

# nuestro METRO

Para quienes vivimos la ciudad metro a metro

Junio - Julio de 2023 - N° 211 - Año 18 - Medellín - Colombia / ISSN 2027-3223



## Nuestro compromiso con la innovación

Los conceptos de Investigación, Desarrollo e Innovación (I+D+i), han estado presentes desde nuestros inicios. Esto se refleja en acciones concretas como la reciente patente obtenida por la Empresa para el cargador inteligente de alta potencia para reutilización de energía en trenes, entre otras acciones que contribuyen a la sostenibilidad de la ciudad - región.

Pág. **4**

### Atención a cambios en la glorieta de la estación Niquía

El Metro comenzará próximamente algunas obras civiles de repavimentación en la glorieta de la estación Niquía, lo que implica la reubicación de algunos paraderos de manera temporal.

Pág. **3**

### La App Cívica llega a las 500 mil descargas

La App Cívica, que integra servicios financieros y de transporte, alcanzó 500.000 usuarios registrados que pueden disfrutar beneficios como viajar en el Metro, recargar la Cívica y pagar en comercios aliados por medio de código QR.

Pág. **6**



### La Armada Nacional celebra su bicentenario

Los usuarios de la estación Poblado pueden apreciar por estos días una serie de fotografías que evidencian los logros de la Armada de la República de Colombia. Una muestra para celebrar los 200 años de fundación de esta institución.

Pág. **11**



Línea de atención al usuario

60(4) 4449598

[www.metrodemedellin.gov.co](http://www.metrodemedellin.gov.co)

## Editorial

**Tomás Andrés Elejalde Escobar**  
Gerente general



## Una red de movilidad diversa e incluyente

La **Cultura Metro**, como modo de relacionamiento positivo con nosotros mismos, con los otros y el entorno, nos invita a ser conscientes de la relevancia de valores como la empatía y el respeto por el otro. Es por esto que la diversidad, la equidad y la inclusión hacen parte de nuestro ADN.

Como empresa pública, nuestro actuar se soporta en un marco normativo que debemos acatar. Pero queremos trascender. **De ahí que el reconocimiento y el respeto por la diversidad sean inherentes al actuar corporativo**, puesto que es natural que en la red Metro nos movilizemos personas plures y que tenemos los mismos derechos.

Desde 1995 nuestro compromiso con la inclusión, la equidad y el respeto por la diversidad se ha venido materializando en acciones concretas, que se ajustan y evolucionan al ritmo que lo exige nuestra sociedad. Por ello, en 2022 desarrollamos un procedimiento para la prevención y atención de casos de discriminación y/o violencia debido a la identidad de género, expresión de género u orientación sexual dentro del sistema Metro, y capacitamos a nuestros servidores y contratistas en su aplicación. Desde 2022 y hasta lo que va corrido de 2023, **se han formado 708 Servidores Metro y contratistas en temas de diversidad sexual, étnica y equidad de género.**

Este procedimiento promueve el respeto y la garantía de los derechos fundamentales de la población LGTBQ+ en el marco de **Cultura Metro**, como modo de relacionamiento positivo. Esto significa que cualquier situación no inclusiva o discriminatoria que se presente en espacios de nuestra red deberá ser atendida con base en los pilares fundamentales de la **Cultura Metro**, como son la actitud respetuosa, el servicio oportuno, el lenguaje positivo y el trato digno. **Somos un sistema seguro e incluyente con un enfoque diferencial en la atención a los usuarios según sus necesidades, en el marco del cumplimiento del Reglamento del Usuario.**

Además de lo anterior, nos articulamos permanentemente con las dependencias del Distrito, del departamento y con organizaciones de la sociedad civil que trabajan en torno a la diversidad, para aprender de su experiencia y desarrollar acciones afirmativas.

Con apoyo de nuestros aliados, contamos también con una nutrida agenda cultural en la que múltiples voces tienen cabida. **Nuestras más recientes campañas de comunicación y formación buscan reflejar de manera natural la diversidad en todas sus formas y expresiones.**

Para seguir avanzando en este camino es necesario contar con la corresponsabilidad y el compromiso de toda la ciudadanía. Creemos firmemente en las capacidades de todas las personas que utilizan nuestra red de movilidad para reconocer el valor de quienes comparten su viaje, en el marco de **Cultura Metro.**

Seguiremos trabajando de la mano de entidades aliadas, colectivos y de la sociedad civil en la prevención de la discriminación, la exclusión y la violencia. **Promovemos el respeto por la diversidad, pues estamos convencidos de que una sociedad diversa es más resiliente e innovadora y tiene mayor capacidad de enfrentar nuevos retos ■**

## ¿Qué nos mueve?

## Un viaje en el que quepamos

Amo al Metro, recuerdo estando muy niño como fueron apareciendo en la tierra, en inmediaciones del Parque de la República, contiguo al Cementerio San Pedro, esas columnas inmensas, que cargarían después un viaducto que atraviesa a la ciudad, dándole un halo de desarrollo y recordándonos eso del empuje paísa. Mi mamá decía que no lo conocería, que eso tardaría mucho en ser construido. Sin embargo, lo conoció. Subió en repetidas ocasiones a pesar del miedo que le causaba pensar en "esas puertas que se cierran solas", o en pensar subir muchas escalas para su gusto.

Esta semana al subir, me percaté de unas líneas de colores en las puertas con el mensaje "en el Metro viajamos todas las personas". Esas líneas de colores buscan visibilizar orientaciones sexuales, expresiones e identidades de género y características sexuales no hegemónicas en personas que podrían ser amigas, familiares, vecinas, compañeras del trabajo. Un montón de gente y posibilidades que intentamos hacer caber en el acrónimo LGBTI (lesbianas, gays, bisexuales, personas con experiencia de vida trans e intersexuales).

Veía estos colores y la apuesta del Metro por hacer visibles otras formas de habitar los cuerpos y el Valle de Aburrá y recordaba el informe que esta misma semana

publicó Colombia Diversa. Y es que en el 2022 fueron asesinadas en Colombia ciento cuarenta y ocho (148) personas LGBT, una baja considerable en comparación con el 2021, año en el que ascendió la cifra a los doscientos cinco (205) casos. De estas personas asesinadas en 2022, 101 eran hombres gays (66) y mujeres trans (35), concentrando el 68,2% de los casos de homicidio, los otros casos se cometieron sobre los cuerpos de 17 mujeres lesbianas, 10 hombres bisexuales, 4 mujeres bisexuales, 2 hombres trans y 14 en los que no se logra determinar la orientación sexual o la identidad de género. De estos casos son Antioquia, Valle del Cauca y Bogotá los territorios en los que se concentra el 48.6% de los casos.

Es por ello que celebro esta campaña que adelanta el Metro de Medellín, como una entidad pública que debe propender por la vida. Y no sólo esta campaña comunicacional, sino el proceso formativo que adelantó a su personal, de la mano del Programa Antioquia Región Arcoíris de la Gobernación de Antioquia.

Esta apuesta porque el enfoque de orientación sexual y de identidad de género transversalice la prestación del servicio público, es vital para prevenir la discriminación que impide las manifestaciones de identidad de las personas, lesiona su



**Óscar Emilio Marín Garcés**  
profesor en la Facultad de Educación de la U. de A y coordinador del Programa Antioquia Región Arcoíris en la Gobernación de Antioquia.

calidad de vida e impide el empoderamiento que le da a todas las personas el derecho al libre desarrollo de la personalidad, consagrado en el artículo 17 de la Constitución Política de nuestro país.

Dice la Defensoría del Pueblo de Colombia, que la existencia de prejuicios, la reproducción de patrones culturales de género soportados por discursos religiosos, médicos, sociales, políticos e ideológicos, son los principales argumentos que se presentan como excusa para legitimar la discriminación y la violencia por prejuicio, en razón a la orientación sexual e identidad de género.

Comprender que en la vida tenemos personas que son amigas, familiares, vecinas, compañeras del trabajo o simplemente ciudadanas con iguales derechos que los nuestros, nos permitirá hacernos conscientes de que, en este viaje de la vida, hay espacio suficiente, por lo cual como ciudadanos y ciudadanas, debemos contribuir para que se garantice espacio para que quepamos todas las personas, no obstaculizar las puertas de la vida para el ingreso y salida de las personas sin importar cual estación disfrute más visitar o habitar ■

## Fue tendencia

### Estación Caribe

- Línea A.
- Metro de la 80.
- Tren del Río.
- Terminal de Transporte.

# PaisajesMetro... del futuro.



**NUESTRO METRO**

es una publicación de la Empresa de Transporte Masivo del Valle de Aburrá Limitada

Gerencia General - Dirección de Comunicaciones y Relaciones Públicas

Publicación mensual 80.000 ejemplares.

Distribución gratuita en todas las estaciones del Metro

Diseño e Impresión El Colombiano.

Calle 44 # 46-001, Bello, Antioquia.

Commutador: 60(4) 454 88 88 ■ Línea Hola METRO 60(4) 444 95 98

e-mail: contactenos@metrode medellin.gov.co

www.metrode medellin.gov.co



# Avanza la puesta a punto de la nueva máquina bateadora



La máquina bateadora Leopard fue fabricada en España y pronto estará al servicio para los trabajos de mantenimiento.

## ¿Qué hace la máquina bateadora?

La máquina combina fuerza y precisión, y tiene capacidad de nivelar y alinear la vía férrea, pero adicional a esto compacta el balasto, es decir, la piedra triturada para permitir un viaje seguro y confortable.

Su importancia en el mantenimiento de la vía férrea hace que la máquina bateadora sea uno de los vehículos auxiliares más consentidos en el Metro de Medellín. Desde que llegó hace unos días a los talleres en Bello, proveniente de España, profesionales de la empresa fabricante y personal Metro trabajan articulados para ponerla a punto antes de que inicie actividad en las vías comerciales.

Después de ser descargada, los equipos de ambas empresas verificaron el estado de la máquina que fue traída por mar y posteriormente por tierra. "Luego de esto, fueron instalados los módulos electrónicos para monitorear las variables de la bateadora Leopard 700 y actualmente, durante todo el día, se avanza en ajustes de software y programación con el fin de configurar las velocidades de desplazamiento del vehículo y las secuencias del trabajo a medida que se mueve en la vía férrea", explicó Carlos Arturo Rodríguez, profesional de Trenes.

Una vez sean sincronizadas las velocidades de desplazamiento y de bateo, iniciarán en los próximos días las pruebas funcionales en las vías férreas internas para posteriormente comenzar la capacitación por parte del personal extranjero a nuestros servidores Metro que hacen parte de vía permanente y de trenes, las dos áreas que interactúan con la máquina ■

# Se vienen cambios transitorios en los paraderos de buses de Niquía

En los paraderos de la glorieta de Niquía comenzarán próximamente cambios transitorios para los usuarios de las rutas integradas de buses. Allí, el Metro adelantará obras civiles que consisten en el cambio del pavimento en los muelles, una intervención que es necesaria debido al desgaste por el paso de los años y el tránsito de los buses.

Mientras avanzan las actividades, será necesaria la reubicación de los lugares habituales de em-

barque y desembarque de pasajeros de las rutas integradas de los buses de Barbosa, Copacabana, Girardota y San Félix.

Transitoriamente, los pasajeros encontrarán estas rutas integradas dentro de la glorieta en el muelle del costado occidental de la estación, es decir, el muelle que colinda con el centro comercial Puerta del Norte. La intervención también implicará un cambio transitorio para el acopio de taxis, que quedará ubi-

cado a un extremo en el carril izquierdo del mismo muelle. Una vez finalice el cambio de pavimento, los paraderos volverán a su zona habitual, localizados en el costado oriental de la estación.

Invitamos a nuestros usuarios a estar muy atentos a los canales de comunicación del Metro de Medellín, donde informaremos con anterioridad la fecha del inicio de las obras y de los cambios transitorios en los paraderos de buses ■



Las obras civiles se realizarán durante las 24 horas con el fin de minimizar el impacto y las molestias.

# Línea P cumplió dos años transformando vidas

El 10 de junio de 2021 las telecabinas de la línea P sobrevolaron por primera vez, prestando servicio comercial en el noroccidente de Medellín. Desde entonces 21'500.000 personas han viajado.

Francisco Montoya tiene 72 años y desde hace 35 reside en El Progreso, barrio donde está ubicada una de las estaciones. "El transporte era muy diferente, con el cable aéreo nos ganamos un poco de

tiempo y ahorramos también dinero por ahí derecho", dice Francisco.

Después de dos años de operación, la línea P se ha convertido en el segundo cable aéreo que más usuarios moviliza en un día laboral promedio con cerca de 45.500 pasajeros, esto equivale a casi el aforo del estadio Atanasio Girardot. El cable con más usuarios es línea K que cada día es empleado por unas 48.000 personas.



Es la sexta línea de cables aéreos que tiene el Metro.

La línea P es el cable aéreo de mayor capacidad y velocidad del país. Las telecabinas no solo han transformado la forma de moverse, el impacto también ha sido social, cultural, urbanístico y ambiental.

"Lo que más me gusta es que es muy rápido, uno antes en bus se demoraba una hora, aquí en el cable

si mucho se demora 30 minutos. Todo el entorno es muy diferente, el cambio de vida se nota", destaca Francisco Montoya del Metrocable Picacho.

La línea P cuenta con cuatro estaciones (Acovedo, SENA, Doce de Octubre y El Progreso), y tiene 138 cabinas, cada una con capacidad para 12 personas ■

## #MiMetro EnDatos

\$1.263

millones es el ahorro que ha representado el reencauche de llantas en el tranvía durante los últimos 7 años.



# Innovación que se traduce en aportes a la ciudad - región

La innovación se ha constituido en uno de los pilares de la Empresa Metro de Medellín y se expresa de manera clara en uno de nuestros valores corporativos: Tenemos una visión integral y un espíritu innovador.

Es precisamente este espíritu innovador el que ha llevado al Metro a superar dificultades y a resolver problemas para seguir prestando un mejor servicio. Los Servidores Metro están comprometidos con la búsqueda de nuevos desarrollos o de mejorar la forma en que se realizan sus actividades diarias construyendo de manera colaborativa y abierta, para contribuir a la sostenibilidad de la ciudad-región. Lo anterior bajo los preceptos de la Cultura Metro (la relación con nosotros mismos, con los otros y con el entorno).

Este es un panorama de los aspectos más significativos de la innovación en el Metro de Medellín.



## Modernización de trenes

La modernización de los trenes de primera generación del Metro de Medellín, es decir, los que prestan servicio desde que fue inaugurada la línea A, sigue sumando kilómetros y ya superó 50 % del proceso de ejecución. En 2019 la Empresa comenzó los trabajos y desde entonces no han parado, ni siquiera en medio de 2020 y 2021, los años más complejos de la pandemia.

Con el fin de darle agilidad al proceso y poder intervenir hasta 5 trenes al tiempo, a inicios de 2022 se inauguró la Fábrica de Trenes. **Hasta ahora, por allí han pasado 35 de los 42 trenes que una vez modernizados salen a circular como nuevos teniendo una vida útil de hasta 25 años más.**



## Sistema I+D+i certificado

Nos destacamos en ser la primera entidad pública de Colombia en **certificar bajo la norma NTC5801 nuestro Sistema de Gestión de Investigación, Desarrollo e Innovación**. Se trata de un reconocimiento al trabajo creativo del personal Metro que busca resultados sobresalientes para mejorar diferentes procesos.

Desde 2013 en el Metro de Medellín se creó el área de Investigación, Desarrollo e innovación, integrada por profesionales que hacen cosas nuevas, creando valor. Pero la innovación no solo está presente en esta área de la Empresa, este concepto se vive desde diferentes aspectos de nuestro quehacer. Por eso vale la pena destacar, por ejemplo, que **el Metro es el primer y único operador urbano como empresa de transporte en Colombia** y es creador e implementador de un modelo propio para la definición de corredores de transporte, entre otros.



## 11 patentes otorgadas

El Metro de Medellín ha obtenido 11 patentes. Algunas han sido el fruto de alianzas con la academia y otras corresponden a desarrollos propios de la Empresa. **El desarrollo de estas potencia la industria local, crea conocimiento en el ecosistema de innovación y tiene la capacidad de generar ingresos por la comercialización de las patentes o de los productos que protege.**

**Desarrollo:** sistema de monitoreo de la condición de circulación de vehículos en el punto de conexión y operación entre el cable, la cabina, la estación y la pinza soporte en un sistema de transporte de tracción por cable

**Cantidad de patentes:** 3

**Países en los que tenemos patente:** Colombia, Chile y Argentina.

**Desarrollo:** método para la inspección de los parámetros geométricos de ruedas de vehículos ferroviarios

**Cantidad de patentes:** 2

**Países en los que tenemos patente:** Colombia y Estados Unidos.

**Desarrollo:** sistema y método para detectar defectos ferroviarios en la redondez de las ruedas de un vehículo ferroviario.

**Cantidad de patentes:** 2

**Países en los que tenemos patente:** Colombia y Estados Unidos

**Desarrollo:** vehículo y método de medición para regulación de catenaria tranviaria y mordaza para riel.

**Cantidad de patentes:** 1

**Países en los que tenemos patente:** Colombia.

**Desarrollo:** dispositivo y método de compensación de tensión.

**Cantidad de patentes:** 2

**Países en los que tenemos patente:** Colombia y Chile.

**Desarrollo:** dispositivo de medición de cotas geométricas.

**Cantidad de patentes:** 1

**Países en los que tenemos patente:** Colombia.

## Homologación que genera ahorros

Entre 2000 y 2022, la Empresa ha conseguido la homologación de cerca de **800 piezas** y **logrado desarrollar 44 procesos de reparación**. Esto le ha permitido ahorrar casi **\$49.000 millones**, pues muchas de estas piezas se traían desde Europa y eso significaba mayores costos y tiempos para conseguirlas. **Estos componentes fueron fabricados nacionalmente cumpliendo con los estándares de calidad y seguridad**, como una muestra de apoyo a la industria local. Para desarrollar esta actividad contamos con contratos de metrología, caracterización y fabricación de prototipos. Entre las piezas homologadas en 2022 se destacan rediseño de soportes para sensores de camino para la línea K, la palanca para accionamiento CV Tranvía (espadín), el buje inferior del soporte del brazo de suspensión MAN y el fusible mecánico TQ, mini bloqueo Wolpac UEN.



## Modernización de la señalización ferroviaria

La circulación de los trenes por las vías férreas es posible gracias al sistema de señalización, que está conformado por equipos instalados en la vía, en las estaciones y en los trenes, los cuales intercambian información y **permiten que todo funcione de manera coordinada y segura para la operación.**

Desde 1995, cuando comenzó la operación comercial, el sistema contaba con la misma tecnología de señalización. Después de 26 años y de un trabajo que comenzó en 2018, a finales de 2021 entró en operación una nueva que reúne los últimos desarrollos para la operación e incorpora tecnologías 4.0.

**La modernización de la señalización de la línea A del Metro** permitió superar la obsolescencia tecnológica actual y garantizar la capacidad, seguridad y confiabilidad del servicio de transporte masivo hasta el 2040, atendiendo adecuadamente la demanda futura de usuarios.





Dentro de las estaciones que serán intervenidas se encuentra Hospital, de gran importancia para las personas con discapacidad.

## \$60.900 millones para mejorar la accesibilidad en la red Metro

Con la priorización de **10 estaciones de la línea A**, el Metro de Medellín retoma la ejecución del plan de accesibilidad universal que contempla un conjunto de medidas y acciones diseñadas para garantizar que **las personas, independientemente de sus condiciones físicas, tengan acceso a las instalaciones y servicios del sistema de transporte masivo del Valle de Aburrá.**

Serán **\$60.900 millones** los que se destinarán para intervenciones internas y externas en las estaciones: Bello, Madera, Hospital, Industriales, Aguacatala, Ayurá, Envigado, Itagüí, Sabaneta y La Estrella.

En 2023 la Empresa ultima detalles de diseños e iniciará la etapa contractual con el fin de poder iniciar las intervenciones en 2024 de tal forma que los trabajos finalicen en 2025.

El proyecto de accesibilidad universal estaba pensado para iniciar su ejecución en 2020, sin embargo, la pandemia del covid -19 y sus efectos negativos en las finanzas de la Empresa, de donde aún existe un déficit de recursos aproximado de **\$513.000 millones**, ocasionaron su suspensión temporal.

Teniendo en cuenta las **necesidades de las personas con discapacidad**, con quienes desde hace varios años la Empresa tiene establecida una mesa para escuchar y resolver sus inquietudes, y las condiciones de infraestructura de cada estación, se definirán los dispositivos mecánicos que serán instalados en ellas ■

### El cuidado de los equipos es clave

Paralelo a la ejecución del plan universal de accesibilidad, el Metro continúa, como cada año, con la programación de rutinas de mantenimiento mensual, trimestral, semestral y anual a las plataformas salva escaleras y elevadores cuyas fallas más recurrentes están asociadas al mal uso o vandalismo.

En este sentido, **la Empresa hace un llamado al cuidado y uso correcto de estos dispositivos mecánicos** que están dispuestos para quienes realmente lo requieren por su condición física e invita a **la corresponsabilidad y a la empatía como una muestra de la Cultura Metro.**

## Viajando y ahorrando con App Cívica

Desde 2021 y como resultado de una alianza entre el Metro de Medellín y Davivienda, nuestros usuarios pueden acceder a la red Metro empleando la **App Cívica**, aplicación que alcanzó los **500.000 usuarios registrados.**

Esta aplicación la pueden descargar usuarios que cuentan con un dispositivo celular tipo IOS o Android, integra servicios de transporte y financieros mediante una billetera virtual, generando varias posibilidades a las personas, entre ellas: **viajar en nuestro Metro, recargar la Cívica, realizar transacciones y hasta hacer pagos en comercios aliados por medio de código QR**, todo esto sin costo adicional.

Otro de los beneficios de descargar la **App Cívica** es que durante el año, nuestro aliado Davivienda realiza campañas donde se ofrecen beneficios económicos como **la devolución de un porcentaje al valor de los pagos** a quienes la emplean para pagar facturas como los servicios públicos, hacer recargas de celular u otras compras en comercios.

Ten en cuenta que para acceder la App, **no requieres tener una cuenta de Davivienda y para aprovechar los beneficios de esta herramienta te invitamos a estar muy pendiente de nuestras redes sociales** y las de App Cívica para que viajes y ahorres al mismo tiempo ■



Desde el 2021 se han realizado más de 8 millones de transacciones con App Cívica.

## El Metro asciende en ranquin de Mercotalento



Los empleados Metro se sienten satisfechos con sus condiciones laborales.

Una de las condiciones para poder prestarte un excelente servicio es que los empleados del Metro que te atienden en las estaciones, los que hacen el mantenimiento y los que se encargan de labores administrativas se sientan a gusto en la Empresa. Por eso, el que hayamos ocupado **la posición 32 en el ranquin Merco Talento también es una buena noticia para ti.**

Esta medición permite identificar cuáles son las **200 empresas de Colombia** que cumplen con las promesas que hacen a las personas que trabajan en ellas en

cuanto a ambiente laboral. Para ello, encuestan a empleados de las empresas que figuraron en el ranquin del año anterior, a expertos en talento humano, académicos, estudiantes de escuelas de negocios, entre otros.

Con respecto a 2022, cuando ocupamos la posición 40, mejoramos 8 puestos. **Esto es una muestra de que en toda Colombia se valoran positivamente los esfuerzos que hace el Metro de Medellín para tener empleados satisfechos con sus condiciones laborales**, para así prestarte un mejor servicio cada día ■

# En el Metro viajamos todas las personas



Con acciones como esta, el Metro invita a la ciudadanía a vivir el respeto por la diversidad en el espacio público y la red de transporte.

Nuevamente el Metro se une al mes de la diversidad con un tren vestido de los colores que representan a todas las personas y nos invita a celebrar el amor, el respeto y la convivencia. También queremos hacer un llamado a reflexionar sobre un mensaje muy poderoso: en el Metro viajamos todas las personas. Para este año, queremos darle fuerza una vez más a esta idea

que se enmarca en los principios fundamentales de la Cultura Metro.

El año pasado tuvimos una intervención en las sillas de varios de nuestros medios de transporte, algo que generó reacciones muy positivas. Para este año queremos fortalecer esta estrategia que además irá acompañada de otras acciones como agenda cultural y publicaciones en nuestros canales de comunicación. ■



En el Metro estamos comprometidos con el amor, el respeto y la convivencia.

En el Metro viajamos todas las personas

El Metro se unió al mes de la diversidad con varias publicaciones en sus canales de comunicación.

## Hola, ¿cómo va la vida?

¡Querer conversar! Es lo único que necesitas para ser atendido en un Escuchadero de la red Metro.

En estos espacios, en los que ya se han atendido gratis a más de **40 mil personas** en los últimos 30 meses, un profesional en psicología, experto en salud mental, te brindará atención y te orientará según tus necesidades.

**“El tema de la salud mental es fundamental. Los Escuchaderos son claves ahí, en las estaciones, lugar al que a veces llegamos tristes porque no tuvi-**

**mos un buen día; donde tal vez queremos llorar y conversar con alguien, por eso son un espacio vital”,** resalta Santiago Villegas-Ceballos, bibliotecario e influenciador digital que estuvo conociendo cómo funcionan los Escuchaderos que tenemos en la red Metro.

Por su parte, José Manuel Hernández, comunicador y usuario frecuente de la línea A del Metro, nos cuenta que el haber visitado un Escuchadero fue una experiencia muy significativa.

**“Me pude conectar con la psicóloga y tratar la ansiedad que tenía. La atención que recibí me permitió reencontrarme conmigo mismo y darme cuenta de ciertos comportamientos que estaban estropeando mi día a día”,** explica José Manuel.

El joven comunicador aconseja que se den la oportunidad de ir a un Escuchadero si están atravesando por un momento complicado. **“La atención es bastante amena y te puede servir de una manera u otra”,** insiste.

Pregúntanos en **Twitter (@metrode Medellín)** por el Escuchadero más cercano a tu estación de origen y su horario de atención. **Recuerda, no hay requisitos de edad para acceder al servicio** ■



José Manuel Hernández tuvo una experiencia positiva con el Escuchadero.



Los Escuchaderos ofrecen atención personalizada y son atendidos por profesionales en psicología.

## Homenaje a la Armada Nacional en fotografías



Para dar apertura de la exposición se llevó a cabo un conversatorio sobre la importancia del Almirante Padilla.

El acceso sur de la estación Poblado albergará hasta finales de julio una exposición fotográfica que le rinde homenaje a la Armada de la República de Colombia en su bicentenario. **Las fotografías dejan ver diversos aspectos de la labor que cumple la institución naval en la defensa y protección de nuestros mares y además recoge imágenes de diferentes programas que adelanta la Armada con la comunidad.**

Imágenes de expediciones a la Antártida, del buque Gloria y de otras grandes embarcaciones que integran la flota de la Armada, hacen parte de esta muestra que además busca rendir **un homenaje especial al almirante José Padilla**, uno de los

grandes héroes de la independencia de Colombia.

Para inaugurar la exposición se llevó a cabo un conversatorio en el que participaron el vicealmirante Juan Ricardo Rozo Obregón, segundo comandante de la Armada Nacional; el capitán de navío, Ibo Plazas Moreno, secretario del bicentenario naval y Jaime Andrés Ortiz, gerente Social y de Servicio al Cliente del Metro de Medellín. **En esta charla los asistentes pudieron conocer más acerca de la vida y obra del Almirante Padilla y sus grandes contribuciones a las gestas independentistas** y además, fue una oportunidad para apreciar los aportes que realiza la Armada Nacional en el desarrollo del país. ■

Sopa de letras

El 28 de junio celebramos el Día del Orgullo LGBTQ+, una oportunidad para promover **el respeto y la sana convivencia** porque en el **Metro** viajamos todas las personas. Encuentra estos términos en nuestra sopa de letras:

- ▶ Diversidad    ▶ Igualdad    ▶ Respeto    ▶ Alegría
- ▶ Inclusión    ▶ Personas    ▶ Compartir    ▶ Solidaridad
- ▶ Equidad    ▶ Amor

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

Diferencias

Encuentra las 5 diferencias que hay entre las fotos.



Metro recuerdo

¿Los recuerdas? El tiquete Edmondson nos acompañó por muchos años en el viaje de nuestro Metro. En el año 2018 fue reemplazado definitivamente por la tarjeta Cívica.



Metróscopo  
Signos del Zodiaco en tres palabras

20 de enero - 20 de febrero



Acuario

Es el momento de hacer un pare en el camino y mirar las nubes, estas son el reflejo del mar y siempre están en movimiento, como tu alma libre. Te esperamos en nuestros metrocables para seguir volando juntos.

21 de febrero - 20 de marzo

La vida no es una pecera. Sal de la burbuja, arriésgate, disfruta y ama a los que te rodean. Vive el viaje como una nueva oportunidad para sonreír. Es hora de que pienses en tu felicidad. La línea A de alegría te llevará a encontrarla.



Pisces

21 de marzo - 20 de abril

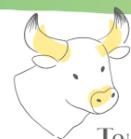


Aries

Ánimo Aries, sabemos que siempre logras lo que te propones, sacas fuerzas y energía para vibrar en los días más difíciles. En estos hermosos días soleados brillarás con luz propia como siempre lo haces, que tu ser deslumbré a todos en nuestra red Metro.

21 de abril - 20 de mayo

¡Ole Tauro! vienes de unas semanas de viajar a mil por hora, sigue disfrutando de tu camino y no pares nunca de marchar. Persigue tus sueños y enfócate en tus objetivos, como nuestro tren sigue los rieles.



Tauro

21 de mayo - 20 de junio



Géminis

Hola Géminis, la versatilidad con que ves la vida te permite adaptarte a los obstáculos, gracias por seguir viajando en nuestro sistema. Hoy tendrás un día maravilloso y Llegarás a la estación de "cumplir tus sueños".

21 de junio - 22 de julio

Sabemos que has tenido días cargados de situaciones por resolver, así es la vida. Tu sensibilidad siempre nos inspira. Tenemos unos lindos murales en el tranvía para que los veas y sigas pensando en lo bonita que es la vida.



Cáncer

23 de julio - 22 de agosto



Leo

Leo, calma tu ser y organiza tus pensamientos antes de tomar decisiones, no te bajes en cualquier estación. Planifica tus paradas y recuerda que el amor es la respuesta a todo y este puede encontrarte mientras cedas el puesto a quien lo necesita.

23 de agosto - 22 de septiembre

Si sigues pensando tanto y dándole vueltas a ese asunto no vas a tomar la mejor decisión. Aprovecha uno de tus trayectos en el Metro para inhalar y exhalar. Vive en calma y recuerda que no siempre por ir más rápido Llegarás primero.



Virgo

23 de septiembre - 22 de octubre



Libra

Equilibrio es tu mensaje. Encuentra tu punto medio, recárgate para el lado de las buenas energías. Cambia los pensamientos negativos por las infinitas posibilidades lindas que te puede dar la vida. Uno de nuestros buses puede llevarte derecho a la felicidad.

23 de octubre - 21 de noviembre

Escorpión, eres muy inteligente, no dudes de tus capacidades, encuentra un buen libro en nuestras Bibliometro y viaja tranquilo en el tranvía, recorre Ayacucho y concéntrate en lo que realmente es importante. Tú sabes que puedes lograrlo.



Escorpión

22 de noviembre - 21 de diciembre



Sagitario

Sagitario, no te enfresques en discusiones que no te llevarán a ningún lugar, mejor toma nuestro Sistema y viaja con nosotros, que sí te llevamos a lugares maravillosos de nuestra ciudad - región o del Valle de Aburrá. Si no tienes claro tu próximo destino, libérate y vuela en Metrocable hasta Arví.

22 de diciembre - 19 de enero

Luego de la luna llena, te sentías muy perdido, sin ánimo y un poco triste algunas veces. A todos nos pasa, pero tenemos espacios hermosos como nuestros Escuchaderos, donde puedes contarnos las cosas de la vida que crees que no van muy bien. Recuerda que te queremos.



Capricornio

Nuestro Metróscopo es una propuesta divertida para que disfrutes mientras viajas, no es realizado por un profesional de la astrología.