

► Metro y el Sena formarán técnicos

Las dos instituciones firmaron recientemente un acuerdo de voluntades para iniciar un programa de formación en Mantenimiento de Automatismos Industriales que comenzará a impartirse en abril de este año. Serán 20 los aprendices seleccionados.

Pág. 2

► Contribución al medio ambiente

Cada vez que una persona opta por usar el Sistema Metro para moverse en el Valle de Aburrá, además de ahorrar tiempo y dinero, contribuye al medio ambiente al evitar la emisión de gases contaminantes a la atmósfera. El año pasado, gracias al Sistema Metro, se dejaron de emitir 675.366 toneladas de CO2.

Pág. 4

► Visite nuestras exposiciones

Hasta el 10 de marzo se podrán ver las exposiciones de los artistas Santiago Gutiérrez y Andrés Ruiz Zapata. El primero expone en Itagüí con su obra "Fragmentos de ciudad" que recorre con sus trazos el paisaje urbano y el segundo expone en la estación Suramericana su obra fotográfica "Vibrar con cada momento que nos da la vida".



Pág. 10

► Conozca el Centro de Información al Ciudadano (CIC)

El Centro de Información al Ciudadano (CIC), es una herramienta en la que se agrupan los principales canales de comunicación de la Empresa de cara a sus viajeros. Aquí se incluyen las redes sociales, pantallas en las estaciones y servicio de anuncios en estaciones.

Pág. 11

Línea M trae nueva vida a la zona Centro Oriental de Medellín



► Un nuevo Metrocable acaba de nacer en la ciudad. Se trata de la línea M, que inició su operación comercial desde este 28 de febrero. Esta nueva línea beneficiará a 350 mil habitantes de las comunas 8 (Villa Hermosa) y 9 (Buenos Aires), que desde ahora contarán con un medio de transporte sostenible y amigable con el medio ambiente.

Págs 6 y 7

Sena y Metro formarán técnicos industriales



El SENA y el Metro de Medellín firmaron recientemente un acuerdo de voluntades para iniciar un programa de formación en Mantenimiento de Automatismos Industriales que comenzará a impartirse en abril de este año.

Este será un programa de formación dual –metodología alemana-. Es decir, aquí los aprendices recibirán la capacitación tanto en los talleres de la Empresa de Transporte Masivo del Valle de Aburrá como en los ambientes del Centro de Tecnología de la Manufactura Avanzada del SENA.

De los aspirantes a esta convocatoria se seleccionarán 20 jóvenes quienes firmarán un contrato de aprendizaje con el Metro de Medellín y se formarán durante 12 meses para certificarse como técnicos en Mantenimiento de Automatismos Industriales. Su perfil profesional aplica para varias empresas que requieren talento humano en esta área.

Este proceso formativo se desarrolla dentro de un esquema de alternancia entre ambientes de aprendizaje del SENA y del Metro. Es en su totalidad planeado, ejecutado y evaluado conjuntamente (Metro-SENA) con base en un programa de formación acordado según las necesidades de la Empresa.

El programa seleccionado por la Empresa es la Técnica en Mantenimiento de Automatismos Industriales del SENA, la cual se realizará con 20 aprendices vinculados directamente por el Metro. Esta Técnica tiene una duración de 2.200 horas, de las cuales 880 corresponden a un trabajo de campo. En el tiempo lectivo correspondiente a las 1.320 horas restantes, se realizará la alternancia de la formación con una participación del 52% por parte del SENA y el 48% por parte de la Empresa.

Para esto, el Metro pondrá a disposición 12 profesionales de las áreas de Trenes, Tranvía, Cables, Sistema Operativo, Infraestructura y Talento Humano de la Empresa, quienes serán los tutores del programa de formación. También dispondrá los diferentes talleres, laboratorios y áreas de mantenimiento como ambientes de aprendizaje para los estudiantes.

Este programa de formación dual generará entre otros beneficios:

- La vinculación con el SENA para desarrollar conjuntamente este programa de formación está enmarcada en el foco que el Metro hace por la sostenibilidad social, por la generación de conocimiento y la empleabilidad.

- El Metro se vincula directamente a la formación técnica profesional de la ciudad, poniendo a disposición del SENA y de la comunidad estudiantil, sus profesionales expertos como tutores y sus instalaciones, maquinaria y tecnología como ambientes de aprendizaje en el sector productivo.
- El Metro, a través de este programa, beneficia a los jóvenes de la ciudad, apoyando su formación y potenciando la empleabilidad como parte de su Responsabilidad Social Empresarial.
- Los aprendices certificados en esta técnica serán un importante semillero para la vinculación de personal calificado a la Empresa.
- El trabajo conjunto de los instructores SENA y los tutores Metro, permitirá a ambas entidades compartir conocimiento y retroalimentarse, logrando su actualización en el hacer y el saber.

Los aspirantes a esta convocatoria deben ser bachilleres graduados, no haber tenido contrato de aprendizaje, y no estar cursando otra formación técnica o tecnológica en la actualidad. Tendrán que realizar pruebas técnicas y posteriormente los preseleccionados deberán asistir a una entrevista.

Este acuerdo de voluntades también servirá como una transferencia de conocimientos en la que tanto el SENA como el Metro, se nutrirán de nuevos conceptos, tecnologías e innovación en el campo de los automatismos industriales.

Partiendo de este potencial, la Empresa se ha vinculado de diversas formas con las instituciones educativas de la ciudad para compartir este conocimiento, a través de programas como el de Conducción de Vehículos de Pasajeros Tipo Metro, Aprendices de Cultura Metro, entre otros, los cuales además de aportar empleabilidad son congruentes con nuestra Responsabilidad Social Empresarial.

Además, cabe destacar que se trata de la unión de las dos empresas con mayor conocimiento, favorabilidad y buena gestión según la última encuesta de percepción ciudadana Medellín Cómo Vamos.



Los seleccionados tendrán la oportunidad de realizar parte de su formación en los talleres del Metro.

Gastronomía tradicional en el corredor tranviario



El Tranvía ha potenciado al corredor de Ayacucho como un referente gastronómico de ciudad.

La Plazoleta Gastronómica es un proyecto de la Alcaldía de Medellín, ejecutado por la Empresa de Desarrollo Urbano – EDU.

Quedará junto a la parada Buenos Aires del Tranvía y allí se ubicarán parte de los venteros de Ayacucho. Será un lugar donde se podrá ir a disfrutar, en las noches, de la tradicional chunchurria, además de chorizos, hamburguesas, entre otras comidas y en las mañanas, las ventas serán más de frutas y de dulces.

Uno de los comerciantes que estarán en la futura Plazoleta Gastronómica, actualmente en construcción, es Wilmar Quiroz, más conocido en Buenos Aires como "El Mocho". Durante más 36 años vive entre dientes de ajo, laurel, tomillo, cebolla cabezona, aceite y chimichurri, parte de los ingredientes de la chunchurria que convirtió en referente gastronómico del barrio Buenos Aires de la comuna 9.

La receta sólo la conoce él y dicen que es tan única que a su negocio han llegado futbolistas de Medellín y Nacional, actores de televisión, cantantes, entre otros.

A punta de chunchurria ha podido educar a sus hijos y sabe que seguirá siendo próspero. Por eso, desde ya se prepara para ocupar uno de los puestos de la futura Plazoleta Gastronómica, un espacio público que pronto estará terminado para el disfrute de los ciudadanos.

Así se gestiona la venta de artículos obsoletos



Los materiales que ya no se utilizan son vendidos a empresas que pueden aprovecharlos.

En 2017, el área de Logística y Gestión Transaccional del Metro inició la venta de los elementos inservibles u obsoletos que ya no están en condiciones de prestar servicio.

El objetivo es recuperar capital a través de la venta de estos activos mediante subastas electrónicas públicas.

La Empresa realiza un procedimiento denominado "resolución de baja" a todo lo que ya está en desuso: chatarra metálica (ruedas, rieles, pivotes, ejes), equipos electrónicos, muebles, enceres, vehículos, entre otros.

En los talleres de Bello hay una celda que se utiliza para acumular todo este material que ya no sirve; cuando hay un lote con una cantidad considerable, se invita al contratista (Superbid) para que lo revise, haga un registro fotográfico, realice un inventario y lo evalúe.

Con esta información ellos hacen una valoración e inician la subasta a través de su página web; es un proceso público en el que cualquier persona puede participar con una oferta; esto incrementa la exposición de los productos que se ofrecen.

Finalizada la subasta, el contratista cobra el 5 por ciento del valor de la venta y el comprador se encarga de recoger el lote adquirido; el Metro no tiene que invertir en transporte o logística.

Gracias a esta iniciativa, la Empresa ha obtenido \$473,7 millones, de los cuales \$149 millones corresponden al último lote de chatarra que se vendió en las primeras semanas de este año.



El aprovechamiento de este material contribuye a la sostenibilidad.

Mi Metro me mueve
con la

M

de murales...

que adornan y embellecen con arte las estaciones Miraflores, el Pinal y Trece de Noviembre.

Gerenciado por **METRO DE MEDILLÍN CALIDAD DE VIDA**

Un proyecto de **Alcaldía de Medellín Cuenta con vos**

Línea M

Vuelven los beneficios de la Recarga Verde

Luego de concluir los procesos de contratación y de mantenimiento de equipos, el Metro está listo para reactivar la Recarga Verde, el programa social y ambiental con el que promueve la movilidad sostenible al convertir el reciclaje de botellas de plástico y aluminio en recargas para la tarjeta Cívica, un beneficio que les permite a los usuarios pagar sus viajes en el sistema de transporte masivo.

Por cada botella que se lleva a las máquinas recolectoras, el usuario recibe la transferencia inmediata de 50 pesos a su tarjeta Cívica personal para ser utilizados en sus viajes en el sistema.

Durante el mes de marzo entrarán en funcionamiento en conjunto los cinco puntos de recarga que se han habilitado hasta el momento, y se proyecta que con el concurso de los usuarios del Metro, de quienes se espera continúen siendo los principales protagonistas en la promoción de esta propuesta ambiental, se logre durante este año la consolidación de un modelo económico que permita la sostenibilidad del programa en el tiempo, así como su crecimiento en otros espacios del Sistema de transporte y de la ciudad.

Un programa bien recibido

El Metro tiene entre sus objetivos en materia de sostenibilidad, el desarrollo de actividades que contribuyan al ciudadano y al mejoramiento del medio ambiente. Con dicho objetivo, entre septiembre y diciembre del año 2017, se desarrolló una prueba piloto del programa Recarga Verde en la estación Universidad. En el año 2018, el reto fue buscar que sus beneficios llegaran a más personas en el Valle de Aburrá, por lo que se implementaron cuatro máquinas más en los diferentes medios de transporte del Sistema: metro, cable y tranvía.



Muchos viajeros estaban a la expectativa del regreso del programa de Recarga Verde

Beneficios ambientales, sociales y económicos

Dado que la Recarga Verde es un proyecto concebido como una innovación social y ambiental, el Metro mide sus resultados por sus externalidades y les reconoce como un gran logro. Estas son las cifras del proyecto en la etapa de investigación 2017-2018:

Durante el año 2018, la Recarga Verde confirmó su viabilidad social y ambiental, gracias a su carácter innovador (por el que recibió mención de honor en la categoría de Emprendedores del Premio al Compromiso Ambiental de la Asociación Nacional de Instituciones Financieras (ANIF), Bancolombia y el Banco de Occidente; y la gran acogida de los miles de usuarios que aceptaron la invitación de convertir el reciclaje en recargas para su tarjeta Cívica.

Ahora, en este 2019, el Metro continuará investigando la viabilidad financiera de este programa que permita su sostenibilidad en el tiempo, toda vez que su permanencia significa para la Empresa de Transporte Masivo una muestra más de su respeto y compromiso con el cuidado del medio ambiente y la coherencia con su orientación estratégica: generar calidad de vida conectando e integrando personas y promoviendo territorios sostenibles.

Cinco puntos para ahorrar y cuidar el medio ambiente

Los puntos de Recarga Verde están distribuidos así:

Estación Universidad (línea A): fue el primero que se instaló para la prueba piloto, el 28 de agosto de 2017. Es a la postre el que mejor aceptación ha tenido por parte de la comunidad, especialmente de los estudiantes de la Universidad de Antioquia.

Estación Niquía (Línea A): desde su apertura, el 18 de mayo de 2018, los usuarios del norte del valle de Aburrá confirmaron la buena aceptación de la Recarga Verde. La máquina se instaló en zona paga y junto a los torniquetes, de tal manera que tanto los usuarios que estén dentro del sistema o que viajan desde otras estaciones hacia Niquía, como los que ingresan por Niquía, puedan hacer uso de la Recarga Verde y obtener sus beneficios.

Estación Santo Domingo L (Línea L): se instaló allí, en un ambiente de barrio para estudiar el comportamiento de este tipo de proyectos.

Estación San Antonio T (Línea T-A): Se instaló una máquina en zona no paga, sitio estratégico puesto que este es el eje central del sistema y permite beneficiar a los usuarios de tranvía, líneas A y B de Metro y metrocables línea H, J y M.

Estación Itagüí (Línea A): Igual que en el Norte, en el sur del área metropolitana esta experiencia ambiental fue muy bien recibida por el público. Ubicada también en zona paga, la máquina tiene la posibilidad de prestar el servicio tanto para los usuarios internos que viajan desde otra estación a la estación Itagüí, como a los que ingresan al Sistema.

Beneficios que se traducen en cifras

Total usuarios fieles al proyecto	13.188
Total usuarios educados en temas ambientales	51.586
Beneficio económico para los hogares	\$118.313.800
Envases que no fueron a contaminar el ambiente	2.366.275

Al elegirnos como tu opción de movilidad evitas contaminar el aire de la ciudad

Cuando decides usar los trenes, cables, buses o tranvías de nuestro Sistema para moverte por el Valle de Aburrá estás haciendo mucho más que ahorrar tiempo y dinero: estás evitando la emisión de millones de toneladas de gases contaminantes a la atmósfera y el consumo de millones de galones de diésel. Esto lo sabemos porque cada año calculamos las externalidades, entendidas como la cuantificación económica de los impactos positivos o negativos que la actividad de una empresa genera en los habitantes de un territorio determinado, independientemente de si adquieren sus bienes o servicios.

Para nuestros cálculos aplicamos metodologías internacionales avaladas por consultores expertos en la materia, que se basan en proyectar lo que sucedería si los cerca de 1,2 millones de viajes que diariamente se realizan en nuestro Sistema se hicieran en modos de transporte que usan combustibles fósiles como el diésel. Como los cables, trenes y tranvías funcionan con energía eléctrica, y los buses de las líneas 1 y 2 operan con Gas

Natural Vehicular (GNV), esto nos permite generar externalidades positivas, que para 2018 fueron las siguientes:

- Evitamos la emisión de 675.366 toneladas (t) de CO₂; lo que emiten 790.734 carros en un recorrido de 20 km los 365 días del año. Este beneficio se calcula en \$99.313 millones y mitiga los efectos del cambio climático. También evitamos la emisión de 20.874 t de otros gases contaminantes a la atmósfera.
- Se dejaron de consumir 67 millones de galones de diésel, cantidad que llenaría 100 piscinas olímpicas. Este beneficio se calcula en \$311.045 millones.
- Evitamos 602.922 afecciones de salud (enfermedades respiratorias), un beneficio social estimado en \$1,33 billones.

Ya lo sabes, mientras más uses el Metro más contribuyes a evitar la contaminación atmosférica y sus efectos nocivos sobre la salud y el cambio climático.

Metrocable línea P ya tiene sus primeras pilonas



El primer paso es el vaciado del pedestal de concreto que sostendrá la piona.



Ubicación del fuste, cuya longitud es variable.



Se instala la cabeza de la piona sobre el fuste.

Recientemente se realizó el montaje de la primera piona que sostendrá el cable de Picacho. Con esto se da inicio a la instalación del sistema electromecánico de la línea P.

La piona con la que se inició el montaje es la 14 y está dentro del Sena. Durante el mes de febrero se instalaron dos pilonas más.

El montaje de las pilonas comienza desde la obra civil con el vaciado de concreto en las fundaciones y pedestales. Se instalan plantillas que contienen los pernos de anclaje para sujetar las pilonas a la estructura. Luego se monta el fuste, que puede tener varios cuerpos según la altura de la piona, la más alta del proyecto tiene cerca de 32 metros de altura.



La piona 14 quedó ubicada en los terrenos del Sena de Pedregal.

Paralelamente al montaje del fuste en taller, se realiza un preensamble de lo que se denomina la cabeza de la piona, que contiene la ménsula, el caballete, los balancines, plataformas de mantenimiento y demás partes". Posteriormente, se monta la cabeza de la piona sobre el fuste como un elemento completo.

Línea P será el sistema de cable urbano con mayor capacidad de transporte de pasajeros construido a la fecha en el mundo. Podrá movilizar 4.000 pasajeros hora/sentido en sus 138 cabinas.

Es importante destacar que la mayor parte de los componentes de las pilonas se fabrica en Colombia, gracias a lo cual se apoya la industria nacional.

En los próximos días comenzarán a llegar otros elementos como las cabinas y el cable portador tractor. De esta manera, el proyecto línea P comienza a hacerse realidad.

Nuevos aprendices de Cultura Metro



Diego Nanclares y Mariana Gutiérrez son dos de los jóvenes vecinos de la futura línea P que se preparan como aprendices

Cerca de 20 jóvenes de las comunas 5 y 6, zona de influencia de la futura línea P, hacen parte de los aprendices de Cultura Metro que iniciaron su proceso de formación en 2019.

Cada año, el Metro beneficia con su programa Aprendices de Cultura Metro a distintos jóvenes egresados de bachillerato que no tienen la posibilidad de seguir estudiando en ese momento y que son vecinos de las estaciones del sistema o de sus futuras líneas.

El objetivo con el programa formativo que cuenta con el aval del Sena, es brindarles a los jóvenes elementos que les permitan una mayor empleabilidad a futuro y multiplicar los elementos de la Cultura Metro en su comunidad.



Grupo de aprendices de Cultura Metro. 20 de ellos hacen parte de las comunas 5 (Castilla) y 6 (Doce de Octubre).

¡Atención!

El puente del acceso sur de la estación Acevedo permanecerá cerrado para adelantar las obras del futuro Metrocable Picacho. Para cruzar al otro lado, deberás usar **el puente del acceso norte de la estación.**

Puente del acceso norte de la estación.

Puente del acceso sur de la estación.

¡Agradecemos tu comprensión!

Nueva línea P
Metrocable Picacho

Un proyecto liderado por:

Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

Gerenciado por:

METRO
CALIDAD DE VIDA

Con el apoyo de:

GOBIERNO DE ANTIOQUIA
PIENSA EN GRANDE

Línea M llegó para transformar a las Comunas 8 y 9

Este 28 de febrero inició la operación comercial del Metrocable Línea M, que parte de la estación Miraflores, pasa por El Pinal y finaliza su recorrido en el Trece de Noviembre. Este nuevo medio de transporte beneficiará a 350.000 personas que habitan las comunas 8 y 9 de Medellín.

Después de varias semanas de operación blanca, en la que los habitantes tuvieron la oportunidad de familiarizarse con la operación de este sistema, los beneficios ya son palpables y la alegría de los vecinos del cable va en aumento. El ahorro en tiempo y dinero, la comodidad, la seguridad son algunas de las ventajas que destacan quienes ya han viajado en el cable. Recogimos algunas impresiones de los primeros viajeros de línea M.



La comodidad es impresionante, todo es muy limpio y ahorramos mucho tiempo". Así se expresaron don Josué Toro y doña Guillermina Osorio en su primer recorrido por el metrocable línea M, luego de asistir a una cita médica. Esta diligencia les tomaba 40 minutos de forma habitual, hoy lo hicieron en el cable en aproximadamente 25 minutos.



Los niños vecinos del nuevo Metrocable estaban ansiosos por verlo volar. Este sueño ya es una realidad y ahora, no solo los más pequeños sino toda la comunidad, se beneficiarán de este nuevo medio de transporte.



La inauguración de la línea M se realizó en los talleres de Miraflores. Allí, los asistentes se emocionaron con el inicio de esta nueva línea que permitirá la integración de los vecinos de las comunas 8 y 9 a toda la red de transporte Metro.



Kevin Vargas Quintero y Luz, su mamá, viven al lado de la estación Trece de Noviembre. Kevin debe desplazarse en silla de ruedas, por eso asistir a sus citas médicas es complicado. Ahora pueden llegar fácilmente al centro de la ciudad. Kevin asistió como invitado especial a la inauguración y se llevó una telecabina miniatura como recuerdo.



Este es el quinto Metrocable que opera en la ciudad. Se suma a las líneas K (Santo Domingo), J (San Javier), L (Arví) y línea H (La Sierra). La panorámica de toda la ciudad que se puede apreciar desde sus estaciones es inigualable.

El nuevo Metrocable tiene una longitud de 1.056 metros, tres estaciones y capacidad para transportar 2.500 pasajeros hora/sentido. Es el segundo cable complementario del Tranvía de Ayacucho.

▶ Editorial

Continuidad, clave para la expansión



Con el Metrocable Línea M, que inauguramos este mes de febrero, Antioquia, Medellín y el Metro demuestran, de nuevo, que las montañas de verde encendido que nos rodean hace mucho tiempo dejaron de ser obstáculos para conectar territorios y poder integrarlos al sistema de transporte masivo.

Son 350 mil personas, habitantes de las comunas 8 (Villa Hermosa) y 9 (Buenos Aires) de Medellín, las que mejorarán sus tiempos de desplazamiento — por ende, su calidad de vida— y sus finanzas — viajes con más kilómetros de recorrido por menos costo — con el nuevo Metrocable;

otra línea incluyente que le brinda lo mejor en transporte a quienes más lo necesitan.

El Metrocable Línea M, que cuenta con 1.056 metros de longitud, tres estaciones (Miraflores, El Pinal y Trece de Noviembre) y 49 telecabinas, también representa la resiliencia y el salir adelante pese a las dificultades.

Y precisamente, la culminación de este proyecto nos impulsa a seguir más allá. El Plan Maestro 2006-2030 “Confianza en el futuro”, nuestra hoja de ruta, incluye cinco planes rectores entre los que aparece el Plan Rector de Expansión del Sistema (Pres). Incluye una oferta pragmática de soluciones efectivas, innovadoras, sostenibles e incluyentes de corredores identificados donde se pueden desarrollar sistemas de mediana y alta capacidad que mejoran la calidad de vida de quienes habitan la ciudad-región.

En este Plan Rector se incluyen, entre otros corredores de movilidad, el Metrocable de la Línea M que ya funciona para beneficio de todos;

el Metrocable de la Línea P, que impactará a 450 mil personas en la zona noroccidental de la ciudad y que se encuentra en su fase de construcción; el Metro Ligero por la 80 y el Ferrocarril de Antioquia. Estos dos últimos son proyectos que ya han tenido avances significativos en sus etapas de estructuración, prefactibilidad, diseños y estudios de alternativas de financiación.

Estos corredores, que mejorarán el desplazamiento de centenares de miles de ciudadanos y que traerán beneficios para la movilidad, economía y calidad del aire de la región, hacen parte de la expansión del sistema de transporte integrado multimodal, la cual necesita periodos de cuatro, ocho y hasta 12 años para poder crecer y desarrollarse.

Precisamente, esto hace parte de esa visión estratégica incluida en el Plan Maestro 2006-2030 “Confianza en el futuro”, que guía el devenir de la Empresa Metro y en su Plan Rector de Expansión, que es una propuesta de futuro para la movilidad de la ciudad-región en cuanto a sistemas de mediana y alta capacidad de transporte masivo.

Por eso, con la culminación y puesta en operación comercial del Metrocable de la Línea M, se cumple un nuevo hito en ese Plan Rector de Expansión. Además, se genera ese impulso para continuar desarrollando nuevos corredores de la mano y el apoyo de nuestros socios: la Alcaldía de Medellín y la Gobernación de Antioquia; y del soporte financiero del Gobierno Nacional, fundamental para el buen desarrollo de estos proyectos para la ciudad-región.

Bienvenida esta nueva Línea M de Metas Cumplidas, de Movimiento, de Magia, de Movilidad Sostenible y de otras ventajas para beneficio de nuestros usuarios. A disfrutar con este nuevo Metrocable.

Tomás Elejalde Escobar
Gerente general

Elegir la calma para vivir mejor



En pocos meses, Elige la calma ha generado reconocimiento y aceptación entre los viajeros.

El Metro continúa con la campaña Elige la calma con diversas actividades. Una es una carpita ubicada todos los martes desde las 9:00 de la mañana en las afueras de la estación San Antonio, en la cual las personas pueden disfrutar de lecturas, meditaciones y clase de yoga. Otra son los recorridos por distintos lugares del sistema con un grupo de guías educativas que invitan a elegir la calma en todo momento y les da tips a los usuarios sobre cómo ganar tranquilidad.

Y por último, la carpita de la calma, se lleva a distintas plazoletas de estaciones del Metro con estas mismas actividades con una respuesta muy positiva de la gente.

Alfonso Núñez, un comerciante del centro, participó en la carpita de la estación San Antonio, realizó yoga y aprendió sobre la tranquilidad. “Yo creo que hay que tener calma, por eso yo no me afano para nada. Cuando uno va en el Metro no gana nada desesperándose porque uno sabe que al final va a llegar a la casa. Por eso, yo trato de estar siempre tranquilo”.

Otra participante de estas actividades realizadas por el Metro en alianza con la Fundación Brahma Kumaris fue Luz Mery Jiménez habitante del barrio Enciso. Ella pasó por la estación San Antonio y coincidió con la carpita. “Yo iba de afán, pero decidí quedarme y me relajé mucho. Uno a veces vive en muchas carreras y estas cosas se necesitan, nos enseñaron del amor y de la meditación”, expresó.

La campaña Elige la calma continuará durante estos días con el propósito de incidir en las personas para que tengan actitudes de vida positivas que les sirva a ellos y en su relación con los demás.

Gracias a los usuarios ejemplares



El acceso a la estación Industriales ahora es más cómodo y organizado.

El Metro ha venido implementando cambios en el ingreso y salida de algunas estaciones como Aguacatala, Industriales y Poblado con el fin de mejorar el servicio, para que los usuarios puedan acceder de forma más fácil y rápida.

Estos cambios se dan como resultado de las sugerencias de los mismos usuarios. Por eso, los cambios positivos son gracias a ellos.

Hoy se presenta una manera más ordenada para ingresar y salir, lo cual es apoyado con guías educativas y señalética que orienta. Sin embargo, los cambios positivos se dan principalmente gracias a la calma de los usuarios y al acatamiento de las recomendaciones que les hace el personal Metro.

En vista de los buenos resultados, el Metro irá implementando estos cambios de forma paulatina en los accesos o pasarelas de otras estaciones.



Por ser un usuario ejemplar.

GRACIAS



[Twitter](#) [YouTube](#) [Facebook](#) [Instagram](#) @metrodemedellin

Nuestro Metro cada vez es mejor gracias a ti.

Con tus recomendaciones implementamos cambios en el ingreso y salida de las estaciones Aguacatala, Industriales y Poblado, logrando mejorar la experiencia de viaje de todos.

Respetando las filas y los turnos vivimos la Cultura Metro.



**Mi Metro
me mueve**



Dibujos y fotografías para apreciar en el Metro



"Fragmentos de ciudad", de Santiago Gutiérrez, en la estación Itagüí.



Andrés Ruiz expone fragmentos de la cotidianidad en la estación Suramericana.

El Metro cuenta con dos salas de exposiciones en las estaciones Itagüí y Suramericana, espacios aprovechados por artistas no solo de Medellín y el Área Metropolitana sino de varias ciudades del país como Bucaramanga, Popayán, Pereira y Manizales y en dos ocasiones de México y Asia, que traen sus obras para ser apreciadas por los miles de usuarios del sistema.

Desde el año 2008 más de 240 artistas han participado con sus obras en estos dos espacios del sistema, permitiendo que más personas los conozcan y al mismo tiempo que los usuarios disfruten de distintas miradas y talentos.

Hasta el 10 de marzo estarán las exposiciones de

los artistas Santiago Gutiérrez y Andrés Ruiz Zapata. El primero expone en Itagüí con su obra "Fragmentos de ciudad" que recorre con sus trazos el paisaje urbano y específicamente a los habitantes de calle que lo habitan y el segundo expone en la estación Suramericana con su obra fotográfica "Vibrar con cada momento que nos da la vida".

"Mi objetivo es mostrar lo que la gente tiene cerca en su día a día pero no se detiene a apreciarlo", expresó Andrés Ruiz.

El Metro busca promover el arte y la cultura, y con exposiciones como las actuales, enriquecer la experiencia de viaje de todos los usuarios del sistema.

'El diablo de la botella' ya está en Palabras Rodantes



Cerca de 300 personas asistieron al lanzamiento del título 99 de la colección.

Más de 300 personas asistieron al conversatorio del título 99 de la colección Palabras Rodantes: *El diablo de la botella*, del escritor escocés Robert Louis Stevenson.

El evento se realizó el pasado 20 de febrero en Comfama San Ignacio y hasta allí llegó el diablo, un personaje que días antes recorrió el sistema llamando la atención de los usuarios y el último día, invitándolos a leer este relato.

Los escritores Santiago Rodas y el investigador y profesor universitario, Jorge Echavarría fueron los invitados al conversatorio quienes contaron su experiencia con el libro, el concepto que tienen sobre el diablo y la importancia que tiene en la literatura un autor como Stevenson.

"Napoleón tuvo esta botella y gracias a su virtud llegó a ser el rey del mundo, pero la vendió al final y fracasó. El capitán Cook también la tuvo, y por ella descubrió tantas islas; pero también él la vendió, y por eso lo asesinaron en Hawaii. Porque al vender la botella desaparecen el poder y la protección; y no a ser que un hombre esté contento con lo que tiene, acaba por suceder algo" dice un fragmento del libro.

El diablo de la botella concede cualquier deseo, menos la eternidad. La condición es venderla por un precio menor al que fue comprada y hacerlo antes de morir, de lo contrario, quien la tenga arderá en el infierno.

De este libro ya circulan doce mil ejemplares en el sistema para que las palabras y la lectura rueden. Este programa es el resultado de una alianza del Metro y Comfama para promover la lectura.

Arte en estaciones y Bibliómetros

Bibliometro Niquía: Cine club con temática femenina

Fecha: marzo 8
Hora: 3:00 p.m.

Picnic literario para celebrar el Día Mundial de la Poesía

Fecha: marzo 21
Hora: 2:30 p.m.

Bibliometro el Pinal:

- **El ABC de la lectura y escritura:** todos los lunes a las 9:15 a. m.
- **Cine Club:** todos los lunes a las 11:00 a. m.
- **Clase de inglés para niños:** todos los lunes 2:00 p. m. (previa inscripción)
- **Cocina para niños:** todos los lunes 3:00 p. m. (previa inscripción)
- **Clase de inglés para adultos:** todos los martes y miércoles 3:00 p. m. (previa inscripción)
- **Viajemos por el mundo:** todos los martes a las 3:30 p. m.
- **Yoga para niños:** todos los miércoles a las 2:00 p. m.
- **Taller de escritura creativa:** todos los jueves de 1:00 p. m. a 3:00 p. m.
- **Hora de leer y escuchar:** todos los jueves a las 3:00 p. m.
- **Taller de marionetas:** todos los viernes a las 3:00 p. m.
- **Club de ciencia con el Parque Explora:** todos los sábados a las 10:00 a. m.
- **Amigos para leer con sentido:** todos los sábados a las 3:00 p. m.

Bibliometro San Antonio:

Picnic literario: (Lectura de textos escritos por mujeres o para Mujeres y la historia del Día de la Mujer)

Fecha: marzo 8
Hora: 2:00 p. m.

Tertulia por el Día Internacional de la Felicidad

Fecha: marzo 20
Hora: 2:00 p. m.

Bibliometro Itagüí Tertulia sobre la importancia de la mujer en la literatura

Fecha: marzo 8
Hora: 3:00 p. m.

Picnic literario

Todos los viernes de marzo
Hora: 3:00 p. m.

Hora del cuento

Todos los días
Hora: 4:00 p. m.

Actividades culturales

Estación Parque Berrío Actividad de artes plásticas con mujeres pintando sombrillas

Fecha: marzo 8
Hora: de 10:00 a. m. a 4:00 p. m.
Cierre con presentación artística con grupo de baile de mujeres.

Plazoleta occidental de la estación San Antonio (todos los martes)

Lecturas en voz alta: 9:00 a. m.
Charlas para el ser: 10:00 a. m.
Clases de yoga: 11:00 a. m.

Llegamos al título 100

Un hito muy importante se vivirá el próximo jueves 14 de marzo dado que ese día se presentará el título 100 de la colección Palabras Rodantes, el cual será un libro de poemas titulado *Primero está la soledad* del autor colombiano Darío Jaramillo Agudelo.

El evento será libre, como todos los conversatorios y se realizará a las 6:30 de la tarde en el Claustro de Comfama.

Para celebrar el acontecimiento, ese mismo día, en la mañana se inaugurará un nuevo Tren de la Cultura dedicado al programa Palabras Rodantes, que ha permitido llevar a las manos de miles de usuarios, cuentos, poesías y relatos de diversos autores de la literatura contemporánea

y universal. Esta iniciativa busca promover la lectura y con ella el conocimiento, la creatividad y la imaginación.

Los libros son distribuidos de forma gratuita en los dispensadores de lectura del sistema, en las bibliometros y bibliotecas de Comfama con el fin de que las personas los lean y los presten para que continúen rodando las palabras.

La acogida de los conversatorios y de cada uno de los ejemplares publicados, han hecho que el programa perdure y que tanto Comfama como el Metro, quieran continuarlo con una selección cuidadosa de los libros que seguirán enriqueciendo la colección Palabras Rodantes. Así que ya viene el título 100 y pronto será el 101.

El 'pulpo' informativo del Metro



En este lugar se ubica el equipo que coordina el Centro de Información al Ciudadano.

El Centro de Información al Ciudadano (CIC) se ha consolidado en los últimos meses como un gran eje comunicativo de la Empresa, para difundir todo lo relacionado con la operación del Sistema Metro, hacer pedagogía e interactuar con los usuarios y viajeros.

Las acciones de comunicación del CIC están alineadas y son el reflejo de la Cultura Metro; promueven la convivencia en armonía, fomentan el buen comportamiento y la solidaridad, y viven el respeto propio y por el otro.

El CIC, que opera desde el Puesto Central de Control (PCC), está muy bien equipado para cumplir su función principal: informar a los viajeros en tiempo real acerca de prestación del servicio y las novedades operativas del Sistema Metro. A la fecha, cuenta con 327 monitores y pantallas en los accesos, mezanines y plataformas de las estaciones y en diferentes puntos de las otras sedes (administrativa, talleres, PCC, entre otros) del Metro.

El sistema de megafonía con el que cuentan todas las estaciones también es usado por el CIC para informar a los viajeros y emitir mensajes de Cultura Metro e interés general. Los equipos que usan los informadores-vendedores en los puntos de venta (taquillas) también reciben mensajes de operación que difunde el CIC.

Los audios en buses y tranvías, el display de las líneas 1 y 2 de buses padrones y BRT y los de las cuencas 3 y 6, las páginas web del Metro y de la Cívica y el correo electrónico interno son otros canales que utiliza el CIC para informar a los viajeros y servidores del Metro.

Por supuesto, el CIC aprovecha al máximo los grandes beneficios que ofrecen las redes sociales. Por ser bidireccionales, son el principal canal para interactuar en tiempo real con los viajeros, usuarios, turistas y ciudadanos. Nuestras redes han permitido reaccionar rápidamente ante situaciones de riesgo por malas conductas y son de gran ayuda para que nuestros diferentes grupos de interés se enteren de lo que está sucediendo.



Las redes sociales son un excelente medio para fomentar la Cultura Metro



Chimuelo fue protagonista de otro de los trinos que más gustaron entre los seguidores de la cuenta del Metro.



Uno de los tuits con más interacciones fue esta respuesta a una viajera.



El Twitter de la Empresa propone interacciones divertidas con sus seguidores.



Finalmente, muy pronto el CIC contará con otro canal: la App Cívica, la cual será lanzada oficialmente en las próximas semanas.

La identidad del CM es un misterio

Las cuentas oficiales del Metro en Twitter, Facebook, Instagram y Youtube superan los 600 mil seguidores. El trabajo de los profesionales y auxiliares que administran y manejan estas redes sociales ha logrado crear y formar una identidad y personalidad versátil, dinámica, cercana y oportuna al 'community manager' del Metro, personaje muy admirado y querido en las redes sociales.

En los últimos tres meses, el CM del Metro, ha sido tema positivo en diferentes medios

de comunicación, locales y nacionales, por sus publicaciones, interacciones y respuestas en las diferentes redes sociales. Mucho se ha especulado sobre su identidad, incluso, de manera jocosa se propuso una encuesta en Twitter en la que se preguntaba a los usuarios si el community manager del Metro era un hombre, una mujer, Skynet (inteligencia artificial que domina a las máquinas en Terminator), o un tren Transformer. Ganó la opción del Tren Transformer con el 50% de la votación. Sin embargo, la identidad del community manager del Metro sigue siendo un misterio.

▶ Sopa de letras

Este 8 de marzo se celebra el Día Internacional de la Mujer. Una ocasión que invita a reflexionar sobre los logros que ha obtenido la mujer en materia de equidad de género y los desafíos pendientes para construir un mundo con igualdad de derechos y oportunidades para el género femenino. En esta sopa de letras encontrarás algunos términos relacionados con las mujeres y sus luchas.

Mujer
Femenino
Empoderamiento
Liderazgo
Decisión

Oportunidades
Igualdad
Equidad
Libertad
Fortaleza

U	S	R	D	I	D	E	C	I	S	I	Ó	N	S	E
I	E	N	R	D	G	I	I	R	E	N	M	E	I	N
Z	L	M	T	J	E	U	O	A	R	Y	D	E	A	E
R	I	E	P	E	F	A	A	E	R	A	I	D	R	D
U	D	T	E	O	R	O	J	L	D	I	R	A	A	Q
I	E	G	D	M	D	U	R	I	D	U	D	T	Y	R
E	R	E	P	E	M	E	N	T	M	A	R	O	A	T
Q	A	M	S	A	H	U	R	A	A	E	D	N	N	R
U	Z	E	O	S	T	A	D	A	B	L	L	U	L	O
I	G	U	A	R	N	E	E	I	M	J	E	E	M	E
D	O	I	O	N	E	M	L	D	H	I	P	Z	A	S
A	S	P	O	N	I	U	S	D	A	T	E	N	A	Ñ
D	O	P	I	E	T	P	O	G	D	I	U	N	N	Z
A	I	I	F	E	M	E	N	I	N	O	A	S	T	T
A	D	A	R	E	U	T	I	F	O	M	E	R	A	O

▶ Diferencias

Encuentra las 5 diferencias que hay entre las fotos.



▶ Optimismo o la actitud de sonreírle a la vida

Muchos se dejan abrumar por las situaciones difíciles de la vida, mientras que otros saben mantenerse positivos a pesar de las adversidades. En muchas ocasiones es nuestra interpretación de los hechos y no los hechos en sí mismos, es lo que nos afecta. Aquí le presentamos algunas claves para vivir de una manera positiva.

1. *Replantarse la situación:* el primer paso para aproximarse a una situación negativa con una visión optimista es aceptar lo que no se puede cambiar. Una vez hecho esto, se abren dos posibilidades: replantarse la dificultad y buscar otras posibilidades de solución, o enfocarse en otros aspectos que generen felicidad.
2. *Disfrutar de las cosas buenas:* Cuando se vive algo positivo por más pequeño que sea, como observar un paisaje o poder comer algo que nos gusta, tendemos a dejarlo pasar. La recomendación es guardar esas sensaciones alegres, reproducirlas y recargarnos con la energía.
3. *Hacer algo bueno por los otros:* Mostrar ternura o compasión por el otro, hacer un comentario positivo o un favor sencillo tiene un efecto positivo inmediato en nuestro bienestar y emociones.
4. *Da las gracias:* Solo pensar en las cosas por las que uno está agradecido ya es suficiente para mejorar el estado de ánimo.

Con información de www.mujerhoy.com

▶ Sudoku

Nivel: Fácil

9				5		4	3	6
	4	5	2	3				
7		8			1	5		
4	9	1	3	8	6			
	8					9	4	1
5				4		6	3	
	7	3	4		8			
8			7	1	3			
		4				3	8	

Nivel: Medio

1	9			7			6	
					6	5		
							4	3
8		5	6	3				
	4						9	
								8
						1		9
	7			1				
	3		8	4		2		

Vive un viaje diferente y elige la calma
así darás lo mejor de ti, sin importar la situación.

