allende**.

Sus textos se han traducido a más de 27 idiomas y ya confirmó un segundo volumen de nuestra recomendación de hoy.



UN MENSAJE DE **DESPEDIDA**

Por: Jenny Mahecha Gutiérrez

Nuestra compañera Jenny Mahecha Gutiérrez se despide de nosotros para gozar de un merecido descanso después de tantos años dedicados a la entidad. No es un adiós, sencillamente es un hasta luego ya que ha dejado una huella imborrable en quienes hemos compartido con ella.

Por eso, es un honor para **La Super Contigo**, compartirles estas sentidas palabras de su autoría para recordarnos que el trabajo más valioso es el que se hace desde el amor, el servicio y la gratitud.

Desde nuestra redacción queremos agradecerle por los años de servicio y desearle éxitos en esta nueva etapa de su vida.

Apreciados y estimados compañeros de la SuperSubsidio:

Hoy finalizo una etapa de mi vida laboral e inicio mi etapa de jubilación, lo cual ha generado en mí una mezcla de sentimientos, uno de esos es la nostalgia por todos los recuerdos y agradecimientos, por todo el tiempo que he laborado en esta gran entidad.

Son 37 años de pertenecer a esta familia y haber hecho grandes amistades. Caigo en cuenta que no es poco tiempo (como muchas veces lo siento) cuando miro atrás y me doy cuenta de todo el camino que he recorrido. Hoy tengo dos hijos adultos, profesionales, y he construido una vida que me enorgullece por las metas alcanzadas y en gran parte le atribuyo estos logros al acompañamiento y el apoyo que he recibido de la SuperSubsidio.

Agradezco a Dios por la oportunidad de pertenecer a esta Superintendencia, de haberla puesto en mi camino

laboral; de conocer y tratar de primera mano a tantas personas como Superintendentes, Secretarios Generales, jefes de las diferentes áreas y demás compañeros en la entidad, así como a otras pertenecientes al Sistema del Subsidio Familiar, que me han honrado con su trato y amistad a lo largo de todos estos años.

Lo más bonito de esta Superintendencia ha sido la solidaridad manifestada, en mi caso particular, cuando las circunstancias de la vida me han golpeado en situaciones dolorosas y tristes, pero también en aquellas en las que las satisfacciones, logros personales, laborales y familiares me han llenado el corazón de fe, gozo y gratitud.

Me voy con la satisfacción del deber cumplido de la mejor manera. Me llevo lo mejor de cada una de las amistades, tanto de las adquiridas como de las que ya no están, unas porque están en otros campos profesionales,



otras porque también están gozando de su pensión de jubilación; otras porque han partido de este plano, pero siempre serán recordadas. A las amistades que actualmente se encuentran vinculadas a la entidad les deseo éxitos en la gestión prestada, con el fin de su crecimiento personal y profesional y, por supuesto, el de engrandecer la misión de la Superintendencia del Subsidio Familiar.

Un afectuoso abrazo a todos y cada uno de los servidores públicos y contratistas, los llevo en el corazón y de mi parte espero haberles dejado una huella por siempre en los suyos.

Que el Señor bendiga a cada uno de ustedes y a sus familias. ¡Mil gracias por tanto!

Jenny Mahecha Gutiérrez

LA CUOTA FEMENINA EN LOS **PREMIOS OSCAR** **2023**

Por: Javier Murcia



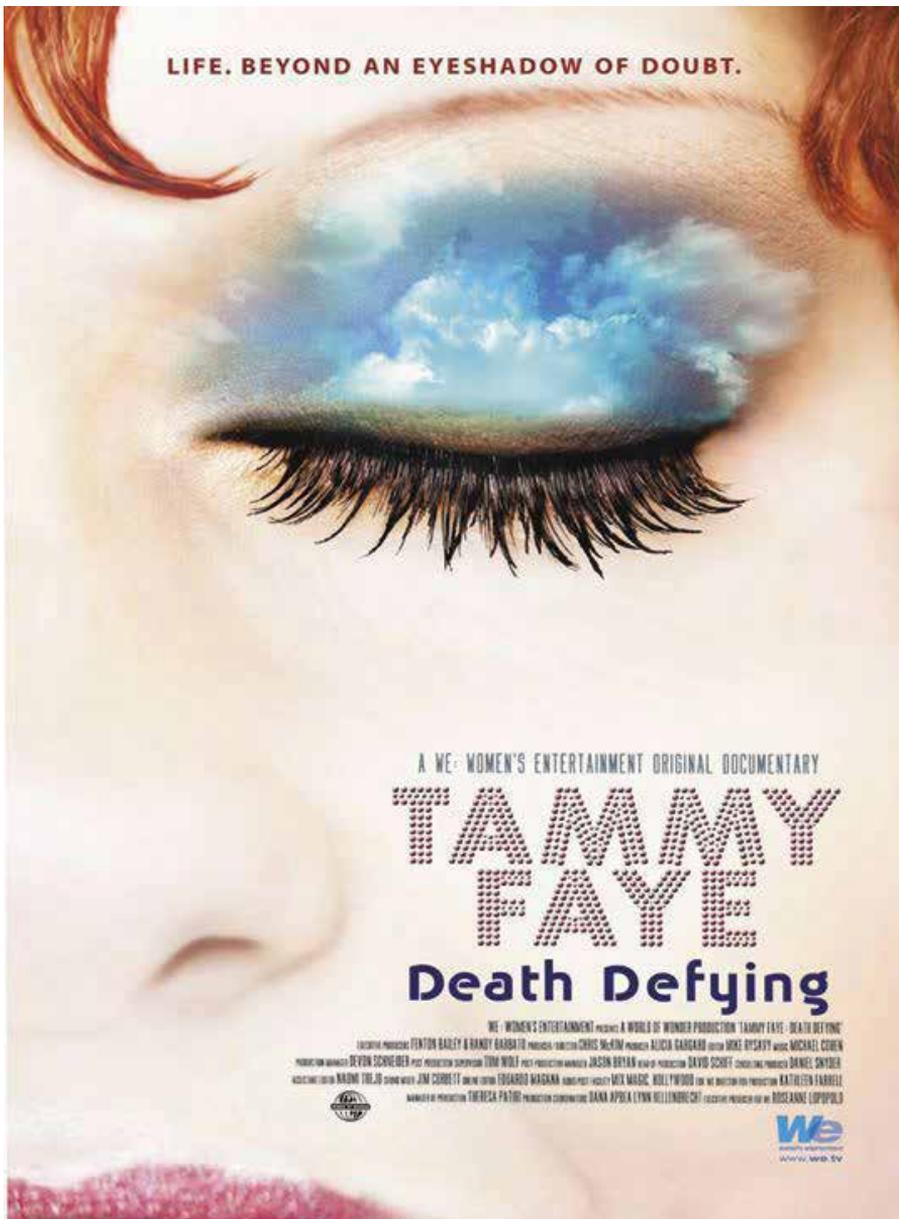
El próximo 12 de marzo se llevará a cabo la 95.ª edición de los Premios Oscar y en esta ocasión encontramos grandes nombres de mujeres que están haciendo un parteaguas en la historia del cine, lo que se refleja en la lista de nominados, donde las mujeres están muy bien representadas en todas las categorías.

Este año, la lista de nominados a los Premios de la Academia de 2023 demuestra el talento y la diversidad de las mujeres en la industria del cine. Desde actrices que interpretan personajes icónicos hasta directoras que están liderando la carga en la realización de películas, estas mujeres están demostrando que pueden ser tan talentosas y exitosas como los hombres.

En la categoría de **Mejor Actriz**, encontramos a varias mujeres talentosas y diversas. Destacan nombres como Nicole Kidman, quien interpreta a **Lucille Ball** en "Being the Ricardos", una película que sigue a la icónica comedianta de televisión y su esposo y compañero de trabajo, Desi Arnaz, mientras se enfrentan a desafíos personales y profesionales en el set de "I Love Lucy". También figura **Kristen Stewart**, quien interpreta a la princesa Diana en "Spencer", un drama que se centra en un fin de semana crucial en la vida de la princesa, mientras se debate si debe seguir adelante con su matrimonio con el príncipe Carlos.

Otras actrices destacadas incluyen a **Lady Gaga**, quien protagoniza "House of Gucci", una película basada en hechos reales sobre la familia Gucci y su imperio de moda, que se desmorona a medida que aumentan las tensiones internas y externas; y **Jessica Chastain**, quien interpreta a Tammy Faye Bakker en

"The Eyes of Tammy Faye", una película biográfica que sigue la vida y la carrera de la famosa presentadora de televisión cristiana, desde sus primeros días en la televisión hasta su caída en desgracia por un escándalo financiero.



En **The Eyes of Tammy Faye** conoceremos el ascenso a la fama y posterior descenso a los infiernos de la pareja de telepredicadores Tammy Faye y Jim Bakker en la década de los 70 y 80.

En la categoría de Mejor Director, **Chloé Zhao** es una de las principales favoritas por su película "The Eternals". Zhao, quien ya había ganado el Oscar en esta categoría por "Nomadland" (2021), ha demostrado ser una fuerza a tener en cuenta en la industria del cine.



En 'The Eternals', Zhao nos presenta a una raza de seres inmortales con poderes sobrehumanos que han vivido en secreto en la tierra durante miles de años, pero que ahora tendrán que salvar a la humanidad de una amenaza inminente.

Cabe recordar, que en esta categoría en casi 100 años solo han sido nominadas siete mujeres, en las que resaltan nombres como **Sofia Coppola** por 'Perdidos en Tokio' de 2003 o **Jane Campion** por "El piano"(1993) y "El poder del perro" (2021).

En la categoría de **Mejor Película**, encontramos varios filmes dirigidos y producidos por mujeres. Entre ellos destacan "Belfast", dirigida por la ganadora del Oscar, **Kathryn Bigelow**, el cual cuenta la historia de un joven que crece en la violenta y dividida Belfast de la década de 1960; y "The Lost Daughter", dirigida y escrita por Maggie Gyllenhaal, que se centra en una mujer que se enfrenta a su pasado y a su futuro mientras pasa unas vacaciones en las costas de Grecia.

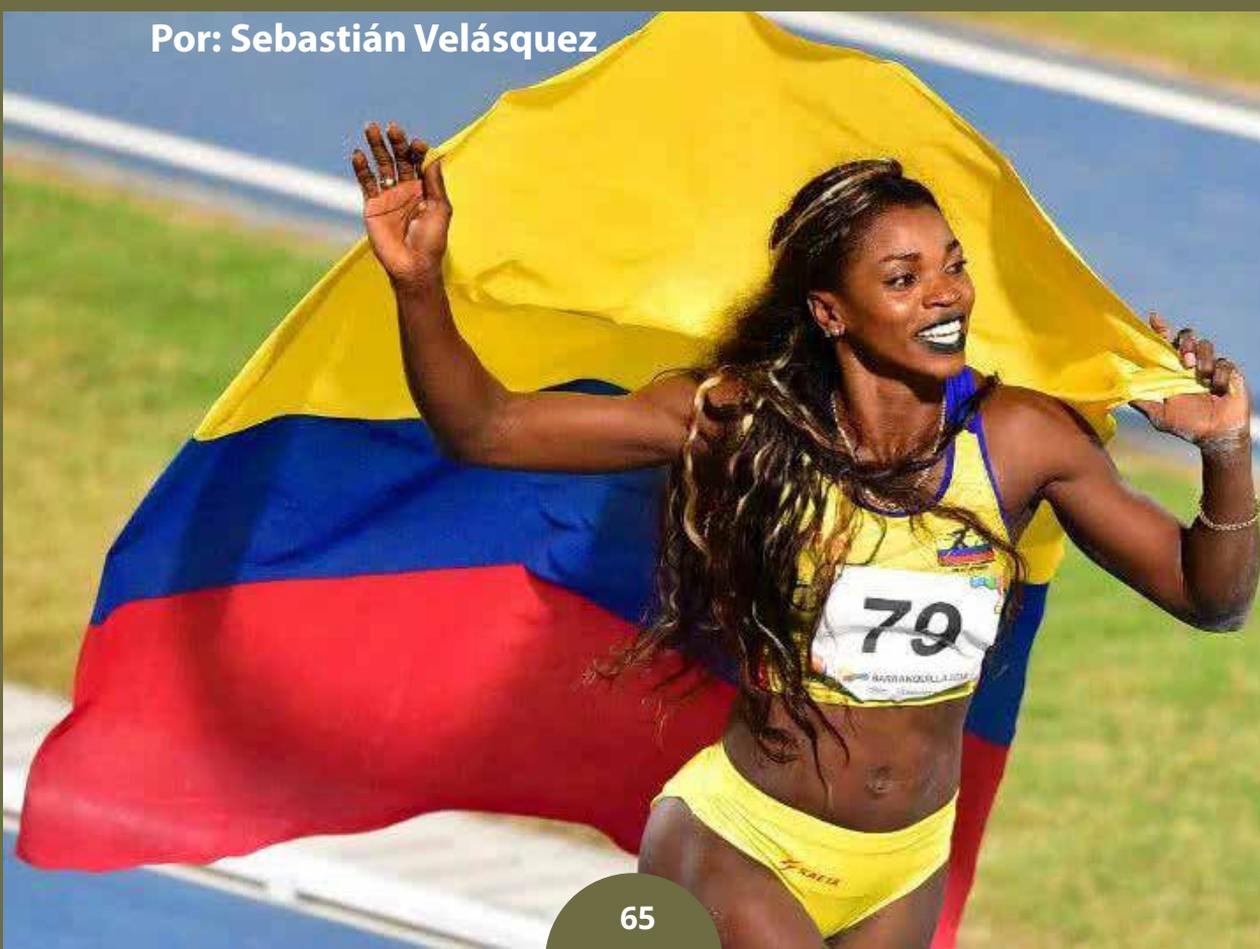
Si bien otros nombres como los de la actriz malaya **Michelle Yeoh**, nominada a **Mejor Actriz Principal** por la aclamada 'Todo a la vez en todas partes' o el de la directora **Sarah Polley**, nominada a **Mejor Guion Adaptado** por su película 'Ellas hablan', demuestran que, sin importar su origen o etnia, se puede ser un referente en Hollywood, pero lo más importante es que estas mujeres están allanando el camino para las próximas generaciones de cineastas que quieran seguir sus pasos y continuar avanzando hacia la igualdad de género en esta industria.





MUJERES EN EL DEPORTE: AQUELLAS QUE ESTÁN CAMBIANDO EL MUNDO

Por: Sebastián Velásquez



Al igual que los hombres, Las mujeres han destacado en el deporte a través de sus habilidades físicas excepcionales, pero también han demostrado ser una fuerza de liderazgo dentro y fuera de los escenarios deportivos.

Durante mucho tiempo, el deporte ha sido un ámbito dominado por hombres. Sin embargo, en los últimos años, un número significativo de mujeres destacadas en diferentes disciplinas han sido finalmente visibilizadas, obteniendo un mayor reconocimiento como atletas de alto rendimiento y lo que está haciendo del deporte una alternativa real de vida.

Estas mujeres han trabajado duro para demostrar que tienen lo necesario para resaltar como cualquier superestrella de la NBA o la liga europea de fútbol, obteniendo grandes logros en sus respectivos deportes, en la mayoría de casos, esforzándose el doble que un hombre para ganar el reconocimiento y el respeto que merecen.

Uno de los ejemplos más destacados de mujeres en el deporte es la tenista estadounidense **Serena Williams**, quien ha sido una de las mejores tenistas de todos los tiempos, ganando 23 Grand Slams, todo un récord en el tenis femenino. Ella también ha luchado por los derechos de las mujeres en el deporte, hablando abiertamente sobre la discriminación que enfrentan.





En Colombia las mujeres tampoco se quedan atrás. Nuestra **Caterine Ibargüen**, originaria de Apartadó, Antioquia, se ha convertido en una de las mejores atletas de salto triple del mundo. En los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016 obtuvo la medalla de oro en salto triple, convirtiéndose en la primera mujer en ganar el máximo reconocimiento en una gesta olímpica en este deporte para Colombia.

Además de sus éxitos deportivos, en los que podemos encontrar tres medallas de plata y una de bronce en diferentes campeonatos mundiales de atletismo, Ibargüen ha sido una voz importante en la lucha por la equidad de género, fomentando el apoyo a la participación femenina en el deporte y luchando por mejores condiciones para las atletas.

Otra figura importante en nuestro país es la futbolista **Yoreli Rincón**, una de las mujeres más destacadas en jugar en la liga Profesional Femenina de Fútbol Colombiano. Ha recibido varios premios y reconocimientos, incluyendo el premio de la FIFA por su trabajo en la promoción de la igualdad de género en el deporte.



Estas mujeres han trabajado duro para romper los estereotipos y han demostrado que pueden competir a la par de los hombres, superando las barreras sociales, económicas y de género para convertirse en modelos a seguir para las deportistas de hoy e inspirando a niñas y niños por igual a alcanzar sus metas y sueños.

Todavía hay mucho trabajo por hacer para lograr la igualdad de género en el deporte, pero son las mujeres quienes están ayudando a cambiar la narrativa, poniendo su necesidad de igualdad de condiciones en la palestra pública. Por eso, desde **La Super Contigo**, queremos enfatizar en este punto con una frase célebre del superintendente Luis Guillermo Pérez:

“El cambio profundo de Colombia y el mundo, tiene rostro de mujer”.

En
La SuperContigo

Tú eres el protagonista

Este es un espacio para todos(as) los que conformamos
la **gran familia SuperSubsidio.**

¿Tienes algún relato que aún no ve la luz o te gusta
la poesía y quieres hacer tu debut?

Escríbenos a : **jgaviriam@ssf.gov.co** y déjanos tu texto.

Publicación semanal de la Superintendencia del Subsidio Familiar

Superintendente

Luis Guillermo Pérez Casas

**Director de Oficina de
Prensa y Comunicaciones**

John Gaviria

Directora

Marcela Ulloa

Editor

Javier Murcia

Periodistas

Bibiana Bello

Iván Rodríguez

Sebastián Velásquez

Diseño y Diagramación

Andrés Jurado Alvarán

Fotografía

Fernando Guacas

**Oficina de Prensa y Comunicaciones
Superintendencia del Subsidio Familiar**

Para realizar colaboraciones, preguntas, quejas, sugerencias y denuncias,
pueden escribir a: **jgaviriam@ssf.gov.co**

PBX: +57 (601) 348 78 00 Ext. 7820

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual. La Super Contigo, Bogotá - Colombia, 2023.

Trabajamos con amor social



Revista Digital

Número 3. Marzo 2023

Carrera 69 No. 25B - 44. Pisos 3,4,7
Bogotá - Colombia
PBX: +57 (601) 348 78 00

www.ssf.gov.co



SuperSubsidio
Vigilamos tu caja de compensación



MINISTERIO DEL TRABAJO