

 **Altos del Cabo** by *fondacio*



MURAL DEL CLIMA



LIMPIEZA DE QUEBRADA



NEACOL

EN ESTE NÚMERO

DATOS CLAVES DEL CENTRO

NEACOL - Centro de Ecología Integral Agricultura en la Montaña

TALLERES AMBIENTALES

MURAL DEL CLIMA

FILTRO DE AGUA LLUVIA

INTERVENCIÓN COLEGIO

CLUB DE TAREAS

ME TRANSFORMO PARA TRANSFORMAR MI MUNDO - EMPODERAMIENTO

VISITA DEL COLEGIO EKIRAYA

DÍA DE LA AMISTAD

TIEMPOS COMUNITARIOS

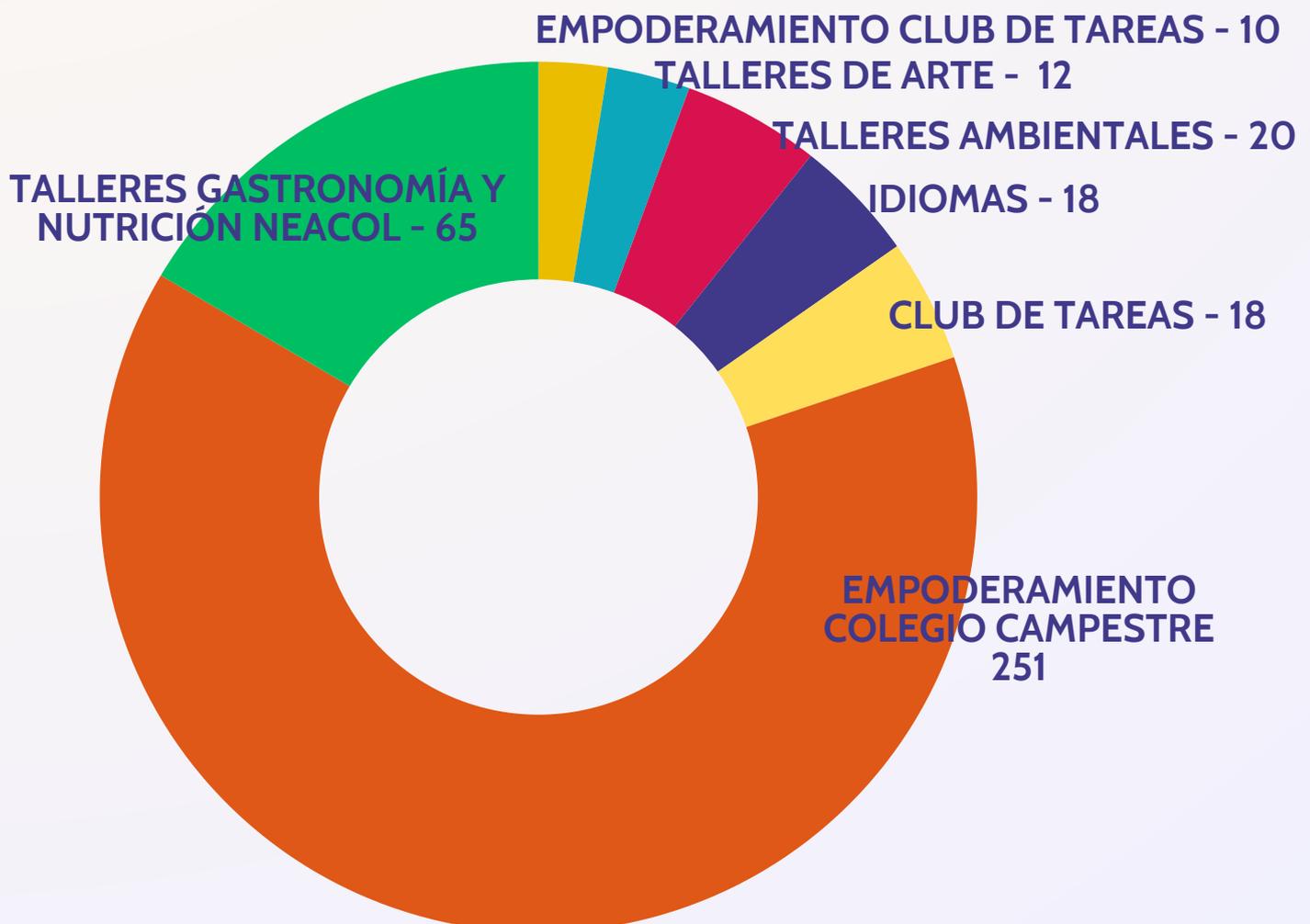


DATOS CLAVES DEL CENTRO

40 kg de residuos orgánicos recuperados en septiembre
211 kg total acumulado desde mayo

Estos residuos que traen los niños participantes del Club de Tareas, algunos vecinos y producidos en nuestro Centro, se transforman en compost gracias al proceso realizado por la organización Maya Tejedores de la Tierra.

25 kg de prendas de ropa vendidas en nuestro
 “Perchero y más...” durante este mes.



LOS PARTICIPANTES

NEACOL - CENTRO DE ECOLOGIA INTEGRAL AGRICULTURA EN LA MONTAÑA

En septiembre, continuamos con la formación de *Promotores* a través de talleres, con el objetivo de sensibilizar a los niños y óvenes del Centro de Ecología, así como a los niños más pequeños (5 a 7 años) del Colegio Campestre Monteverde, sobre nutrición y alimentación saludable a través de talleres de gastronomía. Yannelis, una joven enfermera del territorio, concientizó a los niños del Club de Tareas sobre los efectos de la comida chatarra.



Con la Chef Ana Rivaldo realizamos 3 talleres sobre la importancia de una alimentación sana y equilibrada, aprendiendo juntos a realizar una receta de pancakes con harina de avena, frutas y yogurt. también preparamos parfait con los niños más pequeños del Colegio.

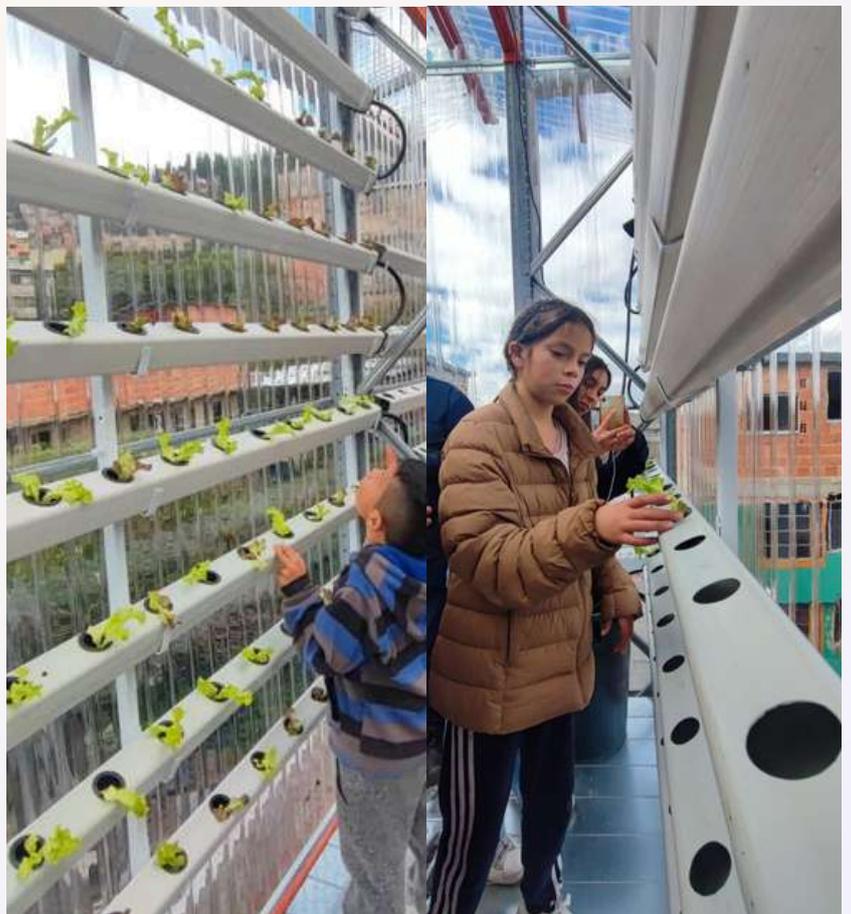
NEACOL -

CENTRO DE ECOLOGIA INTEGRAL AGRICULTURA EN LA MONTAÑA

Estos talleres buscan
¡alentarlos a adoptar buenas prácticas para su bienestar!

Seguimiento al crecimiento de las lechugas

Al inicio del mes con los niños del Centro de Ecología, activamos el sistema de hidroponía sembrando 160 plántulas de lechuga, que fueron monitoreadas a diario por nosotros y semanalmente por los niños para que 45 días después ellos mismos las cosechen como cierre de este proyecto patrocinado por Neacol, y a través de un taller de gastronomía junto a sus padres podamos promover el consumo de vegetales y hortalizas.



Sin embargo para nuestro Centro de Ecología es el inicio en la producción de hortalizas y vegetales que queremos sean aprovechados por la comunidad y a la vez podamos comercializar para obtener recursos que nos permitan hacer más proyectos como este.



TALLERES AMBIENTALES



En septiembre, con los niños del Club de Tareas participamos en una operación de limpieza de la quebrada Morací en colaboración con Acualcos.

Esta iniciativa tenía como objetivo generar conciencia de que el planeta no puede ser basurero y que debemos cuidar las fuentes de agua.

Además, algunos niños pudieron ser parte de un video institucional que está realizando Acualcos, para promover el cuidado del agua.



También con el apoyo de Mael apicultora del territorio, los niños han participado en una serie de talleres sobre las abejas, su hábitat y cuidado; estas actividades buscan despertar su interés por la naturaleza, especialmente por estos polinizadores que favorecen la reproducción de las especies vegetales en el territorio.



¡MURAL DEL CLIMA!

Tras una primera experiencia enriquecedora con nuestro equipo interno, organizamos una nueva sesión del Mural del Clima con algunos líderes de la comunidad. Este taller interactivo permitió a todos comprender mejor los desafíos ecológicos a los que nos enfrentamos hoy en día.



Al reunir a miembros de diferentes horizontes en torno a esta causa común, se favorecieron los intercambios y el compartir de ideas. Cada participante pudo aportar su punto de vista, alimentando discusiones enriquecedoras sobre las acciones individuales y colectivas a emprender para combatir la crisis climática. No solo se trató de informar, sino también de inspirar y movilizar a cada uno para convertirse en actor del cambio.

El Mural del Clima es mucho más que una simple herramienta de sensibilización: es una verdadera exploración colectiva de las causas y consecuencias del cambio climático. Juntos, rastreamos los orígenes de los distintos problemas ambientales, analizando las complejas interacciones entre las actividades humanas y los ecosistemas planetarios. Este enfoque pedagógico permite hacer más accesibles conceptos a veces complejos, como las emisiones de gases de efecto invernadero, la deforestación o el impacto de la agricultura intensiva.

FILTRO DE AGUA LLUVIA

En septiembre continuamos impulsando nuestro modelo de “sede sostenible” para el territorio, integrando una nueva funcionalidad en nuestro **sistema de filtración de agua de lluvia**, para llevar del nivel inferior de la casa el agua hasta el nivel más alto y también hacia el módulo de hidroponía.

Instalamos una moto bomba que permite rápidamente el agua filtrada hasta el área de oficinas de nuestro Centro ubicada en el piso 3. Esta mejora optimiza el proceso de recolección y distribución del agua, brindando un uso aún más práctico y rápido.

Este **sistema de filtración** garantiza una gestión del agua lluvia más práctica y fluida y a la vez nos ayuda en la reducción del consumo y del costo del agua potable que llega de Aqualcos.



INTERVENCIÓN COLEGIO CAMPESTRE MONTEVERDE

En septiembre, dedicamos una mañana a restaurar el espacio público externo del colegio, plantando lechugas, fresas y ornamentales en macetas que habían sido instaladas en el muro del Colegio como parte de una intervención llamada “paisajes alimentarios” en 2023.

Estas intervenciones tienen como objetivo promover la agricultura urbana y permitir a los habitantes del barrio disfrutar de vegetales y frutas, accesibles para todos. El objetivo es además promover en la comunidad el cuidado y riego de estas plantas para luego cosecharlas para su consumo.

Las lechugas provienen directamente de nuestro módulo de hidroponía, un método innovador de cultivo sin tierra.

¡Un ejemplo de colaboración y de compartir al servicio de la comunidad!

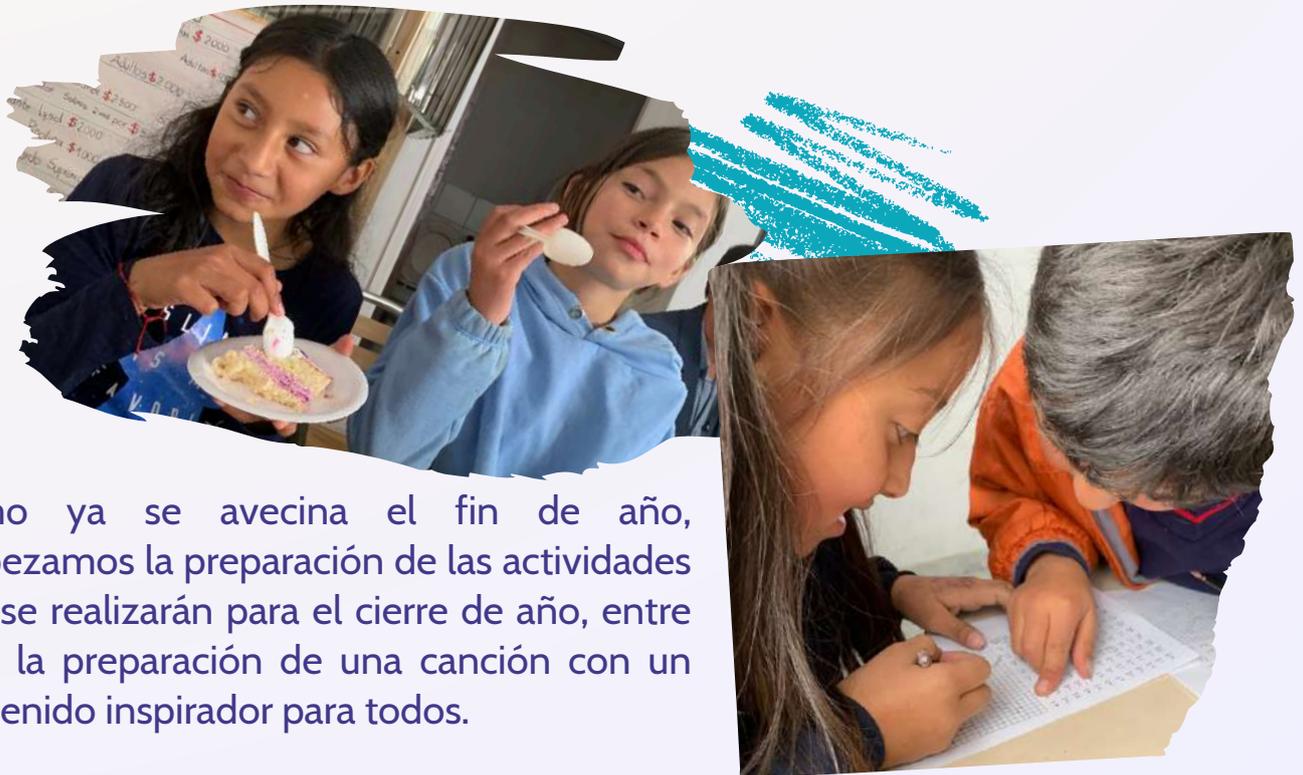


CLUB DE TAREAS



El Club de Tareas continuó sus actividades de refuerzo escolar y desarrollo de pensamiento dos veces por semana.

Este mes además, recibimos la visita de la señora Beatriz, benefactora de este Club. Ella asistió con su hija María Isabel, que en adelante tomará su lugar para continuar el apoyo a los niños del Club de Tareas. Gracias a su generosa contribución, podemos ofrecer refrigerios a todos los niños que asisten al Centro cada tarde.



Como ya se acerca el fin de año, empezamos la preparación de las actividades que se realizarán para el cierre de año, entre ellas la preparación de una canción con un contenido inspirador para todos.

ME TRANSFORMO PARA TRANSFORMAR MI MUNDO

PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO

En septiembre concluimos el módulo 1 “Encuentro Mi fuerza Interior” del programa para los estudiantes de grado 9°, después de 7 sesiones exploramos su historia personal, el manejo de sus emociones y los talentos y habilidades propios y de los otros.

Realizamos un cierre aplicando una evaluación y compartiendo unos deliciosos perros calientes; también se entregaron entre ellos, por parejas, una manilla representativa del programa exaltando en su compañero/a una cualidad que lo identifica.

En estos talleres los jóvenes pudieron conocerse un poco más a sí mismos e identificar aspectos que les gustaría mejorar. Cada sesión tuvo como objetivo fortalecer la confianza en sí mismos y alentarlos a tomar conciencia de sus capacidades, para que puedan trazar un camino personal en sintonía con sus aspiraciones.



ME TRANSFORMO PARA TRANSFORMAR MI MUNDO

PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO

El sábado 14 de septiembre participamos en la cuarta formación presencial dirigida a los tres equipos de facilitadores del programa, además nos acompañó un grupo de 9 Rotarios del Club Centenario de Bogotá. La formación **LIDERÁNDOME PARA LIDERAR A OTROS**, fue animada por Maila Perdomo. Trabajamos 5 leyes indispensables del crecimiento de John C. Maxwell, y aplicamos la herramienta Ikigai.



Después de la formación compartimos el almuerzo y facilitadores-líderes de los tres territorios Ciudad Bolívar, San Luis KM5 y Subachoque, hablaron de sus experiencias trabajando con los niños y jóvenes de sus comunidades; por su parte los Rotarios pudieron expresar su confianza y alegría por el proceso adelantado y nos animaron a continuar trabajando.



VISITA DEL COLEGIO EKIRAYÁ

Durante este mes, tuvimos la visita de Ingrid Baustista, responsable del programa de servicio social y Ricardo Umaña, líder de bienestar ambos colaboradores del Colegio Ekirayá, una institución privada que está ubicada en la zona cercana a nuestro territorio.

Esta visita tenía como objetivo que el Colegio conociera lo que hacemos en nuestro Centro Altos del Cabo y así proponer juntos actividades que fortalezcan la solidaridad y el servicio en sus estudiantes para beneficiar además a niños, jóvenes y adultos de nuestro territorio.

Adicionalmente es el segundo año que nos apoyan con artículos de segunda en donación, esta vez nos llevaron elementos de cocina, algunos juguetes y ropa usada para nuestro programa de economía circular.



DÍA DE LA AMISTAD

Con motivo del Día de la Amistad que se celebra en septiembre, organizamos un tiempo de compartir con todo el equipo y el grupo de facilitador@s del programa de empoderamiento.

Fue un tiempo para intercambiar ideas y vivencias y reflexionar sobre lo que significa la amistad para cada uno de nosotros, hicimos algunas dinámicas y luego entregamos el regalo a uno de nuestros compañeros: un postre que cada uno elaboró o compró.

Después compartimos una deliciosa comida, celebrando este día bajo el signo de la amistad, el buen humor y la comida.



Se exaltó que el amigo se deje ver como es, presto a acoger y a escuchar para comprender y que esté presente; que actúe en coherencia con quien es, que sea fiel a lo que haga junto al otro, yendo hasta el final sin importar las circunstancias; que respete la intimidad; que esté físicamente en acciones, o simplemente acompañando, escuchando; que sea solidario;

TIEMPOS COMUNITARIOS

Gestionando mis emociones

Como parte de nuestro camino de formación, exploramos cómo nuestro crecimiento y madurez se ven reflejados en la medida en que podamos manejarlas experimentándolas en su debida proporción. Hicimos un ejercicio echando una mirada a nuestro interior identificando cuáles son aquellas situaciones, cosas o personas que nos despiertan 5 emociones básicas: la alegría, la tristeza, el enojo, el miedo y la esperanza. - 4 de septiembre.

El amor lo puede todo

Tomamos consciencia de que para llegar a una solución lo primero es poder nombrar el problema, en clave de que tiene salida si lo asumimos como concerniente a todos. También sentir que deseamos mucho y podemos poco y cuando superamos nuestros límites ahí está el Padre que toma en sus manos nuestros problemas. Nombramos aquello que nos aqueja en el Centro, lo pusimos en oración de abandono con la certeza que sólo con esa confianza conseguimos paz y que son los actos hechos con amor los que verdaderamente valen y construyen relaciones, como lo dice en Corintios 13. - 18 de septiembre.



TIEMPOS COMUNITARIOS

Una mirada a Fondacio

Como Comunidad que nos congrega y nos une, hicimos un pare para hacer un recorrido reconociendo lo que para cada miembro de Altos del Cabo representa Fondacio. Lo expresamos con ilustraciones que hablan que Fondacio es un lugar de luz, una oportunidad para crecer, una instancia para vivir la espiritualidad, un semillero, un lugar de acogida y aprendizaje; manifestación de la fuerza de Dios que nos impulsa al servicio,...

Lo abordamos desde el aporte personal obtenido, los aspectos por agradecer y lo que se ha tenido oportunidad de aportar: sentirse acogido, poder cumplir nuestras misiones, viajar y conocer gente; fortalecer la espiritualidad, desarrollar un trabajo, obtener seguridad, aportar talentos y conocimientos; compartir, sentirse útil, líder y productivo; expresarse sin ser juzgado, ... - 25 de septiembre.



CENTRO DE ECOLOGÍA INTEGRAL



Altos del Cabo

by  **fondacio**



Carrera 9 Este #96-74
Km 5 vía La Calera - Chapinero
Bogotá - Colombia



@FONDACIOALTOSDELCABO

300 5566591

