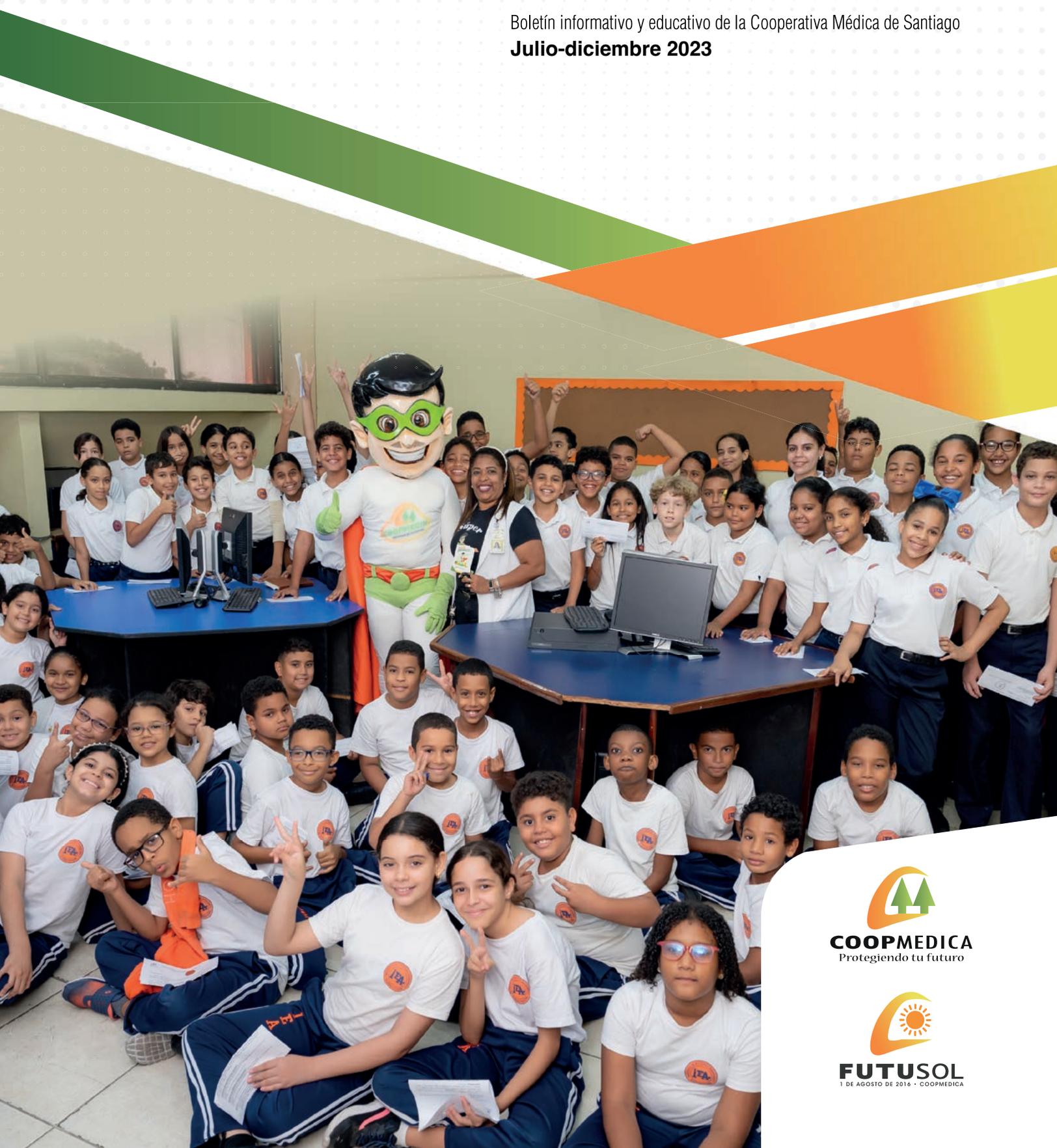




PINITOS

SALUDABLES

Boletín informativo y educativo de la Cooperativa Médica de Santiago
Julio-diciembre 2023



COOPMEDICA
Protegiendo tu futuro



FUTUSOL
1 DE AGOSTO DE 2016 · COOPMEDICA

Contenido

Taller «Etiqueta profesional»	3
«Salud de la mujer»	4
Taller de picaderas frías	6
«Finanzas para maestros»	8
Cuidando la salud de los más jóvenes.	10
Ahorro infantil.	12
Cuidando la salud de la comunidad	14
«Dos miradas al cáncer de mama»	16
«Dando lo mejor de mí»	18
Pasadía Campamento 2023	20
Empoderando a los médicos	22
Luces y sombras del siglo XXI	24
«Sombreros decoupage»	26
Premiación Estudiantes Meritorios 2022-2023	28
Balance social	32
Campaña «Gana y móntate con tus aportaciones»	34
COOPMEDICA lanza campaña «60 años de historia premiándote»	36
«Endulzando la Navidad»	38
Taller de ponches y bebidas	40
«5 claves para cultivar la unión familiar»	42
Actividades de la Fundación Futuro Solidario (FUTUSOL)	46

Dirección

Comisión de Educación

Coordinación

Alba Espinal Cruz y Kiara Castro

Corrección y edición

Piero Espinal Estévez

Diagramación

Juan José Vásquez



Taller «Etiqueta profesional»

Elegancia y profesionalismo

El hotel Garden Court, de Santiago de los Caballeros, fue el escenario de este evento extraordinario. Bajo el título «Etiqueta profesional» los participantes se embarcaron en un viaje de aprendizaje sobre la imagen y proyección profesional, con un enfoque en las habilidades necesarias para triunfar en el entorno corporativo.

Jacquelin Viteri fue la experta que guio a los asistentes a través de un programa enriquecedor que abordó la importancia de la imagen personal y profesional.

Este taller enseñó las reglas de etiqueta y protocolo, así mismo también destacó la necesidad de establecer diferencias y similitudes entre el entorno corporativo y el entorno social.

A través de ejercicios prácticos y consejos valiosos los participantes adquirieron conocimientos para mejorar su comportamiento en el ámbito laboral, que contribuirán a su éxito personal. La imagen y la proyección profesional son aspectos cruciales para avanzar en la vida laboral.

No se trata solo de la salud, sino también de la capacitación y las oportunidades que mejoran la calidad de vida de la comunidad. Este dejó una importante impresión en los participantes, quienes ahora están mejor preparados para triunfar en sus entornos profesionales y personales.



«Salud de la mujer»

Un evento de gran importancia. Fue un taller destinado a informar y orientar a las mujeres sobre hábitos saludables y la prevención de enfermedades. Reunió a un grupo diverso de 200 personas, ansiosas por adquirir conocimientos esenciales para su bienestar.

Este enriquecedor taller fue impartido por dos expertos en la materia: la doctora Gloria Cruz y el doctor Luis Manuel Peña, cuyo compromiso y experiencia resultaron fundamentales para el éxito del evento.

Ambos profesionales compartieron sus conocimientos y brindaron consejos valiosos sobre la importancia de cuidar la salud de la mujer en todas las etapas de la vida.

Esta charla fue un testimonio del impacto positivo que una cooperativa puede tener en la vida de las personas al fomentar la conciencia de la salud y el acceso a información vital.

Este taller no solo brindó conocimientos, sino que también creó un espacio en el que las participantes se sintieron inspiradas y capacitadas para tomar decisiones informadas sobre su salud.

Estamos orgullosos de haber sido parte de este importante evento y esperamos seguir contribuyendo al bienestar de nuestra comunidad en el futuro.





Taller de picaderas frías

Sabor y creatividad

Santiago de los Caballeros se convirtió en el escenario de una deliciosa experiencia culinaria cuando Carmen Milagros Batista, experta en gastronomía, impartió un taller dedicado a las irresistibles picaderas frías.

Este evento atrajo a 30 amantes de la cocina que buscaban explorar nuevas recetas gastronómicas y descubrir los secretos detrás de estas delicias.

Este taller tuvo como objetivo enseñar a las participantes la magia de la preparación de picaderas frías, convirtiendo ingredientes simples en bocados exquisitos que agradan a todos los paladares.

Carmen Milagros, por su pasión por la cocina, compartió técnicas, presentaciones creativas y recetas que capturan la esencia de este estilo de aperitivos.

Lo que hace aún más emocionante este taller es su potencial como iniciativa de emprendimiento para los socios de la cooperativa. La posibilidad de convertir estas habilidades culinarias en oportunidades de negocio no solo beneficia a los participantes individualmente, sino que también contribuye al crecimiento económico de la comunidad.

La respuesta positiva de las participantes destaca la importancia de eventos que fomentan el aprendizaje culinario y la creatividad en la cocina.

Las solicitudes para más talleres como este demuestran el impacto positivo que la cooperativa puede tener al proporcionar oportunidades educativas y de desarrollo personal.



«Finanzas para maestros»

COOPMEDICA realizó una iniciativa que promete cambiar vidas en el ámbito financiero para maestros. Con el taller «Finanzas para maestros» el propósito fue desarrollar el manejo responsable del dinero y los bienes que pertenecen a una persona o familia.

Yudelka Taveras, experta en educación financiera, fue la encargada de impartir este taller, que se centró en aspectos vitales de la vida financiera, desde el manejo de los ingresos y gastos hasta el cuidado de bienes materiales, ahorros y el uso responsable del crédito.

Con 70 personas ansiosas por aprender, el evento fue un testimonio del deseo de conocimiento y mejora financiera.

Los maestros que asistieron a este taller no solo adquirieron valiosos conocimientos, sino que también se llevaron consigo la confianza necesaria para tomar decisiones financieras informadas y responsables.







Cuidando la salud de los más jóvenes

Jornada de desparasitación

La salud de los más jóvenes es un tesoro que merece atención y cuidado. La Iglesia Misionera de Pekín fue participante de una iniciativa de COOPMEDICA destinada a concientizar a 50 niños sobre la importancia de cuidar su salud y prevenir las posibles contaminaciones.

La charla informativa brindó a los pequeños participantes un conocimiento valioso sobre cómo prevenir enfermedades relacionadas con parásitos y cómo mantener un ambiente limpio y seguro. Además, se enfatizó la importancia de la desparasitación como una medida de cuidado de la salud.

El evento no solo ofreció información, sino que también promovió una cultura de cuidado de la salud entre los más jóvenes.

Los niños salieron de la charla con una mayor comprensión de la importancia de tomar medidas preventivas para mantenerse saludables.



La iniciativa de esta jornada es un ejemplo de cómo la educación y la concienciación pueden marcar una diferencia en la vida de los más jóvenes.

Cuidar la salud es un compromiso que trasciende generaciones y esta jornada es un paso importante en esa dirección.

COOPMEDICA se enorgullece de apoyar y respaldar iniciativas como esta que promueven la salud y el bienestar de la comunidad, especialmente cuando se trata de proteger la salud de los niños, nuestro recurso más valioso.



Ahorro infantil

Durante los meses de octubre y noviembre COOPMEDICA llevó a cabo una serie de impactantes charlas de ahorro infantil, extendiendo sus conocimientos a nivel nacional.

En octubre, 20 charlas atrajeron a una audiencia impresionante de 3615 estudiantes provenientes de Santiago, La Vega, Moca, Puerto Plata, San Pedro de Macorís y Santo Domingo Este.

El compromiso continuó en noviembre, con charlas realizadas en 12 centros educativos adicionales en las provincias de Santiago, La Vega, Moca, Santo Domingo Este y La Romana. En total estas enriquecedoras sesiones llegaron a 31 centros educativos, involucrando a 5440 estudiantes.

Estas charlas proporcionaron información valiosa sobre el ahorro desde una edad temprana, fomentando la importancia de la educación financiera entre los jóvenes.

El impacto positivo de estas charlas se ha reflejado no solo en los números, sino en la conciencia financiera que se sembró en las mentes de miles de jóvenes.

COOPMEDICA continúa liderando iniciativas significativas que fortalecen el presente y construyen un camino sólido hacia el futuro financiero de la juventud dominicana.





Cuidando la salud de la comunidad

Jornada de salud en Puerto Plata

La salud es un tesoro que merece ser valorado y cuidado. En este espíritu, el departamento de Educación llevó a cabo una jornada de salud en Jumbo de Puerto Plata, que atrajo a la participación de 100 personas ansiosas por cuidar su bienestar.

El propósito de esta jornada fue facilitar los accesos a los servicios de salud, tanto individuales como colectivos, al llevar estos servicios directamente a las comunidades que más los necesitan.

Esta jornada de salud no solo brindó un alivio y apoyo inmediato, sino que también sentó

las bases para un futuro más saludable para todos los involucrados.

A través de su departamento de Educación, COOPMEDICA reafirma su compromiso con la comunidad al acercar los servicios de salud a quienes los requieren.

Esta jornada de salud fue un recordatorio de que el bienestar es un esfuerzo colectivo y que cuidar la salud es fundamental para una vida plena y activa. Se continuará realizando iniciativas que promuevan un futuro más saludable para todos.



«Dos miradas al cáncer de mama»

En 2020, en todo el mundo se diagnosticó cáncer de mama a 2.3 millones de mujeres, y 685 000 fallecieron por esa enfermedad. A fines del mismo año 7.8 millones de mujeres a las que en los cinco años anteriores se les había diagnosticado cáncer de mama seguían con vida, lo que convierte a este cáncer en el de mayor prevalencia en el mundo.

Bajo el tema «Dos miradas al cáncer de mama», el Departamento de Educación y la Fundación Futuro Solidario (FUTUSOL) convocaron a más de doscientas personas en el Centro de Convenciones y Cultura Dominicana UTESA a la magistral conferencia presidida por la Dra. Julissa Castillo.

Castillo orientó su ponencia desde dos perspectivas: desde la prevención apoyándose de datos e evidencia científica actualizada, abordando factores de riesgos modificables y no modificables, distribución anatómica del cáncer de mama, sistemas de categorización, importancia del autoexamen y los estudios de sonografías y mamografías para detección temprana y oportuna.

Hizo énfasis en que un diagnóstico de cáncer no es una sentencia de muerte. Y la mayor riqueza de su intervención fue a través de su perspectiva personal. Su testimonio fue un ejemplo de fuerza, valentía y resiliencia: «Mis ganas de vivir y la lucha que tuve frente a la enfermedad me dieron la victoria».





«Dando lo mejor de mí»

Este taller fue una oportunidad única para que las participantes se embarcaran en un viaje hacia la conexión con su esencia sin entrar en conflicto con los demás. La mente maestra detrás de esta experiencia reveladora fue la licenciada Yvetsy Marte, una experta en el campo del crecimiento personal y la autorreflexión.

El propósito central de este taller fue guiar a las participantes en el proceso de descubrir su verdadero yo, sin sacrificar su armonía con quienes las rodean.

Con el compromiso constante de apoyar el bienestar y el desarrollo personal se hizo posible este taller, que tuvo un impacto profundo en la vida de quienes participaron.

Este evento no solo proporcionó conocimientos y herramientas valiosas, sino que tam-

bién reforzó el compromiso de empresa con la comunidad y su búsqueda de un equilibrio armonioso entre la individualidad y la convivencia.

El taller «Dando lo mejor de mí» se convirtió en un testimonio del poder transformador de la cooperación y el autodescubrimiento.

COOPMEDICA, como entidad cooperativa líder, sigue demostrando su dedicación a enriquecer la vida de las personas y su comunidad. Este evento dejó una huella imborrable en todos aquellos que asistieron, demostrando que a través de la colaboración y el apoyo podemos lograr una mayor comprensión de nosotros mismos y una convivencia más armoniosa con quienes nos rodean.







Pasadía Campamento 2023

En un evento lleno de risas y emociones, COOPMEDICA llevó a cabo un campamento infantil que reunió a 210 niños de edades comprendidas entre los 4 y los 12 años.

El campamento abarcó diversas ciudades, incluyendo Santiago, La Vega, Moca y Puerto Plata.

Este evento ofreció una amplia gama de actividades diseñadas para entretener y educar a los participantes. Desde carreras con sacos hasta emocionantes sesiones de natación, ba-

ños de espuma, tirolesa y partidos de fútbol, cada momento estuvo lleno de diversión y camaradería.

COOPMEDICA desempeña un papel fundamental al hacer posible esta experiencia única para los niños. Su compromiso con la comunidad se reflejó en la sonrisa de cada pequeño participante, creando recuerdos inolvidables y fomentando la importancia del juego y la actividad física en el desarrollo infantil.





Empoderando a los médicos

Taller de finanzas estratégicas

La educación financiera es un activo invaluable, especialmente para aquellos que dedican sus vidas a cuidar a los demás. Se llevó a cabo un taller de finanzas estratégicas dirigido a médicos en Santiago y San Francisco de Macorís. El propósito de este fue desarrollar el manejo responsable del dinero y los bienes personales y familiares.

Yudelka Taveras y Manuel Fernández, expertos en educación financiera, alegan que las finanzas estratégicas aluden a la planificación estructurada a largo plazo para el crecimiento y desarrollo continuo de la empresa. Desde el manejo de los ingresos y gastos hasta la administración de bienes materiales, ahorros y el uso inteligente del crédito, los participan-

tes se beneficiaron de conocimientos fundamentales para una vida financiera exitosa.

Con la participación de más de 80 médicos comprometidos, este taller demostró la importancia de proporcionar educación financiera a aquellos que se dedican a cuidar de la salud de los demás.

La iniciativa no solo busca mejorar la salud física, sino también fortalecer la salud financiera de sus miembros.

El conocimiento adquirido en este taller no solo impactará la vida de los médicos, sino también la de sus pacientes y la comunidad en general. Una base sólida en educación financiera es un activo para toda la vida.



Luces y sombras del siglo XXI



Frank Espino

En artículos que hemos publicado señalamos las sombras que ha tenido este siglo XXI, producto de la herencia del anterior, sin embargo, admito que hemos tenido algunas luces en estos últimos 23 años.

No podemos negar que la tecnología ha sido el logro más importante que ha hecho posible tener continentes relativamente cerca, ya que por medio de ella ha sido posible que las clases sociales, con sus etnias, costumbres y creencias intercambien lo bueno y lo malo, lo triste y lo alegre.

Los buscadores de internet han hecho más fácil los conocimientos, buscados y aprendidos al instante en cualquier idioma. La te-

lefonía móvil dejó de ser un artículo de lujo para convertirse en una necesidad.

El uso del wi-fi. El desarrollo de computadoras de todo tamaño y categoría, donde incluimos las de pantallas táctiles, han sido sin lugar a dudas grandes aportes. Se suma a todos estos las redes sociales.

En el aspecto médico, continuando con un legado del siglo XX, ha sido la decodificación del código genético, donde se ha descubierto la razón de muchas enfermedades, medicamentos y sus posibles tratamientos.

Un paso que ha dado luz al mundo ha sido el acercamiento de líderes que nunca se creía podían coincidir. Todos debemos recordar las

«Dicen que la historia se repite, pero lo cierto es que sus lecciones no se aprovechan».

Camille Sée

visitas del papa Juan Pablo II y sus sucesores a diferentes países, muchos de ellos no cristianos y de política diferente. No podíamos imaginar a un Fidel y Raúl Castro reunidos con los grandes líderes de la Iglesia católica, así como de otras iglesias del mundo.

Pero, sobre todo, marcó un hito histórico el encuentro de los presidentes de Estados Unidos y Cuba, Barack Obama y Raúl Castro, en la VII Cumbre de las Américas, en Panamá, del 10 al 11 de abril de 2015.

Como aporte estos son los diez descubrimientos científicos más importantes de este siglo XXI:

- **Bosón de Higgs**
- **El genoma humano descifrado**
- **Reprogramación celular**
- **El homínido más antiguo hallado.** Se trata de Ardi, el antepasado más antiguo. El 1 de octubre de 2009, en una edición especial de Science, un equipo internacional de científicos describía minuciosamente, por primera vez, a *Ardipithecus ramidus*, una especie homínida que vivió hace 4.4 millones de años en lo que hoy es Etiopía.
- **El ADN basura no es un desecho.** En 2012 se descubrió que el llamado ADN basu-

ra es mucho más útil de lo que se pensaba, pues es esencial para que los genes humanos funcionen, ya que regula su actividad.

- **Hallan el material más delgado del mundo: el grafeno.**

- **Demostración de la conjetura de Poincaré.** Este problema, planteado en 1904 por el matemático Henri Poincaré, no obtuvo una resolución satisfactoria hasta 2002, casi 100 años después de que fuera formulado.

- **Nanotecnología.** Uno de los mayores logros científicos registrados en el año 2001 fue la

fuerte irrupción de la nanotecnología, es «tecnología de los materiales y de las estructuras en la que el orden de magnitud se mide en nanómetros, con aplicación a la física, la química y la biología».

Agregamos el uso de vacunas masivamente, para tratar la pandemia del siglo: Covid-19.

Espero haberles dejado complacidos con estos datos, donde les expuse nuestro criterio, dejando en ustedes la inquietud para buscar otras luces y sombras de este siglo XXI.

El autor es médico, escritor y profesor universitario.



«Sombreros decoupage»

Creatividad y emprendimiento

A este enriquecedor taller asistieron 56 mujeres deseosas de aprender y fue una oportunidad única para que las participantes exploraran su lado artístico y aprendieran una técnica fascinante.

María Carmen Matías, una experta en el arte del decoupage, se encargó de impartir este taller, que se centró en una técnica que consiste en decorar superficies, en este caso sombreros, con imágenes de papel o tela recortadas y fijadas con barniz.

Cada uno de estos sombreros nos ofrece la posibilidad de la personalización rápida y eficaz y lo mejor de todo: a nuestro propio gusto.

La creatividad fluía mientras las participantes daban vida a sus propias obras

maestras, convirtiendo simples sombreros en piezas únicas y personalizadas.

Lo que hace que este taller sea aún más especial es que no solo fomentó la creatividad, sino que también abrió las puertas al emprendimiento. Las participantes adquirieron habilidades que podrían convertirse en una iniciativa de negocio, ofreciendo sombreros decoupage únicos al mercado.

Esta actividad, «Sombreros decoupage», no solo dejó una marca en Moca y Santiago, sino que también dejó una semilla de posibilidades y creatividad para el futuro de los participantes. Estas actividades continúan enriqueciendo la vida de la comunidad y los socios.







Premiación Estudiantes Meritorios 2022-2023

COOPMEDICA reconoce a ciento treinta y seis estudiantes meritorios a nivel nacional

La Cooperativa Médica de Santiago (COOPMEDICA), en su sexta edición de la premiación Estudiantes Meritorios, como una iniciativa que persigue estimular a los estudiantes a que desarrollen mayores niveles de dedicación y esfuerzo hacia el logro de la excelencia en su vida escolar, además de promover el ahorro infantil en los diferentes centros educativos de la República Dominicana.



Un grupo de 136 alumnos, procedentes de más de 40 centros públicos y privados, desde primero hasta sexto grado de nivel primario, recibieron sus galardones. De este grupo 18 de ellos con el grado de «Mérito a la Excelencia».

Durante el evento fueron distinguidos con medallas y regalos los estudiantes que obtuvieron las mejores calificaciones en el recién finalizado periodo escolar 2022-2023, realizán-

dose este en el salón principal del Centro de Convenciones y Cultura Dominicana-Utesa.

La niña Heidy Edith García Mendoza, de la escuela Argentina Núñez, recibió el máximo galardón al registrar el «Mayor Mérito a la Excelencia» durante el pasado año escolar, recibiendo la medalla al mérito y un valioso regalo de manos del doctor Andrés Rivas Peña, vicepresidente del consejo de administración de COOPMEDICA.





Los 18 alumnos que recibieron el premio a la excelencia fueron:

1. Ailyn Espinal Liriano Centro Educativo Laurel
2. Esteban Taveras Ozoria Colegio Chikitos
3. Luis José Núñez Marte Colegio Padre Emiliano Tardif
4. Abdiel Jiménez García Colegio Padre Fortín
5. Alexa García Cornelio Colegio Inmaculada Concepción
6. Imanol Jiménez Valdez Colegio Pequeños Gigantes
7. Jadibel Quiroz Goris Colegio Padre Emiliano Tardif
8. Lorrie Emilia Díaz Cosma Colegio Zumbador
9. Caylee de la Cruz Ovalles Centro Educativo Laurel
10. Zoe Domínguez González Colegio Padre Emiliano Tardif
11. Samuel Padilla Martínez Colegio La Zurza
12. Layna Núñez Marte Colegio Padre Emiliano Tardif
13. Ónice Rufino Santana Centro Educativo Cristiano
14. Frilaurys Peña García Colegio Padre Emiliano Tardif
15. Aníbal Josué García Cornelio Colegio Inmaculada Concepción
16. Lya Domínguez González Colegio Padre Emiliano Tardif
17. Lucas Ramos Fernández Colegio Evangélico Miguel Limardo
18. Heidi García Mendoza Escuela Argentina Núñez



Balance social

Los colaboradores de COOPMEDICA participaron en un evento que tuvo como objetivo principal la formación de ellos en el tema de balance social.

La conferencia fue impartida por Larry Mayrina, miembro del equipo técnico de la Asociación de Instituciones Rurales de Ahorro y Crédito (AIRAC), y se centró en la responsabilidad que tiene cada colaborador frente a los socios y su función social en relación con la sociedad en su conjunto.

El balance social no se trata solo de aspectos económicos, sino de comprender los beneficios adicionales que las cooperativas aportan a sus grupos de influencia, que incluyen a los socios, los colaboradores y la comunidad en general.

Este evento no solo fue una oportunidad para adquirir conocimientos valiosos, sino también un testimonio del compromiso de empresa con el desarrollo y la formación de sus colaboradores.

La cooperativa demostró una vez más su liderazgo en la promoción de prácticas responsables y sostenibles en el ámbito empresarial.

Esta conferencia resaltó la importancia de la responsabilidad social y la formación continua como pilares fundamentales en su misión de servir a la comunidad y sus socios y marcó un hito en la formación de las personas que asistieron y en la promoción de una cooperativa comprometida con su responsabilidad tanto hacia sus socios como hacia la sociedad en su conjunto.



Campaña «Gana y móntate con tus aportaciones»

Esta campaña se realizó con el propósito del incremento de las aportaciones y fomentar el aporte invertido en la cooperativa por los socios.

Los objetivos fueron:

- Incrementar las aportaciones.
- Fidelizar a los socios con la institución.
- Participación de los socios en los beneficios de la cooperativa.

Se realizaron cuatro sorteos. El último fue celebrado el 15 de junio de 2023, teniendo como premio final una Toyota Corolla Cross Limited 2023, híbrida.

El ganador del premio final fue el socio Antonio Molina Cruz.

Los demás sorteos se realizaron en diferentes fechas y los ganadores fueron de diferentes sucursales.

Con la campaña los socios incrementaron sus aportaciones y por ende obtuvieron mayores beneficios.







COOPMEDICA lanza campaña «60 años de historia premiándote»

Con motivo de su sesenta aniversario la Cooperativa Médica de Santiago (COOPMEDICA) dio a conocer su nueva campaña promocional «60 años de historia premiándote», la cual busca reconocer la fidelidad de sus socios mediante la inversión en aportaciones, en una serie de sorteos con premios en efectivo y donde al final los ganadores podrán llevarse dos jeepetas marca KIA Sonet Full 2024.

Los principales ejecutivos de la Cooperativa Médica se hicieron acompañar de miembros de la prensa



para realizar este lanzamiento, aprovechando el mes del cooperativismo dominicano.

En nombre de la institución su gerente de mercadeo, Lic. Germán Rodríguez, fue el responsable de presentar el animado que servirá de soporte, para promover entre sus socios este sorteo, informar las bases del concurso y sus fechas de premiación.

Esta promoción tendrá una durabilidad de seis meses, iniciando este 25 de octubre hasta el 4 de mayo 2024, justo al cumplimiento de sus 60 años de servicio, basado en la sostenibilidad y el progreso de nuestros socios. El primer sorteo se realizará en el mes de noviembre.

«Todos los socios que incrementen sus cuentas de aportaciones de 1000 pesos en adelante estarán participando en los sorteos mensuales donde tendrán la oportunidad de

ser los ganadores de premios en efectivo y el gran sorteo final las dos jeejetas.

También se comunicó que los socios que hagan sus aportaciones a través de COOPMEDICA APP O COOPNET se le generará el doble de boletos electrónicos.

Puntualizó que las bases del concurso están contenidas en su portal digital www.coopmedica.com y en medios de prensa nacional.

La actividad contó con la presencia del Consejo de Administración, representado por su presidente, Dr. Francisco Enrique Estepan Herrera, y el presidente de la Fundación Futuro Solidario (FUTUSOL), Dr. Andrés Roberto Rivas Peña, y su gerente general, Lic. Bienvenido Soto; la gerente de Captaciones, Rosa García; la gerente de Negocios, Miguelina Martínez, entre otros ejecutivos.



«Endulzando la Navidad»

Taller de dulces y postres en Santiago de los Caballeros

En el corazón de Santiago de los Caballeros, la magia de la Navidad se hizo tangible en un taller dedicado a los placeres más dulces de la temporada.

Raizel Brito, maestro culinario, compartió su experiencia en un evento que atrajo a 15 entusiastas amantes de la repostería. El propósito de este taller era nada menos que enseñar a las participantes los secretos detrás de la preparación de dulces y postres navideños que encantan los sentidos y definen la época festiva.

Raizel Brito, con su destreza culinaria, guio a las participantes a través de la creación de auténticas delicias que evocan la alegría y el sabor característicos de la Navidad.

Mata, galletas de jengibre, el brazo gitano y el bizcotti fueron solo algunas de las recetas exquisitas que se pudieron realizar en el taller. Se abarcó una amplia variedad de postres que reflejan la diversidad y riqueza de la temporada navideña.

Cada receta compartida no solo representó un regalo para el paladar, sino también una oportunidad de aprendizaje y creatividad.

Lo que hace aún más especial este taller es su potencial como iniciativa de emprendimiento para los socios de la cooperativa. La posibilidad de compartir y vender estas creaciones únicas durante la temporada navideña no solo añade un toque personal a las celebraciones, sino que también presenta una oportunidad de generar ingresos adicionales.

La respuesta efusiva de las participantes destaca la demanda y aprecio por eventos que celebran las tradiciones culinarias navideñas.

La cooperativa, al facilitar estos talleres, demuestra su compromiso con la comunidad y su deseo de fomentar no solo el conocimiento culinario, sino también oportunidades económicas.

En resumen, el taller de dulces y postres navideños fue más que una experiencia culinaria, fue una celebración de la creatividad, la tradición y la unión que define la temporada navideña.

Las participantes expresaron su deseo de más eventos como este, demostrando el impacto positivo y duradero que la cooperativa puede tener en la vida de sus miembros.



Taller de ponches y bebidas

Celebrando la creatividad navideña

La magia de la Navidad se desbordó en Santiago de los Caballeros durante un taller especial que trajo consigo el arte de preparar exquisitos ponches y bebidas festivas.

Raizel Brito, experto en el arte culinario, lideró este evento que atrajo la atención de 15 entusiastas participantes.

El propósito de este taller no solo fue brindar una experiencia deliciosa, sino también educar sobre la preparación de bebidas y ponches navideños. Más allá de la simple mezcla de ingredientes, Raizel Brito compartió secretos y técnicas para crear obras maestras que deleitan el paladar y elevan el espíritu festivo.

El abanico de ponches presentados fue tan diverso como encantador. Desde el clásico de dulce de leche hasta opciones más atrevidas como el ponche de pistacho y el de ciruela, cada variante era

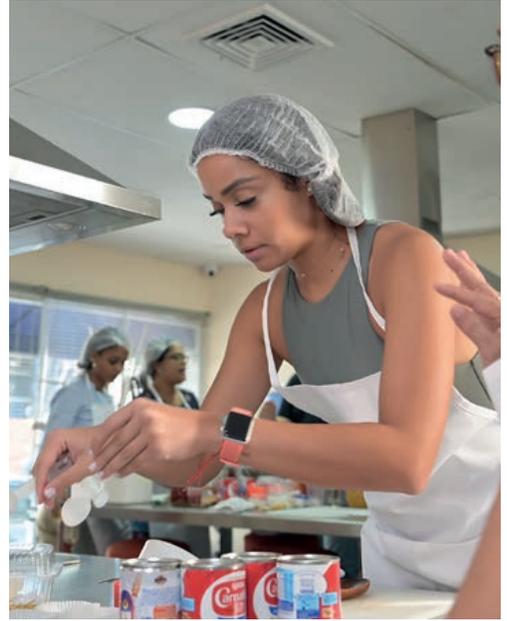
una explosión de sabores que transportaba a los participantes a la época festiva.

La sangría tinta y la tizana venezolana también tuvieron su momento, ofreciendo una paleta aún más amplia de opciones.

Lo que hace que este taller sea aún más especial es su potencial como iniciativa de emprendimiento para los socios de la cooperativa. La posibilidad de compartir y vender estas creaciones únicas durante la temporada navideña abre puertas a oportunidades creativas y económicas para quienes buscan emprender.

La respuesta entusiasta de las participantes subraya la demanda de eventos como este. El deseo de más talleres similares muestra cómo la cooperativa puede desempeñar un papel vital en la creación de experiencias significativas y educativas para sus miembros.







«5 claves para cultivar la unión familiar»

La familia siempre ha sido y es el principal pilar de la sociedad. Es donde los miembros nacen, se educan y se desarrollan, por esto que debe ser el refugio de orgullo y alegría para todos sus miembros.

En ese tenor y con motivo al Mes de la Familia, COOPMEDICA ofreció la conferencia «5 claves para cultivar la unión familiar», a cargo de la doctora Leonelda Castillo de Ureña, experta en el lenguaje del corazón, educadora e investigadora social experta en Psicología Transformacional.

«El mundo moderno parece haber olvidado lo que realmente significa sentirse bien en familia, más allá de lograr cosas o

contar con los bienes materiales suficientes». En base a este concepto desarrolló su ponencia la Dra. Castillo de Ureña.

«Tanto la ciencia como las áreas de espiritualidad y filosofía reconocen que sentirse bien sigue siendo una de las necesidades básicas del ser humano», destacó la especialista con estudios transformativos en California Institute of Integral Studies (CIIS), de los Estados Unidos.

La actividad fue celebrada a total capacidad en un auditorio majestuoso del Centro de Convenciones y Cultura Dominicana UTESA, iniciando con las palabras de bienvenida a cargo de la doctora Ana Silvia Santos, coordinadora de Educación.



Previamente la Lic. Alba Lorena Espinal, encargada del Departamento de Educación de nuestra institución, realizó la invocación a Dios, seguido de la presentación de la conferencista por parte de la maestra de ceremonias.

El doctor Andrés Rivas Peña tuvo a su cargo las palabras de agradecimiento por la magistral conferencia, que marcó las vidas de las familias presentes.

Se concluyó con la presentación del grupo de baile VDance.





«Haz feliz a un niño en Navidad»

En un emotivo evento llevado a cabo en el salón de PEDEPE, en Moca, se llevó a cabo una hermosa iniciativa destinada a alegrar las vidas de los niños.

La actividad, titulada «Haz feliz a un niño en Navidad», buscó brindar sonrisas y momentos de alegría a los pequeños de la comunidad.

El salón se transformó en un verdadero mundo de fantasía, lleno de color y magia para recibir a los niños. La animación estuvo a cargo de Santa Claus y la Señora Claus, quienes se encargaron de hacer de la jornada un momento inolvidable.

La atmósfera festiva se complementó con música alegre, concursos emocionantes y una amplia variedad de delicias como palomitas de maíz, dulces, jugos y algodones de azúcar.

Los pequeños disfrutaron de una tarde llena de diversión y participaron en concursos que llenaron el lugar de risas y alegría. Fue una oportunidad para que los niños pudieran sumergirse en un mundo de fantasía y felicidad.

Esta actividad fue posible gracias al apoyo de COOPMEDICA y al Distrito 04, de Moca, con el



compromiso constante con la comunidad.

En un espíritu de colaboración y empatía, se logró crear un evento que dejó huellas de amor y felicidad en los corazones de los niños y sus familias.

Agradecemos a todos quienes hicieron posible «Haz feliz a un niño en Navidad», llevando luz y esperanza a los niños.



Actividades de la Fundación Futuro Solidario (FUTUSOL)



«Camina y corre por tu salud 2023»

Con el tradicional banderazo de honor realizado por el Dr. Andrés Roberto Rivas Peña, presidente de FUTUSOL, dimos inicio a nuestra carrera 5k «Camina y corre por tu salud 2023», luego de compartir en un calentamiento musical con ejercicios de zumba.







Jornada de mamografía y sonomamografía 2023

La prevención del cáncer de mama es crucial para salvaguardar la salud de las mujeres. La detección temprana mediante autoexámenes y mamografías periódicas aumenta significativamente las posibilidades de un tratamiento exitoso. Además, fomentar la conciencia sobre los factores de riesgo y promover hábitos de vida saludables contribuyen a la reducción de casos.

La prevención no solo salva vidas, sino que también empodera a las mujeres para tomar el control de su bienestar y crear comunidades más saludables.

A través de nuestra fundación este año le dimos la oportunidad a mujeres que no tenían seguro médico realizarse estos estudios y que viven en comunidades de Santo Domingo, Moca, Puerto Plata y Santiago de los Caballeros.





Charla de prevención de cáncer de mama en San Francisco de Macorís

En nuestro compromiso continuo en la lucha contra el cáncer de mama hemos estado llevando a cabo charlas educativas durante todo el mes de octubre, en manos de profesionales en el campo.

Tuvimos el honor de compartir con el cuerpo docente del politécnico Vicente Aquilino Santos, de San Francisco de Macorís, en una valiosa charla de prevención.

El Dr. Eduard Valdez, cirujano oncológico, cautivó al público con información crucial sobre la detección y prevención del cáncer de mama.

La charla destacó mitos y creencias, hábitos y facetas menos conocidas de esta enfermedad, brindando una visión integral y esclarecedora.

Tuvimos el privilegio de contar con la presencia de Inés Guzmán, gerente de sucursal de COOPMEDICA en San Francisco de Macorís, y Fernanda Payano, coordinadora administrativa de FUTUSOL, así como el personal administrativo del politécnico, quienes contribuyeron significativamente al enriquecedor diálogo sobre la concientización y prevención del cáncer de mama.





Conferencia «Manejo multidisciplinario del cáncer de mama»

En un ambiente fresco, al aire libre y con motivo a la prevención del cáncer de mama, Puerto Plata se vistió de rosa en el Paso Peatonal Melosa.

Con la excelente ponencia de profesionales de la medicina el público presente tuvo la oportunidad de adquirir valiosos aprendizajes sobre el cáncer de mama, pues el abordaje de este tema se realizó desde la óptica de un radiólogo, hematólogo, ginecólogo, psiquiatra y un pediatra.

Inició el Dr. Juan de León, psiquiatra, con el tema «Rol del psiquiatra en el acompañamiento del paciente con cáncer».

La Dra. Julissa Muñoz, pediatra oncóloga, expuso «¿Qué esperar en pacientes pediátricos?»

La Dra. Viviana de la Rosa, hematóloga, disertó «Neoplasias oncohematológicas. Hacia la prevención y control de la enfermedad».

La Dra. Nathalie Martínez, ginecóloga, abordó sobre «Prevención, diagnóstico y tratamiento del cáncer de mama».

Para cerrar con broche de oro tuvimos la intervención del Dr. Elimán Mejía López, radiólogo, quien compartió su testimonio de vida como expaciente de cáncer.





Charla «Fortaleciendo los vínculos familiares» en la comunidad de Tamboril

El Distrito Educativo 08-09, del municipio de Tamboril, organizó un acto de reconocimiento a familias ejemplares de sus centros educativos. En el mismo nuestra Fundación Futuro Solidario participó llevándole una charla con la licenciada Yvetsy Marte, cuyo propósito radica en dar pautas y herramientas para fortalecer los vínculos familiares.

Se destacó la familia como un elemento seguro y democrático, invitando a los padres y/o tutores a crear un espacio donde sus hijos puedan expresar lo que sienten y piensan, sin miedo a ser juzgados, criticados e incluso sentirse rechazados.

Indicó la licenciada Marte que la familia se fortalece cuando nos acercamos a Dios y cada miembro de la familia se siente pertenecido cuando nos elevamos y trabajamos juntos, nos amamos y cuidamos el uno al otro.

Las familias son fundamentales en la medida que brinden ambientes en que sus hijos se sientan queridos y cuidados, promuevan la confianza del niño, estimulen sus capacidades y aseguren su desarrollo físico.

Concluyó invitando al público presente a reflexionar y poner en práctica los buenos valores para que sean familias funcionales, en donde la comunicación prevalezca y atesore cada momento como un regalo.



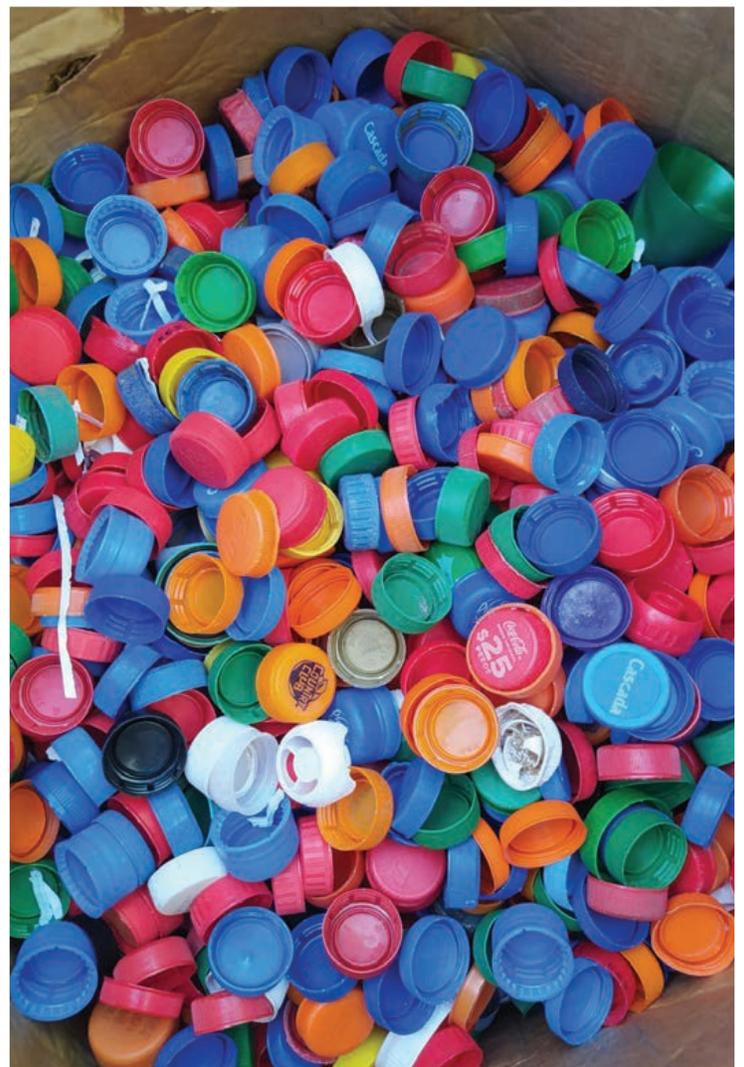
Transformándonos a una cultura verde

Muy felices de comunicar que hasta la fecha hemos hecho entrega de 632 kilos de papel triturado, 166 libras de botellas plásticas, 40 libras de botellas de vidrio para ser reciclado y exportados a compañías en Colombia, México y Ecuador a través de la Recicladora JCB SRL.

Se han entregado hasta la fecha 5047 libras de tapitas plásticas.

Han aportado entidades como el Instituto Iberia, Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Universidad Abierta para Adultos (UAPA), Colegio Sagrado Corazón de Jesús. El Sr. Julio César Sarita fue quien gestionó la entrega de algunas escuelas y politécnicos.

A través de las sucursales de COOPMEDICA continuaremos sumándonos a esta valiosa iniciativa y agradecemos el aporte valioso de cada uno de ustedes para que este proyecto a favor de los niños con cáncer sea una realidad.



Pasantía internacional

Intercambios de experiencias con procesos de fundaciones sociales y solidarias

La educación y la formación, como uno de los principios cooperativos, fortalece el horizonte de sentido que incentiva el sector solidario, potenciando capacidades en líderes, directivos, empleados y delegados, para asumir con entereza el destino de los procesos socioempresariales que se basan en la ayuda mutua, la cooperación y la solidaridad.

A través de Confecoop la Dra. Ana Silvia Santos, vicepresidenta de FUTUSOL, y la Licda.

Fernanda Payano, coordinadora administrativa de la Fundación, tuvieron la oportunidad de participar de ejercicios formativos en una propuesta de pasantía bajo un enfoque participativo e interactivo, que permitió el fortalecimiento de capacidades y habilidades, alineando sus expectativas y acciones cotidianas con los propósitos establecidos por la organización.

Este intercambio de saberes y experiencias fue realizado con varias entidades que tienen apuestas similares de fortalecimiento de la base social de las cooperativas, cada una con un enfoque específico de trabajo que hace que su accionar sea oportuno, pertinente y de acuerdo a las necesidades de las comunidades a las que se orientan.

Los temas trabajados por cada cooperativa fueron los siguientes:

Confecoop Antioquia: el sistema de integración cooperativo en Colombia, fortalecimiento del sector cooperativo y solidario desde los diferentes ejes que trabajan.

La Fundación Confiar compartió su proyección comunitaria y su diseño de proyectos.

Comedal se enfocó en su proyección social.

La Fundación C.F.A. mostró su estructura administrativa y su proceso de redes.

En la Fundación Coogranada se realizó un ejercicio vivencial en donde las participantes vieron el desarrollo territorial y fortalecimiento de procesos para reconstruir el tejido social.

En la Fundación Creafam y Coingra observaron las experiencias de articulación, ejes de trabajo con niños y jóvenes.





«Brindarte esperanza nos da felicidad 2023»

La alegría de nuestra fundación contagió a muchas familias esta Navidad 2023. En total 190 familias fueron impactadas con la entrega de cajas de alimentos con productos de la canasta familiar y un poquito más, pues también incluyeron dulces y artículos de cuidado personal.

En cada entrega nuestro corazón se llenaba de gran gozo, acompañados de música, abrazos y sonrisas que quedaron selladas en cada uno de nuestros corazones.



A través de este gesto estas familias tendrán el alimento de varios días, pero más que esto se quedará en ellos el carisma que caracteriza nuestro equipo de COOPMEDICA y FUTUSOL.



COOPMEDICA
Protegiendo tu futuro

REGION NORTE

Gurabo

Carretera Luperón núm. 10. Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 2521

Vicente Estrella

Calle Vicente Estrella No. 57, Los Pepines. Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 2121

Sabana Larga

Calle Sabana Larga No. 156. Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 2221

Bella Terra

Plaza Bella Terra Mall, módulo 113, primer nivel. Av. Juan Pablo Duarte, Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 2621

Colinas Mall

Plaza Colinas Mall, módulo 233, segundo nivel. Av. 27 de Febrero, Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 3021

Plaza Ulloa

Plaza Ulloa, módulo 202. Av. Circunvalación. Santiago de los Caballeros.
Teléfono: (809/829) 582 5010
Ext. 3721

Laguna Prieta

Carretera Puñal-Laguna Prieta, casi próximo a la escuela Laguna Prieta. Santiago.
Teléfono: (809/829) 582-5010
Ext. 2321

Moca

Calle Duarte núm. 43, Moca.
Teléfono: 809 578 4000 / 4001
Ext. 2421

Puerto Plata

Plaza Amapola. Av. Luis Ginebra. Puerto Plata.
Teléfono: 809 291 0203
Ext. 2821

La Vega

Plaza Azura, primer nivel. Av. Pedro A. Rivera, km. 0. La Vega.
Teléfono: 809 277 1365
Ext. 3121

San Francisco de Macorís

Plaza Route 19. Av. Presidente Antonio Guzmán Fernández núm. 13. San Francisco de Macorís.
Teléfono: 809 290 0156
Ext. 3521

REGION ESTE

Santo Domingo

Plaza Alexandra. Av. Abraham Lincoln núm. 609, Ensanche Piantini. Santo Domingo.
Teléfono: 809 475 0107
Ext. 2921

Santo Domingo Este

Plaza Lama. Carretera Mella. Santo Domingo Este.
Teléfono: 809 475 0107
Ext. 3621

San Pedro de Macorís

Av. Independencia núm. 28. San Pedro de Macorís.
Teléfono: 809 339 0237
Ext. 3221

La Romana

Plaza Lama. Calle Francisco Richiez. La Romana.
Teléfono: 809 349 0463
Ext. 3421

Bávaro

Plaza Progreso, primer nivel, local 9. Av. Estados Unidos, Friusa. Bávaro.
Teléfono: 809 933 3127
Ext. 3321

REGION SUR

Barahona

Zull Plaza. Calle Luis W. del Monte esq. José D. Matos. Barahona
Teléfono: 809 582 5010
Ext. 3821

www.coopmedica.com

   @coopmedica

