



coopetraban

Cooperativa Nacional de Trabajadores

Pintemos y practiquemos los valores!!!



5ª edición.



coopetraban

Cooperativa Nacional de Trabajadores

Pintemos y practiquemos los valores!!!



Quinta Edición

100.000 ejemplares

Abril de 2010

Una publicación de Coopetraban

Ilustraciones e Impresión: Fotomontajes S.A.

NUESTRA MISIÓN

"Entregar servicios integrales de Ahorro y Crédito que superen las expectativas de los asociados y generen progreso y bienestar para nuestro equipo humano".



2)

NUESTRA VISIÓN

"Ser la mejor opción cooperativa para contribuir al desarrollo económico, social y cultural de los asociados y de su entorno".



3)

RESEÑA HISTORICA

“Somos la Cooperativa líder en la prestación de servicios de ahorro y crédito, contamos con más de 65.300 asociados a nivel nacional. Fundada el 3 de octubre de 1.945 por Don Manuel Mosquera Moreno con el objeto principal de contribuir al mejoramiento económico, social y cultural de los asociados y la comunidad, fomentando la solidaridad, la ayuda y el respeto mutuo”.



INTRODUCCIÓN

La cartilla “Pintemos y practiquemos los valores” es un proyecto social generado e impulsado por la Cooperativa Nacional de Trabajadores – COOPETRABAN con el propósito de reafirmar de una manera didáctica entre la población infantil la importancia de cultivar los valores que deben estar presentes en la vida de ellos y de toda la comunidad. Además comparte los valores en los que está fundamentado el quehacer diario de Coopetraban, su filosofía y su responsabilidad social.

Esta iniciativa comenzó como la cartilla “Pintemos el cooperativismo”, en el año 1995, partiendo de la premisa que todos tenemos una cuota de responsabilidad en la creación de una Colombia solidaria, humana y resaltando en ella los valores cooperativos. En 1997 se diseñó e imprimió la primera cartilla “Pintemos y practiquemos los valores”. Desde entonces se patrocina este texto llevando el mensaje a miles de hogares, estimulando una forma de vida que se construya a partir de los valores y de las sanas costumbres.



coopetraban
Cooperativa Nacional de Trabajadores

LA PUNTUALIDAD

Es estar a tiempo para cumplir nuestras obligaciones: ir a clases, una cita, una reunión de amigos, un compromiso, una tarea pendiente por entregar.

La puntualidad es el reflejo del respeto que sentimos por las personas, su tiempo y sus actividades.

Para ser puntual se recomienda:

- Ser conscientes de que toda persona, evento, actividad o cita son importantes.
- Reducir distracciones y descansos a lo largo del día.
- Levantarse más temprano para terminar tu arreglo personal con oportunidad.
- Estar atento con las actividades diarias, tanto en el hogar, como en el trabajo y en el estudio.



LA SERENIDAD

Es conservar la calma en medio de nuestras ocupaciones y dificultades sin enojarse o ponerse triste.

La serenidad hace a la persona más dueña de sus emociones y le da fortaleza para dominarse, soportar y afrontar la adversidad.

Recomendaciones para aumentar la serenidad.

- Concentrarse en una labor o actividad diferente, así se libera la mente.
- Cuidarnos físicamente: hay personas que se sienten afectadas de tal modo que dejan de comer y dormir por sus preocupaciones y todos sabemos que las personas se enojan mas fácilmente cuando les falta el alimento y el descanso.

Serenidad es calmarse para pensar y tomar la decisión más acertada ante una dificultad.



LA VOLUNTAD

Es tener ganas y poner de nuestra parte para lograr hacer realidad una meta, una tarea, una actividad o un deseo.

Voluntad significa esforzarnos para realizar una tarea. Una gran voluntad nos aleja de los vicios.

La voluntad se manifiesta "haciendo" las tareas o cumpliendo los retos con alegría.

Para ejercitar la voluntad es necesario ponerla en práctica en cada situación que requiere un esfuerzo adicional, en cada tarea que nos cueste trabajo realizar, en cada meta que debamos alcanzar.

La voluntad mejora nuestra responsabilidad, nuestra constancia y nuestra disciplina.



EL DESCANSO

Descansar es realizar actividades que nos permitan cambiar nuestras labores cotidianas, por otras que requieren menor esfuerzo.

Descansar es recobrar ánimos para continuar nuestras tareas.

Cuando descansamos debemos moderar nuestros gustos y controlar nuestras apetencias, es decir, saber dedicar el tiempo necesario e indispensable a cada actividad recreativa y no caer en excesos.

El descanso puede darse cuando practicamos una afición, un deporte o aprendemos un nuevo oficio porque es una oportunidad para divertirnos, para desarrollar nuestras capacidades y habilidades y fomentar la amistad, el liderazgo o la actitud de servicio.



LA LEALTAD

Es saber valorar la confianza que las personas han depositado en nosotros, es brindar compañía en los momentos difíciles,

Lealtad es estar con un amigo en todas las circunstancias, es apoyarlo para que pueda seguir adelante, es estudiar y trabajar con convicción

Para ser leales debemos guardar los secretos que nos han confiado; ayudar a otros a superar sus debilidades sin divulgarlas o compartirlas con otras personas.

Lealtad es defender lo que creemos y en quien creemos.



RESPECTO POR EL MEDIO AMBIENTE

Es valorar el medio ambiente y todo lo que nos rodea.

Respetar el medio ambiente es:

- Cuidar mi vida y la de los demás
- Proteger los recursos naturales
- Conservar las especies en vía de extinción.
- Conservar un lugar limpio
- Cuidar el consumo de agua
- Respetar la conservación y protección del aire
- Cuidar los árboles
- Evitar incendiar los bosques
- Mantener libre de basuras y desperdicios los ríos y quebradas.
- Agradecerle a la naturaleza por la vida que nos ha brindado, por la tranquilidad que les da a nuestros cuerpos y nuestras almas a la hora de compartir sus espacios.



LA FELICIDAD

La Felicidad es disfrutar cada instante de nuestra existencia.

La felicidad está en nuestro interior y es independiente de lo material. El tener vida ya es motivo suficiente de felicidad.

La felicidad depende de la forma como miremos el mundo.

Felicidad es disfrutar de lo poco o de lo mucho que tenemos sin renunciar a mejorar, porque mientras tengamos vida, tenemos posibilidades.

La felicidad también está en compartir con la familia, con los amigos, ayudar al desvalido, apoyar a alguien en los momentos difíciles; éstas son oportunidades para ser realmente felices.

El trabajo también es una fuente de felicidad porque beneficia a otras personas y por consiguiente a tu familia y ti mismo.



LA CONVIVENCIA

Es aprender a vivir en paz y armonía con todas las personas, por encima de sus defectos, ideas y modos de ser.

Para una buena convivencia se requiere:

- Estar dispuestos siempre a comprender, a disculpar, a respetar, a aceptar a los otros como son sin querer cambiarlos, esto nos lleva a hacer la vida más grata a quienes vemos todos los días.
- Calificar a las personas y sus actuaciones de forma favorable, sin detenernos mucho en sus defectos y errores.

En la convivencia diaria, la alegría, manifestada en la sonrisa oportuna o en un pequeño gesto amable, abre la puerta de muchas almas que estaban cerradas al diálogo o a la comprensión.



LA INTEGRIDAD

Integridad significa ser coherente en los pensamientos, las actitudes y las palabras, es decir pensar, actuar y hablar de acuerdo a lo que sentimos y a nuestros principios.

Integridad implica, rectitud, bondad, honradez.

PAUTAS PARA LA INTEGRIDAD

Cree en ti, en tus posibilidades, pero créelo con convicción.

- Se firme en tus decisiones y planes.
- Culmina con tus metas.
- Asume tus responsabilidades, acepta tus errores, virtudes y limitaciones.
- Cumple tus compromisos.
- Enfrenta tus dificultades y derriba los obstáculos.
- Sé entusiasta, el entusiasmo es indispensable para iniciar cualquier empresa, triunfar y ser feliz.



EL AHORRO

El ahorro es una disciplina que nos ayuda a administrar mejor el dinero y nos brinda la posibilidad de tenerlo disponible para atender necesidades y situaciones imprevistas.

Es posible ahorrar en cada una de nuestras actividades diarias, en la escuela, en el hogar, en el trabajo, cuidando los elementos que utilizamos para la realización de nuestras tareas, haciendo buen uso de los recursos naturales.

Cuando ahorramos en alguno de estos aspectos estamos brindando nuestro aporte al bienestar de otros y estamos labrando un mejor futuro para cada uno de nosotros y para quienes nos rodean.

Ahorrar nos brinda seguridad, tranquilidad y un mejor futuro.



SOPA DE LETRAS

Diviértete encontrando las palabras escondidas en esta sopa de letras



Descanso

Salto

Ahorra

Idea

Lealtad

Día

Serenidad

Defender

Voluntad

Apoyar

Puntualidad

Cuidar

Medio Ambiente

Confianza

Respeto

Vianda

Felicidad

Pensar

Integro

Vida

Convivencia

Meta

Trinar

Edad

Paz

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



coopetraban

Cooperativa Nacional de Trabajadores

Sede Administrativa

Calle 49 N° 50 - 21 • Edificio del Café • Piso 18 • Medellín
Teléfono: 231 80 65 • Fax: 231 80 65 Ext.: 115

Agencia Parque de Berrio

Carrera 50 N° 49 - 06 • Segundo Piso
(Palacé con Ayacucho)

Agencias

Alpujarra • Apartadó • Arboletes • Caucasia • Frontino
Itsmína • Lorica • Montería • Necoclí • Puerto Berrío
Quibdó • Rionegro • Sahagún • San Juan de Urabá
Sincelejo • Sonsón • Turbo

Línea Verde

Llamada gratuita 01 8000 946 522

Página Web

www.coopetraban.com.co