Infórmese Siempre

"SEGUIMOS TRABAJANDO POR CONSOLIDAR UN TEJIDO CULTURAL EN SANTANDER"
Mauricio Aguilar Hurtado
Gobernador de Santander

20 de marzo del 2021 | Boletín No. 06

NOTICIAS INTERNAS

¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE EL COMITÉ DE CONVIVENCIA LABORAL?

El **Comité de Convivencia Laboral** es una red de apoyo de información sobre los **conflictos laborales con** el fin de **prevenir** el acoso laboral y **mejorar** las condiciones de trabajo.

CLIC

En el **Gobierno Siempre Santander** a través de la dedicación de **Gestión Humana** se ha logrado **fortalecer las integrantes que conforman el equipo de Convivencia Laboral**. Secretaria Ejecutiva **Yolanda Ortiz** y **Jefe Jurídica Ana Ruth** se encuentran presentes ante los diferentes estamentos de la entidad.

Esta comité **es acuerdo conformado** por 2 representantes de la Entidad y 2 representantes de los trabajadores, quienes tienen un estatuto diseñado, integrado de la siguiente manera:

- JAUREG NUNDIERES ARDILA ROBLEZ - DIRECTOR DE ATENCIÓN AL CIUDADANO
- EDGAR MAURICIO GOMEZ CORDOVA ABOGADO DEL DESPACHO
- MARIA SANTY CARABALLO CAMELO - PRINCIPAL
- BLANCA LUCIA CABALLERO SIERRA - PRINCIPAL
- ELIZABETH TOLOSO CAMACHO, SUPERVISOR
- JOSÉ ANGEL BARTOLOMA SARMIENTO, SUPERVISOR

Los principales funciones están enmarcadas en los siguientes:

1. Recibir a las personas de la sala presentadas.
2. Examinar de manera confidencial los casos específicos y pertinentes en los que se haya pedido su ayuda.
3. Ayudar a las personas a tratar de resolver los problemas que les afectan.
4. Informar recomendaciones a la alta dirección de cómo se mejorarían las cosas para la entidad.
5. Hacer seguimiento a las compromisos adquiridos por las partes involucradas en la sala.
6. Mantener informado a la alta dirección de los avances y dificultades en el cumplimiento de los compromisos formulados a los conflictos patronales. **Canal de Comunicación Interna**: Informar a través de la **Presidencia** del Comité.
7. Informar del caso específico a la alta dirección cuando se presenten situaciones de carácter delictivo.

Los integrantes del comité, tienen una función secretarial y ayudar a quienes se quejan de que pueden ser perjudicados por la conducta de otra persona. Los miembros del comité no son responsables de la resolución de los problemas que se les presentan.

- convivencia@santandercomercio.com.co
- ana.ruth.bolaos@santandercomercio.com.co
- info@santandercomercio.com.co

CREO QUE SUFRO DE OBESIDAD O SOBREPESO, ¿QUÉ PUEDO HACER?

CLIC

Uno de los aspectos que más preocupan a la sociedad es la presencia de sobrepeso y obesidad en la población, lo cual se ha convertido en un problema de salud pública, que ha generado un aumento de la morbilidad y mortalidad de la población. Más de mil millones de personas en el mundo tienen sobrepeso y por lo menos 300 millones de ellas son obesas. Se estima que **en los próximos 5 años el sobrepeso y la obesidad** afectarán a la mitad de la población mundial. Los factores de riesgo que están ligados a este problema son: **el sedentarismo, el consumo de bebidas azucaradas, el consumo de grasas saturadas y trans, el consumo de sal y el consumo de alcohol.**

CAUSAS DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

La principal causa radica en **factores dietéticos**, pero en otros casos, las enfermedades que acompañan, desarrollan el consumo excesivo de alimentos que contienen azúcar, medicamentos ineficaces, hormonas artificiales, alimentos fritos en aceites vegetales y margarinas, y contribuyen con el desarrollo de la obesidad, tanto en niños como en la población de actividad física reducida que pasa a pasar menos tiempo en actividades físicas.

RIESGOS DE TENER SOBREPESO Y OBESIDAD

Los consecuencias de tener este condición son predispuesta a sufrir de:

1. Diabetes
2. Hipertensión
3. Enfermedades del Corazón: Infarto de Miocardio, Insuficiencia Cardíaca, Enfermedad Vascular Periférica
4. Accidente Cerebrovascular
5. Cáncer (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon)
6. Osteoartritis

EVITE EL CONSUMO DE:

- Azúcares
- Productos artesanales
- Productos de panadería tradicional (panes, bizcochos, galletas, tortas)
- Gaseosas y jugos artificiales
- Alcohol
- Productos de fritura en aceites vegetales (reducir la cantidad de aceite en fritura) y el sal.

EVITE COMER O PICAR CADA RATO

- Azúcar adicionada (la adicción de frutas y/o gaseosas y/o jugos artificiales)
- Frutas de fácil cosecha (cítricos & 3 veces al día)

HAGA AL MENOS 150 MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA SEMANAL

- Caminar
- Bailar
- Jugar con Dominoes
- Yoga
- O cualquier complemento alguno actividad física o deporte que le guste.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. **Este** una forma de calcular si usted tiene **sobrepeso** o **obesidad** es el índice de masa corporal, este cálculo se llama **ÍNDICE DE MASA CORPORAL** y es la relación entre la estatura y el peso. Para su salud de igual forma para hombres y mujeres, es importante que usted conozca el valor de su índice de masa corporal.

Escrito por: **Sandra Viviana Valencia Ocaña – Enfermera SST**

SE INSTALÓ MESA DE NEGOCIACIÓN SINDICAL

Para el **Gobierno Siempre Santander** es importante mantener una relación cordial y de respeto con los sindicatos, es por esto que se viene generando un clima de negociación responsable entre la Entidad y los sindicatos, en aras de mejorar las condiciones laborales de los empleados, gracias a la **Secretaría General**.

CLIC

El pasado 18 de marzo se instaló la mesa de negociación sindical de la entidad, en la cual se llevaron a cabo temas de interés para los trabajadores, la **Secretaria General, Secretaria de Talento Humano y jefe jurídica**, se encuentran presentes en el encuentro, en el cual se llevaron a cabo temas de interés para los trabajadores, entre los **temas tratados** se encuentran: **Bienestar laboral, Teletrabajo, Jornada de trabajo, Salud en el trabajo, Seguridad y salud en el trabajo, Capacitaciones, Bonificación por servicios prestados, entre los diferentes temas**, de la entidad.

Esta mesa **se encuentra conformada** por 2 representantes de la Entidad y 2 representantes de los trabajadores, quienes tienen un estatuto diseñado, integrado de la siguiente manera:

- ANDRES NORBERTO ARDILA PEREZ - DIRECTOR DE ATENCIÓN AL CIUDADANO
- EDGAR MAURICIO GOMEZ CORDOVA ABOGADO DEL DESPACHO
- MARIA SANTY CARABALLO CAMELO - PRINCIPAL
- BLANCA LUCIA CABALLERO SIERRA - PRINCIPAL
- ELIZABETH TOLOSO CAMACHO, SUPERVISOR
- JOSÉ ANGEL BARTOLOMA SARMIENTO, SUPERVISOR

Es importante que **todos** los trabajadores **conozcan** que en la **organización sindical** y **Gobierno Siempre Santander** se encuentran **con el fin de** que el **Gobierno Siempre Santander** **Santander** **Santander** **