



EDICIÓN JUNIO 2024

OGI: una gran idea

Ideas que importan de la Red Urbana Mundial YMCA (WUN)

Cada YMCA las tiene: ideas que importan. Formas prácticas e innovadoras en las que las YMCA están marcando una diferencia en las vidas de un joven, una comunidad, un país. One Great Idea es una nueva iniciativa de la YMCA World Urban Network (WUN) diseñada para revelar grandes ideas con los miembros de WUN, quienes a su vez están invitados a compartirlas ampliamente dentro de sus redes. Nuestro objetivo es simple: arrojar luz sobre soluciones que funcionan.

Este mes, nos complace destacar a Michael Tsiamis, Gerente de grupo con YMCA Queensland:



¿Cuál es tu posición actual?

Gerente de grupo - Fitness y recreación en la YMCA de Queensland, Australia

¿Historia de la YMCA?

Me uní a la Y en 1997 como Subgerente de Fitness y pasé a mi puesto actual en 2001.

¿Tu educación postsecundaria?

Soy Diplomado en Ciencias del Deporte y Licenciado en Movimiento Humano.

¿A cuántas personas atiende su Y?

1,2 millones de personas participan anualmente en nuestros programas

Quien es tu modelo a seguir: Mi padre

¿Quién sería el compañero de tus sueños durante el almuerzo?

Mi papá, a quien perdí a causa del cáncer. Me encantaría decirle lo que tiene estado pasando, cómo está mamá, y cómo les va en la vida a sus nietos y cómo tienen éxito.

UNA GRAN IDEA – Junio 2024

YMCAQueensland, Australia

1. ¿Cuál es tu idea?

El Programa para sobrevivientes de cáncer de la YMCA es un programa de ejercicios gratuito de 12 semanas en el que los sobrevivientes asisten a la YMCA dos veces por semana durante 60 años. sesión de minutos. El objetivo del programa es capacitar a los sobrevivientes de cáncer para que mejoren su capacidad funcional y aumenten su calidad de vida a través de un programa organizado de fitness y fuerza. Los objetivos adicionales incluyen reducir la gravedad de los efectos secundarios de la terapia, prevenir o minimizar cambios de peso corporal no deseados y mejorar los niveles de energía y la autoestima.

2. ¿Qué oportunidad o problema aborda tu idea?

El programa satisface las necesidades de una comunidad que actualmente los hospitales solo satisfacen en una capacidad limitada. Es un programa innovador dirigido a quienes actualmente están pasando por un tratamiento contra el cáncer o que se encuentran actualmente en remisión. Se ha demostrado que el ejercicio mejora la recuperación del tratamiento y mejora la sensación de bienestar de los supervivientes. Este programa aumenta la salud de la comunidad oncológica mediante la participación en actividad física.

3. ¿Por qué era importante esta idea para tu Y?

La vida de casi todas las personas se ha visto afectada por el cáncer de una forma u otra. Cuando nos fijamos en las estadísticas donde hay un promedio de 379 nuevos casos de cáncer diagnosticados cada día en Australia (es decir, cerca de 1 caso nuevo cada 4 minutos), es necesario hacer algo para ayudar a esta comunidad de personas que viven con esto y más allá. enfermedad. De hecho, la Sociedad de Oncología Clínica de Australia (COSA) afirma que: "A los servicios de oncología les resulta cada vez más difícil brindar atención de seguimiento de alta calidad a todos los sobrevivientes a medida que el número crece y los recursos no coinciden con el crecimiento".

4. ¿Cómo empezaste?

El programa se lanzó en agosto de 2016 con un programa piloto. En las primeras semanas, sabíamos que llegaría para quedarse debido a la retroalimentación y resultados de los participantes. Los testimonios reforzaron las mejoras físicas y mentales, pero también el aspecto social y el sentido de pertenencia.

En 2017, implementamos el programa y, hasta la fecha, 854 personas han pasado por nuestro programa. Nuestro programa ofrece 2 fases. La fase 1 es gratuita. Programa de 12 semanas. La Fase 2 ofrece a los participantes continuar en una sesión grupal con una membresía con descuento. De los 854 participantes que han completado la fase 1, 361 (42%) han pasado a la fase 2.

¿Cuál es tu idea de un día perfecto?

Unas vacaciones en la playa con mi familia.

¿Cuál es el rasgo que más te disgusta de los demás?

Cuando no muestran respeto ni se hacen responsables

¿Cuáles consideras que son tus mejores cualidades?

Confiable, empático, solidario.

¿Cuál es tu mayor éxito?

Trabajando en la Y desde hace 27 años, y mis 2 hijas

¿Qué estás leyendo actualmente?

Límites para los líderes: resultados, relaciones y estar ridículamente a cargo, por el Dr. Henry Cloud

¿Qué le sorprendería a alguien saber sobre usted?

Competió en competencias Estatales y Nacionales de Kayak (K1)

¿Cuál es tu lema personal?

Confía en Dios

Bien vale la pena verlo

De la presidenta de WUN, Carolyn Morris, de la YMCA de Victoria, Australia, una parodia divertida pero (tristemente) verdadera de la recaudación de fondos sin fines de lucro...

<https://bloomerang.co/webinar/video-y-si-las-pizzerías-fueran-financiadas-como-organizaciones-sin-lucros/>

5. ¿Cómo funciona la idea?

Todas las sesiones se llevan a cabo en grupos de hasta 12 participantes bajo la supervisión directa de entrenadores de bienestar calificados de YMCA. Además, se anima a los pacientes a completar el programa de ejercicios en casa que se les proporciona.

El programa ha sido revisado y aprobado por el personal de la Mater Cancer Foundation y el departamento de Movimientos Humanos de la Universidad de Queensland.

Entendemos que el viaje de un paciente con cáncer tiene que ver con la incertidumbre y el tratamiento. Un componente importante de nuestro programa es brindar a los participantes un ambiente seguro que no se trata de su viaje médico con el cáncer sino de su viaje holístico hacia la salud y el bienestar.

6. ¿De dónde proviene la financiación?

Nuestra Y considera que el programa es un programa/servicio benévolo.

Seguimos buscando oportunidades de subvenciones y patrocinio para el programa.

7. ¿Cómo conseguiste que aceptaras la idea?

Al finalizar el programa piloto, el equipo de fitness se reunió para escuchar los testimonios de quienes habían completado el programa. Escuchamos hablar no sólo de las mejoras físicas y mentales, sino también del aspecto social y del sentido de pertenencia. Se formaron amistades no sólo entre ellos, sino también con el personal de la YMCA. Se estableció una comunidad de apoyo.

El programa ha sido revisado y aprobado por el personal de la Mater Cancer Foundation y el departamento de Movimientos Humanos de la Universidad de Queensland.

8. ¿Cómo mide o planea medir la eficacia?

Los testimonios no tienen precio. También recopilamos datos a través de una encuesta de bienestar administrada tanto al inicio como al final del programa.

9. ¿Qué has aprendido del proceso hasta ahora?

Que existe la necesidad de este programa y el valor que aporta a quienes viven con cáncer.

En la actualidad, sólo el cáncer le cuesta al sistema de atención sanitaria australiano más de 4.500 millones de dólares de su presupuesto en costes directos. Cuando quienes viven con Cáncer hacen ejercicio, les brinda una oportunidad de luchar, ya que el ejercicio es una forma de medicina.

10. ¿Dónde pueden obtener más información los colegas de la YMCA?

<https://ymcafitness.com/fitness/cancer-survivors>



¡REGÍSTRATE AHORA!

Conferencia WUN 2024 en Bogotá Colombia: lunes 4 de noviembre – sábado 9 de noviembre

Planee unirse a sus colegas de la YMCA de todo el mundo cuando la WUN se reúna en Bogotá, Colombia, el próximo noviembre (4 al 9 de noviembre de 2024). Nuestra conferencia se llevará a cabo en el Marriott Bogotá y se centrará en la adaptación en respuesta a la creciente complejidad asociada con el liderazgo de la YMCA. Nuestro programa 2024 incluirá la participación de la YMCA de Bogotá, oportunidades culturales y un programa de acompañante (cónyuge/pareja).

~Haga clic [aquí](#) para registrarse ~