



INGEOMEGA  
Ingeniería

# Boletín de Responsabilidad Social Corporativa

## #71



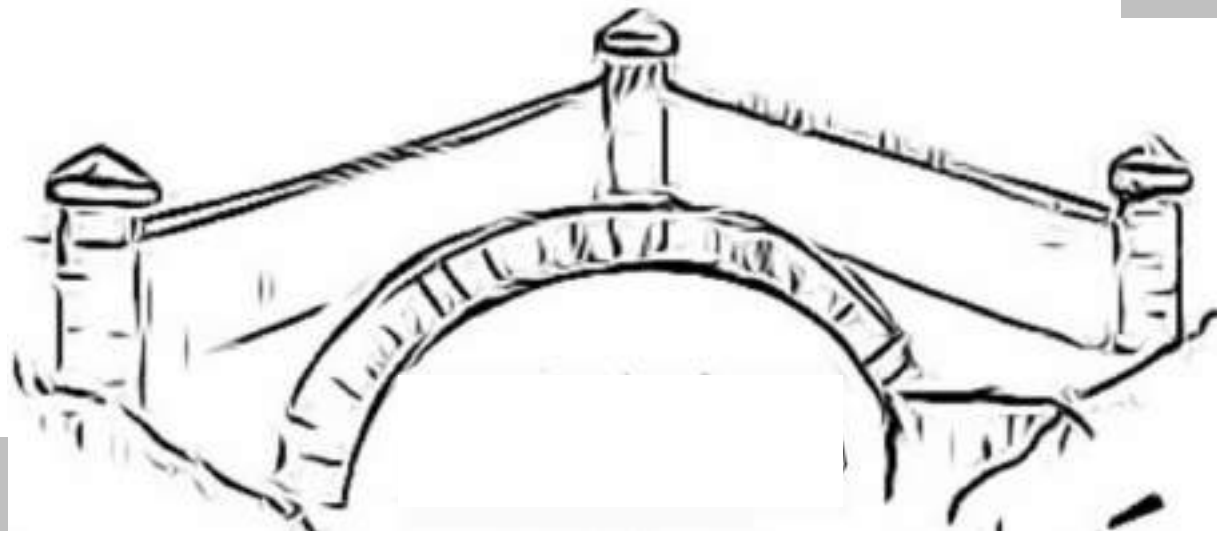
**7 de Agosto**

# Batalla de Boyacá

La relevancia cultural de esta conmemoración es que permite la cohesión de la historia de la nación y la política del mismo. Dicha batalla se desarrolló el 7 de agosto de 1819 y es conocido como el evento que concluyó la campaña independentista que empezó a finales del siglo XVIII y tuvo como fecha emblemática el 20 de julio de 1810.

Los nueve años que transcurrieron desde el 20 de Julio fueron una etapa especial para la constitución de Colombia como nación. Durante este periodo se establecieron los liderazgos de la independencia y se unificó gran parte de la población bajo el sentimiento y el ideal independentista.

Fue precisamente en este periodo que las figuras de Bolívar, Santander y los otros llamados próceres de la independencia se hicieron importantes e inspiradores para las personas que habitaban estos territorios, lo que permitió que la campaña independentista fuera posible y que el sentimiento nacionalista empezara a prosperar.



19 de  
Agosto

# DÍA MUNDIAL DE LA ASISTENCIA HUMANITARIA

En el Día Mundial de la Asistencia Humanitaria, que celebramos el 19 de agosto, el mundo rinde tributo a los trabajadores humanitarios que han sido asesinados o resultaron heridos en desempeño de su labor, y honramos a todos los trabajadores humanitarios y los profesionales de la salud que continúan, a pesar de las dificultades, prestando asistencia y protección a millones de personas.

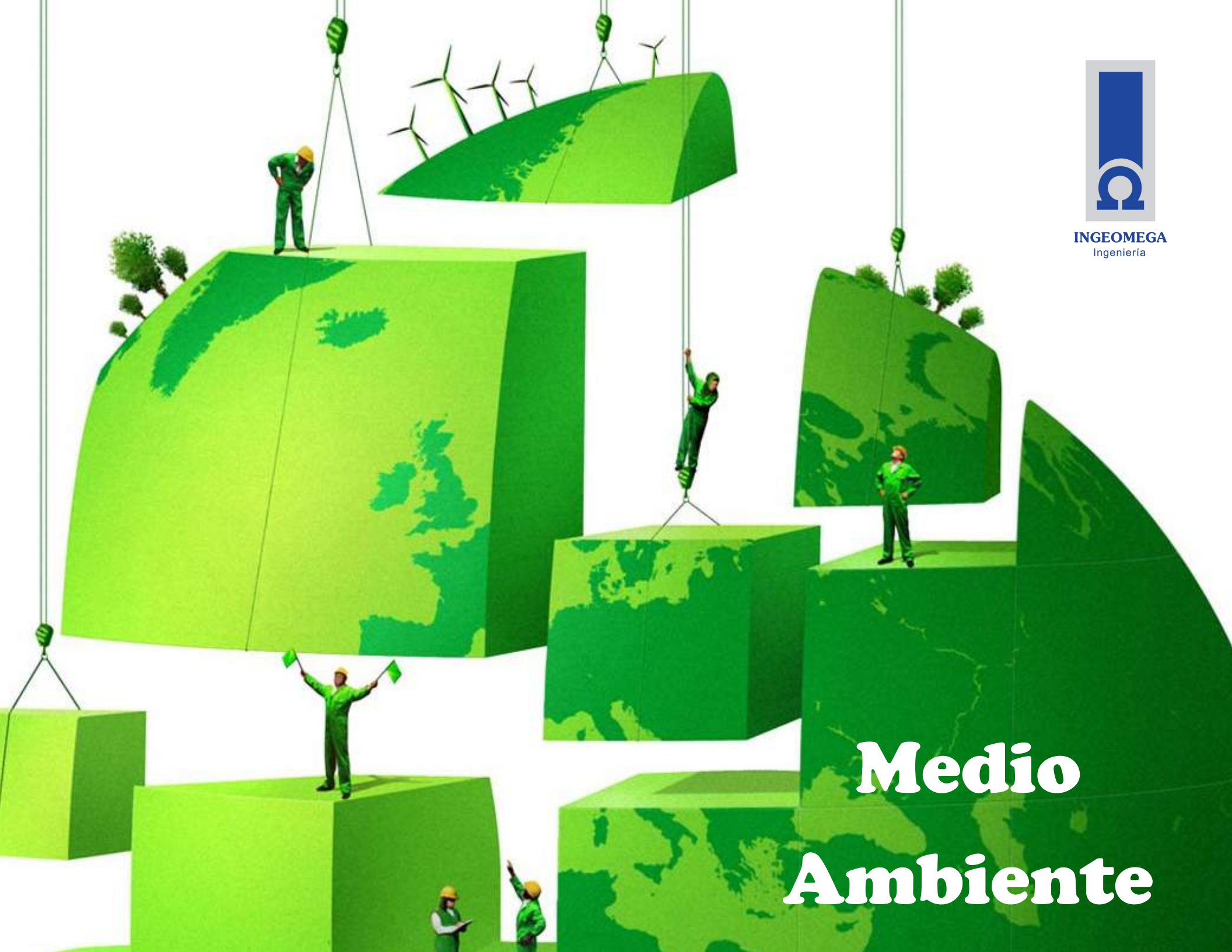
Este año, la celebración se produce cuando el mundo se encuentra aún luchando contra la pandemia COVID-19. Los trabajadores humanitarios están superando obstáculos de acceso sin precedentes para ayudar a las personas en crisis humanitarias en 54 países, así como en otros nueve países que han sido catapultados a la necesidad humanitaria por la pandemia.

En diciembre de 2008 la Asamblea General declaró el 19 de agosto como el Día Mundial de la Asistencia Humanitaria; en memoria del brutal atentado terrorista, del 19 de agosto de 2003, contra la sede de las Naciones Unidas en Bagdad (Iraq) que se cobró la vida de 22 personas, entre ellas el enviado de la ONU, Sergio Vieira de Mello.





**INGEOMEGA**  
Ingeniería

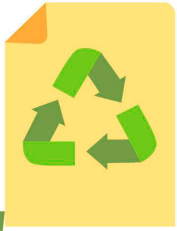


# Medio Ambiente

# 5 ECOTIPS PARA LA OFICINA

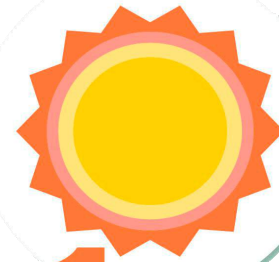
5

UTILIZA PAPEL  
RECICLADO PARA  
DOCUMENTOS  
INTERNOS



4

IMPRIMIR LO MENOS POSIBLE  
Y TODO LO QUE IMPRIMAS  
HAZLO POR AMBAS CARAS



1

APROVECHA LA  
LUZ NATURAL



2

DESCONECTA TODOS  
LOS EQUIPOS QUE  
NO ESTES UTILIZANDO

3

APAGA EL MONITOR  
SI SALES MÁS POR  
MÁS DE 10 MINUTOS



# Seguridad Vial



INGEOMEGA  
Ingeniería

## Valores al Volante

Cada vez que tomes el mando de un vehículo ten presente estas buenas costumbres que te hacen un conductor ejemplar.



Se trata de anticiparnos a lo que se pueda presentar y estar preparados para enfrentarlos, cada vez que vayas al volante se prudente, analiza las posibles consecuencias y toma decisiones de manera consciente.

## Previsión



- Utiliza siempre casco, coderas, rodilleras, guantes, cinturón de seguridad etc

- Revisa que el equipo de carretera contenga todos los elementos necesarios.

Realiza el mantenimiento preventivo de tu vehículo.

→ Sé consciente de que el exceso de velocidad es la principal causa de accidentalidad vial.

## Responsabilidad:



→ Elige la ruta más segura.

→ Cerciórate de estar en buen estado de salud y de ánimo antes de tomar el mando de un vehículo.

→ Realiza diariamente la inspección preoperacional para asegurar que tu vehículo se encuentre en buen estado.





Hace parte de la esencia de las relaciones humanas.



Cumple con las normas y con las señales de tránsito.

Acata las indicaciones de las autoridades competentes.

Abstente en todo momento de adelantar en curvas.

Mantén una distancia prudente con el vehículo que va adelante.



Es un valor que facilita la buena convivencia, trata en las vías y transeúntes como quisieras que te trataran a ti.

- Cede el paso prioritario a las ambulancias y vehículos de emergencias.

- Recuerda que el pito está diseñado para ser una señal de alarma, no para desahogarse. El uso inadecuado de éste instrumento, por lo general conlleva a producir contaminación auditiva, rabia, enfrentamientos y más congestión.





# Comité de Convivencia Laboral



# La Ansiedad

## Lo que la gente cree que es tener ansiedad:

Tienes prisa.

Estás loco/a.

Tienes un mal día.

Te lo estás inventando

Eres un desesperado/a.

Quieres que pasen cosas rápido.

No estás bien porque no quieres.



## Lo que realmente es tener ansiedad:

Insomnio.

Irritabilidad.

Temblores, Tics.

Cansancio, fatiga.

Dificultad para tragar.

Preocupación extrema.

Despertares nocturnos.

Dificultad de relajarse y concentrarse.

Problemas para gestionar el nerviosismo.

Rumiación de ideas (dar muchas vueltas a las cosas).

Presión en el pecho y dificultades para respirar.

Dolores de cabeza, musculares, estomacales o dolencias sin motivo médico aparente.



# 5

## Tips para el Manejo de la Ansiedad



### Respira Hondo

Respira de forma lenta, profunda y abdominal para relajarte física y mentalmente.

### Céntrate en el presente

Piensa en el momento actual, en lo que sí puedes hacer y cambiar.

### Actívate

Elige actividades que te gusten y que te resulten agradables.

### Vive más lento

Organízate, prioriza y delega tareas.

### Háblalo

Exterioriza tus sentimientos y pensamientos regularmente, no esperes a estallar.

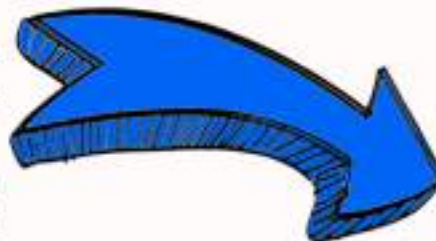
# Seguridad





INGEOMEGA  
Ingeniería

**¡Hola!** te contamos que para INGEOMEGA es primordial el cuidado y la protección de todo el personal al momento de desarrollar sus labores, por lo que se han generado diferentes mecanismos para gestionar los riesgos a los cuales se puede estar expuesto.



Actualmente contamos con un sistema de seguridad y salud en el trabajo que está certificado bajo la normal NTC-OHSAS 18001:2007 pero La Organización Internacional de Estandarización (ISO) desde el año 2018 acogió las directrices y la actualizó a la NTC-ISO 45001:2018 para que sea completamente integral a otras normas.



### ¿Qué cambios trae?

- Define y proporciona un marco de referencia para gestionar los riesgos y oportunidades para la seguridad y salud en el trabajo.
- Tiene la estructura PHVA (Planear, hacer, verificar, actuar) lo cual es general en las normas emitidas por la ISO.



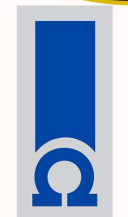
### ¿Qué vamos a hacer?

- El Sistema Integrado de Gestión (SIG) de Ingeomega se ha estado capacitando y asesorando para implementar los requisitos faltantes y cumplir con lo expuesto en la norma, lo que conllevará a cambios que serán notificados de manera oportuna.
- En el último trimestre del año 2020 recibiremos la visita de ICONTEC para la realizar la auditoría de transición a la norma y obtener la actualización en nuestra certificación.



# ¡Es Momento!

De pensar en cada una de nuestras acciones, son las que nos ayudarán a que nos reencontremos pronto, nos abracemos y compartamos junto a nuestros seres queridos.



INGEOMEGA  
Ingeniería

**Es momento de**  
*cuidarte y cuidarnos*





**INGEOMEGA**  
Ingenieria

## Links de Apoyo:

<https://www.mincultura.gov.co/areas/poblaciones/conmemoraciones/Paginas/7-de-Agosto---D%C3%ADa-Nacional-de-la-Batalla-de-Boyac%C3%A1.aspx>

<https://www.webconsultas.com/salud-al-dia/ansiedad/sintomas-de-la-ansiedad>

<https://www.un.org/es/observances/humanitarian-day>

<https://www.diainternacionalde.com/mes/agosto>



# ¡Feliz Mes!



INGEOMEGA  
Ingenieria

# **Boletín de Responsabilidad Social Corporativa**



**#72**





# Amor y Amistad

Este día se conmemora en Colombia el tercer sábado del mes de septiembre, una celebración que data de 1969 en nuestro país.

## ¿Por qué en Colombia se celebra San Valentín en septiembre y no en febrero?

Dos razones llevaron a declarar el Día de Amor y Amistad para el mes de septiembre. La primera, fue por petición de los comerciantes de la época (1969) quienes convencieron al gobierno de cambiar la fecha por el alto gasto que implicaba para la gente la temporada escolar de principio de año. De gastar en útiles escolares, poca gente podría dedicarle recursos a otra festividad.

¡Feliz día del  
amor y la  
amistad!

El segundo motivo fue que septiembre, a diferencia de otros meses, no tenía una fecha especial para celebrar. Por ello se eligió el tercer sábado de este mes para alojar las festividades de amor y amistad.

# **Día Internacional de la Paz**

La Asamblea General de las Naciones Unidas estableció el Día Internacional de la Paz en 1981.

Para este año el lema de la jornada es “Forjando la Paz Juntos” con el fin de comprometer a todas las naciones a generar espacios de diálogo y fortalecimiento de los ideales de la paz con el fin de lograr acuerdos que permita contar con territorios libres de guerra, así mismo, en este día se lleva a cabo la observación de 24 horas de no violencia y alto el fuego.

Las Naciones Unidas invitan a todas las naciones y a todos los pueblos a respetar el cese de las hostilidades y a conmemorar por esta fecha mediante iniciativas de educación y sensibilización pública sobre cuestiones relacionadas con la paz.



## ¡Que no se te olvide!

Continuamos con nuestro compromiso, ahora el autocuidado es fundamental para prevenir el contagio por COVID-19 y garantizar que **JUNTOS** saldremos adelante.



¿Ya realizaste la pausa higiénica?

Recuerda lavarte las manos frecuentemente con agua y jabón.



*¡En Ingeomega nos cuidamos y cuidamos a los demás!*

## ¡Recuerda!

El tapabocas es el principal elemento para prevenir el contagio por COVID-19



## ¡Evita!

Tocarte los ojos, la nariz y la boca. Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas y transferir el virus.



## Toma Distancia

Mantén al menos 1 metro de distancia con las demás personas, de esta manera se rompe la cadena de transmisión del virus.



# MEDIO

# AMBIENTE



**INGEOMEGA**  
Ingeniería





# RECICLAJE DE ACEITE USADO

El reciclaje está compuesto por diferentes materiales, no sólo es importante separar papel, cartón y plástico. El aceite de cocina usado también se recicla y permite la generación de biocombustible, esta sencilla acción favorece al medio ambiente:

Se evita que se contaminen las fuentes hídricas, el suelo y afecte las tuberías.

Puede ser utilizado para la elaboración de jabones y biodisel.

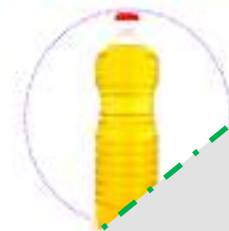


Para el reciclaje de aceite usado, te contamos sobre **ECOGRAS Colombia** una empresa que busca solucionar los inconvenientes que se presentan en los hogares, restaurantes y otras industrias con el aceite de cocina usado. Por eso, si deseas que ellos recojan el aceite que tengas en casa sólo debes comunicarte al 444 48 68 o al celular 301 363 9730.

## ¿No sabes qué hacer con tu aceite usado?

- 1 Envasa el aceite usado en botella plástica y tápala bien.
- 2 Llama o escribe al 301 363 97 30
- 3 Solicita tu recolección sin costo.

**Mi cocina no contamina,  
y la tuya?**



## YONDÓ - GRUPO 2



Felicitemos los proyectos Yondó - Grupo 2 y Poda Norte I Bajo Cauca, ganadores del concurso Ingeomega Biodiversa que se realizó por el Día Mundial del Medio Ambiente.

Agradecemos a todos los proyectos que participaron enviando fotografías y videos, los ganadores fueron elegidos por 5 jurados que escogieron las mejores imágenes.



# ¡FELICITACIONES!

## PODA NORTE I - BAJO CAUCA





# RECUERDA:

Continuamos con la campaña Botellas de Amor que consiste en depositar todos los residuos plásticos flexibles que se generan día a día, en botellas plásticas.

¿Cómo Funciona?

Tú la llenas...



Llena la botella con todos los residuos plásticos.

La envías...



Envías las botellas que tengas llenas a Juliana Echeverri en la sede Valle Sur

La recogen y transforman...



La fundación Botellas de Amor recoge y traslada las botellas a su planta, donde es transformada en madera plástica.

¿Con qué tipo de residuos puedes llenar la

- Bolsas
- Pitillos
- Etiquetas de bebidas
- Empaques metalizados
- Envolturas



Y juntos aportamos...

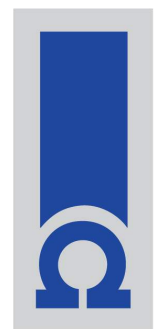


Juntos contribuimos al cuidado del medio ambiente y al mejoramiento de la calidad de vida de comunidades beneficiadas,



...Todos Somos Ingeomega...

# COPASSST



**INGEOMEGA**  
Ingenieria



**INGEOMEGA S.A.S.** es una empresa dedicada a desarrollar operaciones y proyectos a nivel nacional en diversas áreas: ingeniería eléctrica y civil, telecomunicaciones y gas combustible. Estamos comprometidos en la prestación de servicios y la satisfacción de las necesidades y expectativas de nuestros clientes, con calidad, productividad y el mejoramiento continuo de los procesos, así como de altos estándares en seguridad, salud en el trabajo y ambiente, lo anterior lo logramos a través de:

- ✓ La identificación de peligros, evaluación, valoración y establecimiento de los controles asociados al desarrollo de nuestras actividades, con el fin de prevenir y reducir las enfermedades laborales y accidentes de trabajo.
- ✓ La promoción de las condiciones de trabajo seguras y saludables para la prevención de lesiones y deterioro de la calidad de la salud de los empleados y contratistas.
- ✓ La identificación de aspectos y valoración de impactos ambientales, estableciendo controles para la promoción y preservación del medio ambiente, previniendo su contaminación y reduciendo los posibles impactos a la comunidad.
- ✓ El cumplimiento de los requisitos de la legislación colombiana y todas aquellas que haya suscrito la organización en ambiente, seguridad y salud en el Trabajo.
- ✓ La promoción para la consulta y la participación de los trabajadores.
- ✓ El trabajo en función de la sostenibilidad y responsabilidad social empresarial, mediante acciones e iniciativas que contribuyan al mejoramiento de las relaciones con los grupos de interés y el entorno en general.
- ✓ La promoción, aprendizaje y desarrollo de las personas.

Todos los niveles de la organización son responsables del cumplimiento y aplicación de esta política.

**GERENTE GENERAL**

Fecha de actualización	29-07-2020
Versión	5





# SEGURIDAD VIAL



INGEOMEGA  
Ingeniería

**En Ingeomega estamos comprometidos con la prevención de los accidentes de tránsito.**



Es cierto que factores como el estado de embriaguez y el exceso de velocidad son causas frecuentes de accidentalidad, también es cierto que al pasar por alto las señales de tránsito, el mal estado de los vehículos y la falta de mantenimiento preventivo juegan un papel importante en la ocurrencia de este tipo de accidentes.

Conducir hace parte de las actividades mecánicas que no se piensan dos veces, hasta el punto de que las personas leen, envían mensajes, hasta comen cuando manejan. Sin embargo, de un acto aparentemente simple depende la integridad física de muchas personas.

Entre las condiciones más importantes para conducir, está el tener pleno conocimiento de las señales de tránsito.





**Tenga en cuenta que:**



una de las condiciones básicas para sentarse al volante es estar sobrio en todo el sentido de la palabra, por más mínima que sea la cantidad de alcohol consumido, las capacidades se van perdiendo, especialmente los reflejos.

**RECUERDA:**

**No hablar por celular mientras conduce.**

**No adelantar por sitios prohibidos.**

**Usar el cinturón de seguridad.**

La línea punteada indica que puede hacerlo y la línea continua denota riesgo.

La Seguridad Vial es una responsabilidad de todos, por ésta razón en Ingeomega estamos comprometidos con la prevención de accidentes de tránsito.

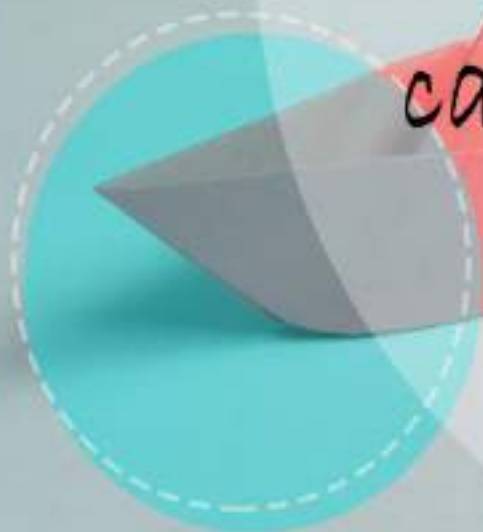


**¡Un profesional en la conducción es aquel que termina cada viaje o recorrido sin accidentes!**



"El Líder es alguien  
que conoce el  
camino, recorre el  
camino y muestra el  
camino"

**J. Maxwell**





INGEOMEGA  
Ingenieria

# **Boletín de Responsabilidad Social Corporativa**

**#72**



# Boletín de Responsabilidad Social Corporativa



INGEOMEGA  
Ingeniería



#73

**10 de  
Octubre**

# **Día Mundial de la Salud Mental**



¿Sabía que la salud mental es una de las áreas más desatendidas de la salud pública? Cerca de 1000 millones de personas viven con un trastorno mental, 3 millones de personas mueren cada año por el consumo nocivo de alcohol y una persona se suicida cada 40 segundos. Y ahora, miles de millones de personas de todo el mundo se han visto afectadas por la pandemia de COVID-19, que está teniendo repercusiones adicionales en la salud mental de las personas.

Para este año, la OMS, junto con las organizaciones asociadas United for Global Mental Health y la Federación Mundial de Salud Mental, piden que se aumente considerablemente la inversión en salud mental. Para impulsar la acción pública en todo el mundo.



La campaña del Día Mundial de la Salud Mental busca que hagamos algo a favor de la vida: a nivel individual, tomar medidas concretas a favor de nuestra propia salud mental y apoyar a los amigos y familiares que estén afectados por un trastorno de este tipo; como empleadores, adoptar medidas para establecer programas de bienestar de los empleados; a nivel gubernamental, comprometerse a establecer o ampliar los servicios de salud mental; y comunicadores, explicar qué más puede y debe hacerse para que la atención de la salud mental sea una realidad para todos.



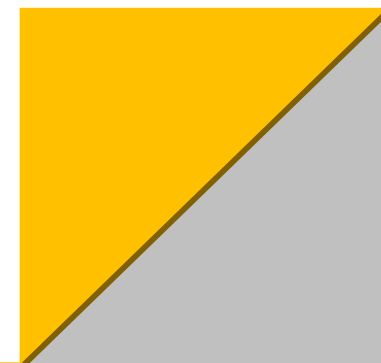
**12 de  
Octubre**

# Día la Raza



La fecha nace para recordar los hechos que implicaron la conquista y posterior colonización del Imperio Español en el continente Americano. El encuentro de los españoles con los nativos americanos fue un suceso de extrema importancia para ambas culturas. Fue el inicio de una nueva estructura social y el entendimiento del mundo de una manera diferente.

Colombia conmemora su diversidad e inigualable acervo cultural. A la riqueza geográfica y natural se suman tradiciones, historias y obras procedentes de la integración cultural de los pueblos indígenas nativos, los colonos europeos y los cimarrones africanos disgregados por el territorio. El Día de la Raza, aunque no legitima la colonización, rinde un homenaje a nuestro presente; nuestra realidad folclórica, ritual, musical y gastronómica, que mucho tiene que ver con esta historia.



**22 de  
Octubre**

# **Día del Trabajador Social**

En Colombia el Día del Trabajador Social se asocia al año 1936 cuando fue aperturada la primera Escuela de Servicio Social.

El trabajo social requiere de profesionalismo, responsabilidad, comprensión, organización y entrega, para así poder ayudar de la mejor manera a todas las personas que lo necesiten. La finalidad es facilitar o ayudar a que las personas o comunidad desarrollen sus potenciales, enriquezcan sus vidas y prevengan las disfunciones.


Cuando se habla de calidad de vida, no solo se hace referencia a un mejor nivel socio-económico. También se puede deber a una mejora en las relaciones interpersonales o al estado psicológico de los miembros de una familia o equipo de trabajo.

**¡Felíz Día!**





INGEOMEGA  
Ingenieria

A detailed photograph of a butterfly with black wings featuring white spots and markings, perched on a vibrant purple thistle flower. The background is a soft, out-of-focus green. The text 'Medio Ambiente' is overlaid in the bottom right corner.

# Medio Ambiente



## **Nueva Normativa de Separación de Residuos**

El Ministerio de Ambiente expidió la Resolución 2184 de 2019, por la cual empezará a regir en el 2021 el código de colores blanco, negro y verde para la separación de residuos en la fuente con el objetivo de fomentar la cultura ciudadana en materia de separación de residuos en el país.

En Ingeomega ya estamos realizando el cambio, en proyectos que están iniciando se aplica y para sedes y proyectos existentes se empezará el cambio a partir de noviembre.





A continuación, se adjunta los rótulos del programa gestión adecuada de residuos, con sus nuevos nombres:



# Comité de Convivencia Laboral



# ¿Agotado en el Trabajo?

## Falta de Control

Los empleados que tienen poco control sobre sus horarios, interacciones y administración del tiempo, corren el riesgo de agotarse.

Busca formas de agregar más control en tu agenda. Toma entre 10 o 15 minutos cada mañana para organizarte.

## Percepción de Injusticia

La falta de comunicación y transparencia del empleador con las decisiones también puede ser un obstáculo.

Identifica los problemas y trátalos de frente. Si crees que te están pagando de manera injusta o que te pasan por alto, dile al jefe y analiza el problema.

El agotamiento puede verse reflejado en falta de motivación, disminución de confianza y el rendimiento laboral, aumento del malhumor y pensamientos negativos.

## Cambios Físicos

Tensión en el cuello, dolores de cabeza y dolores de estómago. Si estos sentimientos acompañan pensamientos negativos sobre tu trabajo podría estar consumiéndote.

Dormir más, el descanso adecuado es esencial para que tu cuerpo vuelva a la normalidad.

## Cambios de Actitud

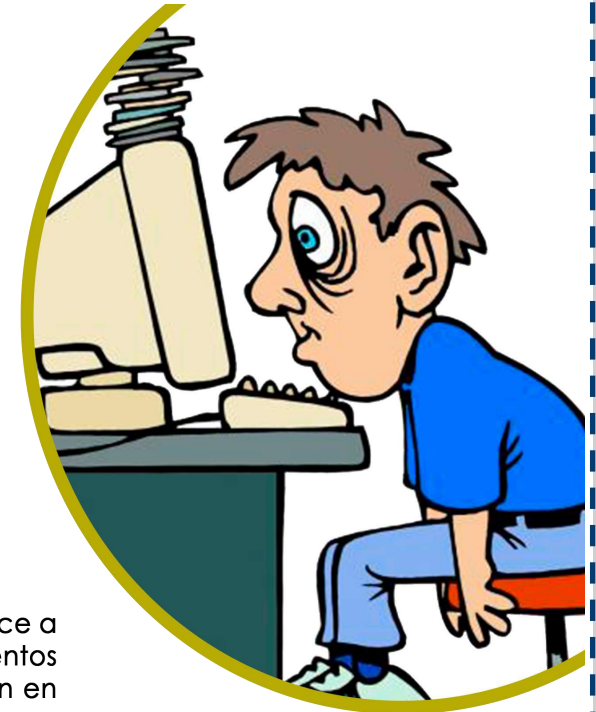
Extrahacerse a menudo conduce a cambios de humor, pensamientos negativos y flaca de motivación en la oficina.

Iniciar un pasatiempo, ser voluntario o aprender nuevas habilidades te ayudará a distraerte de un trabajo abrumador.

## Pérdida de confianza

Algunas personas pierden la confianza en su capacidad y habilidades para hacer su trabajo y se desconectan de su entorno.


Valora la situación real. Evalúa con tus colegas, supervisores y familiares acerca de tu desempeño.





# Seguridad Vial





Desde el Plan Estratégico de Seguridad Vial se iniciará la implementación del módulo de transportadores en la aplicación SIOM, en el cual se ingresará la información de transportadores, conductores y vehículos.

## Objetivos de la implementación

- Unificar la información de conductores y vehículos en tiempo real.
- Generar mecanismos de control y seguimiento desde el SIG para la información del Plan Estratégico de Seguridad Vial – PESV.
- Cumplimiento de requisitos legales vigentes.

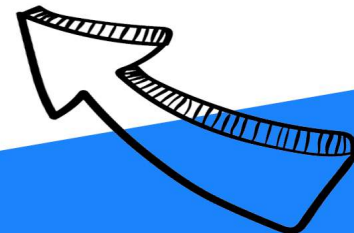
## Módulo de Transportadores

# Beneficios

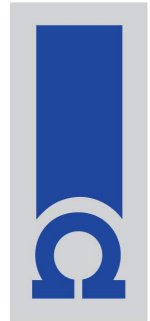
- Consulta rápida para la validación de documentos legales vigentes de los vehículos y conductores.
- Eliminación de bases de datos de vehículos y conductores de forma manual.
- Se evita la duplicación de información.
- Optimización del tiempo.

Te estaremos acompañando desde el PESV y las TIC en la implementación de este módulo. Recuerda que es una valiosa herramienta informática para el mejoramiento de las actividades laborales

**Módulo de Transportadores**



# Seguridad de la Información



**INGEOMEGA**  
Ingeniería

¿Qué significa la certificación en ISO 27001?

Un compromiso para salvaguardar los activos de información ante amenazas que puedan comprometer su integridad, confiabilidad y disponibilidad.

Los cambios que se vienen realizando potencializarán nuestro rendimiento y minimizarán las vulnerabilidades a las que estamos expuestos, si todos seguimos las pautas evitaremos el acceso a nuestros activos de información por personas indebidas.

Algunos temas importantes que se implementarán con esta certificación son:

Retirar inmediatamente los documentos enviados para imprimir.

Almacenar bajo llave los documentos físicos cuando no estén siendo utilizados.

Creación de contraseñas según las indicaciones del personal autorizado.

Bloqueo de sesión de los computadores cuando no se estén usando.

El escritorio de los equipos no debe tener accesos directos a archivos o aplicativos no autorizados por el personal de las TIC.

Identificar los diferentes procesos de seguridad de la información implementados en la organización.

Identificar y controlar las amenazas y vulnerabilidades a las que está expuesta la información de la organización.

Promover la mejora continua en la implementación y desarrollo del SGSI.

¿Qué objetivos buscamos alcanzar con esta certificación?

Generar y gestionar mecanismos que permitan el tratamiento adecuado de los incidentes de seguridad de la información.



## ¡Recuerda!

En ingeomega contamos con el mejor antivirus del mundo, la herramienta más potente que cada persona puede tener: **El Sentido Común.**

Este antivirus nos permite analizar, reaccionar y actuar rápidamente ante mensajes, elementos y demás información recibida que puedan generar peligro.

Activa el SCAV siguiendo las siguientes recomendaciones:

Eliminar inmediatamente correos de contactos conocidos y desconocidos que escriben en inglés, francés o chino a no ser que nuestras relaciones sean internacionales.

No instalar programas descargados de internet sin asesoría del soporte de Tics.

No guardar archivos importantes en el computador y menos en el escritorio sin copia en el servidor o replica segura en la nube.

Impedir que se auto instalen programas desde las memorias USB, estos elementos se deben utilizar lo menos posible.

comprender que la información de entidades o gobierno que nos llega al correo viene directamente en el cuerpo de este y nunca en links o archivos comprimidos adjuntos.

Activar el sentido común cuando lleguen correos de entidades financieras, fiscalía, DIAN, Juzgados, etc. invitándonos a abrir links o descargar archivos para supuestamente darnos información urgente.

**¡ELIMÍNALOS!**



# Seguridad





# Informe Rendición de cuentas de los Trabajadores

## Objetivo / Propósito:

Participación y consulta de los trabajadores de Ingeomega en tema relacionados con gestión ambiental, seguridad y salud en el trabajo.

## Periodo:

**Desde:** Septiembre 2019

**Hasta:** Agosto 2020



### - **Semana de la seguridad y salud en el trabajo:**

Participación activa de todos los trabajadores tanto en la programación, ejecución y cierre de la misma.

- Participación en jornada de visiometrias, actividad del manejo de estrés.

- Participación en la elaboración y análisis de accidentes de trabajo.

- **Participación en comites como:** Comité de convivencia laboral, COPASST, Brigadas de emergencia, entre otros.

- Participación en la actualización de matriz de peligros y valoración de riesgos mediante encuestas.

- Participación en la ejecución de talleres de actividades para la prevención de los peligros críticos.

- Inspecciones a otros sitios de trabajo.

- Participación en plan de formación del periodo revisado.

- Inducciones y reinducciones del sistema integrado de gestión.

- Participación en actualización de documentos frente a requisito de 45001.

- Participación en simulacros de emergencias.

- Campañas de cuidado de las manos del COPASST

- Participación den conecta tu vida, actividades del ser enfocadas en el cuidado propio, del otro, de la ambiente.



**Actividades  
Realizadas**

# Informe Rendición del Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo

## Objetivo / Propósito:

Organismo de promoción y vigilancia de las normas y reglamentaciones en seguridad y salud en el trabajo. Es representación paritaria de empleador y empleados.

## Periodo:

**Desde:** Abril 2019

**Hasta:** Agosto 2020



- Participación en la investigación de accidentes de trabajos graves, severos y algunos leves.
- Intervención directa en la divulgación de accidentes de trabajo graves y mortales.
- Revisiones locativas y toma de acciones en sedes administrativas de los proyectos.
- Apoyo a las actividades de intervención de las personas en temas del SER.
- Participación y aprobación del curso de 50 horas de seguridad y salud en el trabajo del personal del comité para mejorar la competencia en SST.
- Capacitación para los miembros del comité de seguridad y salud en el trabajo COPASST por parte de la ARL Sura, en temas como:
  - Investigación de accidentes e incidentes de trabajo
  - Responsabilidades del comité
  - Gestión de COPASST frente al COVID-19
  - Equipos efectivos de trabajo y comunicación como habilidad para la vida.
- Seguimiento y participación en la investigación de eventos mortales.
- Seguimiento al plan de acción de eventos graves y mortales.
- Campaña del cuidado de las manos en el mes de Mayo 2020.

**Actividades  
Realizadas**

- Se han realizado 16 reuniones mensuales y una extemporánea por evento mortal ocurrido en Noviembre 2019.
- Durante las reuniones de este año el comité ha generado 14 acciones, de las cuales se han cerrado 2
  - Enero:** Tres acciones pendiente por ejecución una (Protocolo de uso de ascensor en Valle Sur)
  - Febrero:** Dos actividades cerradas
  - Marzo:** Dos actividades cerradas
  - Abril:** Una actividad cerrada
  - Mayo:** Tres acciones todas cerradas
  - Junio:** Tres acciones pendiente por cerrar una
- Se reprograma la actividad del protocolo de seguridad para el uso del ascensor en Vallesur.
- Para la actividad de accidentalidad de PRC se inicia el proceso de Conecta tu vida.
- En la reunión correspondiente al mes de Julio se definirán nuevas fechas de ejecución.
- Acompañamiento en la accidentalidad y seguimiento a las acciones propuestas.
- Apoyo a la gestión frente a la emergencia sanitaria COVID-19, aplicación de protocolos en campo y verificación en bodegas y oficinas.
- Inspecciones locativas y apoyo a las correcciones de los hallazgos identificados en la zona de Norte regional del contrato de LECTURA EPM.

**Actividades  
Realizadas**

## Links de Apoyo:

<https://www.lavozdemichoacan.com.mx/facetitas/salud-entre-principales-causas-de-endeudamiento/>

<https://www.colombiamagica.co/utilidades/fechas-especiales-de-colombia>

<https://www.calendarr.com/colombia/dia-de-la-raza/>

<https://www.who.int/es/campaigns/world-mental-health-day/world-mental-health-day-2020/world-mental-health-day-campaign>

<https://www.who.int/es/news-room/detail/27-08-2020-world-mental-health-day-an-opportunity-to-kick-start-a-massive-scale-up-in-investment-in-mental-health>

<https://www.colombia.co/pais-colombia/historia/dia-raza-para-celebrar-diversidad-colombiana/>

<https://www.lhistoria.com/colombia/dia-del-trabajador-social-colombiano>



INGEOMEGA  
Ingeniería



**¡Feliz Mes!**

**Boletín de  
Responsabilidad  
Social Corporativa  
#74**



05 de  
Noviembre

# Día de la Policía Nacional de Colombia



En este día se rinde homenaje a nuestra valiosa Policía Nacional de Colombia y a todas las personas que salvaguardan la vida de los ciudadanos de toda situación que comprometa su integridad física y moral



Esta celebración se debe a que para el 5 de noviembre de 1.891 se crea la Policía Nacional con el presidente Carlos Holguín.

Esto daría por terminada la Policía departamental, así como la municipal, el escuadrón de serenos y el escuadrón de guardias montados.





20 de  
Noviembre

# Día del Psicólogo



Esta celebración ya que el 20 de noviembre de 1947 el Consejo Directivo de la Universidad Nacional transformó la sección de Psicotecnia en el Instituto de Psicología Aplicada. Desde ese año se empezaron a formar profesionales en esta materia.

Los psicólogos se han convertido en un factor determinante en la sociedad. En su condición de mediadores crean espacios seguros y de confianza entre cada uno de los integrantes de la familia o del grupo laboral para que todos se puedan comunicar con igualdad de oportunidades, cuidando en todo momento la confidencialidad y generando lazos que fortalecen las relaciones.

Esta se trata de una "disciplina plural y diversa". En su campo de investigación "confluyen diferentes perspectivas teóricas sobre la conducta, la cognición, el sujeto y la personalidad.



30 de  
Noviembre

# Día Internacional de la Seguridad de la Información



Esta celebración surgió en el año 1988, como consecuencia del primer caso de malware de propagación en red que se registró en el mundo, conocido bajo el nombre de "Gusanos de Morris", el cual afectó al 10% de las máquinas conectadas a la Internet de aquel entonces, que era Apanet.

A raíz de esta situación la Association for Computing Machinery (ACM), decretó que cada 30 de noviembre, se recordaría a todas las personas la necesidad e importancia de proteger sus datos de cualquier tipo de acción corrupta que puede ocurrir en el plano digital. Por eso recuerde:



- ⇒ Gestionar bien tus contraseñas y no compartirlas con nadie.
- ⇒ En Ingeomega le apostamos a contar con escritorios y pantallas limpias.
- ⇒ La información crítica está almacenada en la nube o en la red NAS.
- ⇒ El mejor antivirus es el sentido común.





**INGEOMEGA**  
Ingeniería



**MEDIO AMBIENTE**



**Lleva tus propias  
bolsas para las  
compras**

**Aprovecha  
la luz  
natural**



**Recicla**



**Pequeños Gestos  
que ayudan al  
Planeta**

**Reduce el  
tiempo bajo  
la ducha**

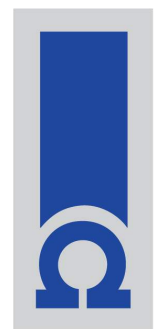


**Apaga los  
dispositivos  
que no usas**

**Utiliza el  
transporte  
público**



# COPASSST



**INGEOMEGA**  
Ingenieria



En la semana del 12 de Octubre del 2020 se realizó el lanzamiento de la campaña CONPA "Consulta y participación", esta actividad se realizó con el personal operativo con el fin de obtener diferentes opiniones sobre temas de gran relevancia que inciden en el mejoramiento del SG-SST.

Queremos resaltar la activa participación de nuestro personal ya que brindaron comentarios significativos y aportantes a los diferentes elementos de consulta del SG-SST.

En próximos días estaremos informando los resultados de cada equipo de trabajo con la gerencia y coordinadores para revisar lo encontrado y generar acciones de mejoramiento para toda la organización.

**TU OPINIÓN ES MUY  
IMPORTANTE PARA NOSOTROS**



# SEGURIDAD VIAL



INGEOMEGA  
Ingeniería



Una conducción consciente hace más seguros tus desplazamientos, por lo que es importante concentrar tus cinco sentidos en la actividad y tener en cuenta otros elementos que permitan mantener una conducción segura y prevenir algún tipo de accidente.

Oído atento, al escuchar el pito de los demás vehículos es que el conductor toma acciones en la vía como acelerar, frenar o detenerse.

Evita distraerte viendo el celular o cualquier otro elemento que separe sus ojos del camino.

Planea los recorridos, esto permite conducir de modo preventivo, estar atentos ante los cambios del entorno y tomar buenas decisiones.



Manos siempre en el volante





Usa siempre los elementos de seguridad. Usa el casco, además que no te falten guantes, chaqueta reflectiva y la mejor actitud.

No conduzcas si estás alterado, cansado o estresado.

Dale prioridad al peatón, será siempre el actor de la movilidad más vulnerable



No excedas la velocidad permitida

Conduce con prudencia y conserva la distancia.

Es importante que desarrolles tu inteligencia emocional para que puedas comprender y controlar lo que sientes con el fin de tomar decisiones asertivas. Conducir no es un acto mecánico: requiere experiencia, control y responsabilidad.





El mejor

# TRABAJO

Es aquel que se  
hace en

# EQUIPO



Links de Apoyo:

<https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-internacional-seguridad-informacion>

<https://www.notimerica.com/sociedad/noticia-noviembre-dia-policia-nacional-colombia-celebra-hoy-efemeride-20181105000432.html>

<https://lazosdelagente.com/hoy-se-celebra-el-dia-del-psicologo-en-colombia/>

<https://www.notimerica.com/sociedad/noticia-20-noviembre-dia-psicologo-colombia-motivo-eleccion-fecha-20181120005933.html>

# ¡Feliz Mes!



**BOLETÍN DE  
RESPONSABILIDAD  
SOCIAL CORPORATIVA  
#75**



3 DE

DICIEMBRE

# DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

La discapacidad es una condición que afecta el nivel de vida de un individuo o de un grupo. El término se usa para definir una deficiencia física o mental, como la discapacidad sensorial, cognitiva o intelectual, la enfermedad mental o varios tipos de enfermedades crónicas. Las personas con discapacidad, la "minoría más amplia del mundo", suelen tener menos oportunidades económicas, peor acceso a la educación y tasas de pobreza más altas.

La accesibilidad y la inclusión de las personas con discapacidad son derechos fundamentales reconocidos por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidades. Son las condiciones sin las cuales no pueden disfrutar de sus otros derechos.



Día Internacional  
de las  
Personas con  
Discapacidad

3 DE DICIEMBRE

10 DE  
DICIEMBRE

# DÍA MUNDIAL DE LOS DERECHOS HUMANOS



El 10 de diciembre se celebra todos los años el Día de los Derechos Humanos, coincidiendo con el aniversario de la Declaración Universal de Derechos Humanos, que se aprobó en 1948. Fue dos años después de la aprobación, en 1950, cuando la Asamblea General proclamó esta fecha.

La Declaración Universal de Derechos Humanos es un documento histórico que proclama los derechos inalienables que corresponden a toda persona como ser humano, independientemente de su raza, color, religión, sexo, idioma, opinión política o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

La crisis del COVID-19 ha llevado a crear medidas para cerrar brechas y promover los derechos humanos para garantizar una plena recuperación y la reconstrucción de un mundo mejor, más resiliente, justo y sostenible.



**24 DE  
DICIEMBRE**

# VÍSPERA DE NAVIDAD

Las familias se suelen reunir en la noche del 24 de Diciembre, víspera de navidad y realizar una cena abundante. Se trata que sea una cena especial, esta costumbre inició en Europa y simboliza la abundancia que Jesús trae con su llegada.

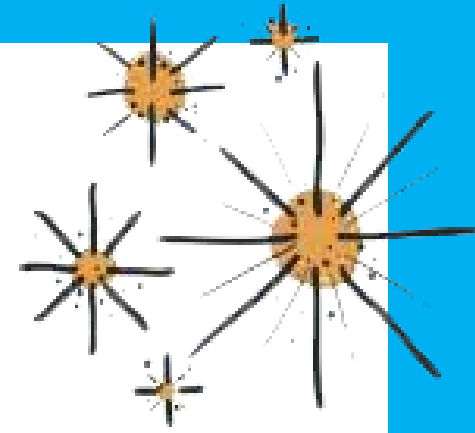
En Ingeomega durante esta época especial nuestros pensamientos se dirigen con gratitud a quienes han hecho posible nuestro éxito durante este año que ha sido lleno de retos y en el que juntos hemos salido adelante alcanzando cada una de las metas que teníamos previstas.

*Nuestros mejores deseos en estas fiestas.*



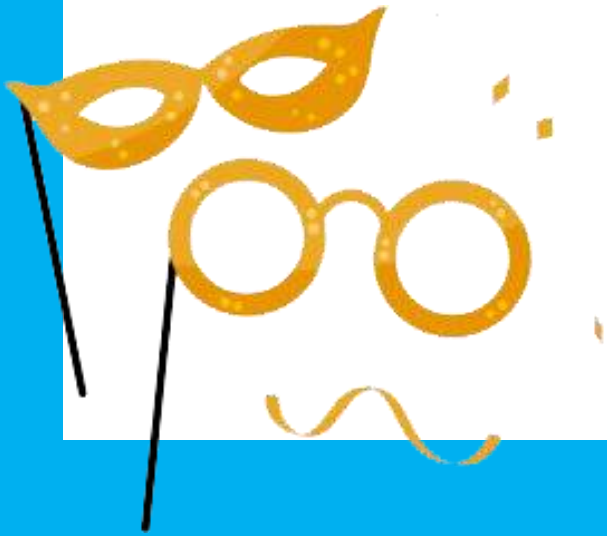
**31 DE  
DICIEMBRE**

# VÍSPERA DE FIN DE AÑO



Las tradiciones para celebrar este día, son diferentes de unos lugares a otros y de unos países a otros, según la tradición las familias se reúnen para cenar juntos, para comenzar el año con todos los miembros de la familia. Cada vez más personas deciden celebrar este día en restaurantes o lugares turístico en los que podrán degustar un menú navideño.

La cena en cualquier caso suele ser muy elaborada puesto que alrededor de ella se juntan los miembros de la familia que en muchos casos hace mucho tiempo que no pueden compartir una cena todos juntos. En esta cena no pueden faltar la comida tradicional como lo son la natilla y los buñuelos.







INGEOMEGA  
Ingeniería



**MEDIO AMBIENTE**

# ¿Sabes qué es el Plan MES?

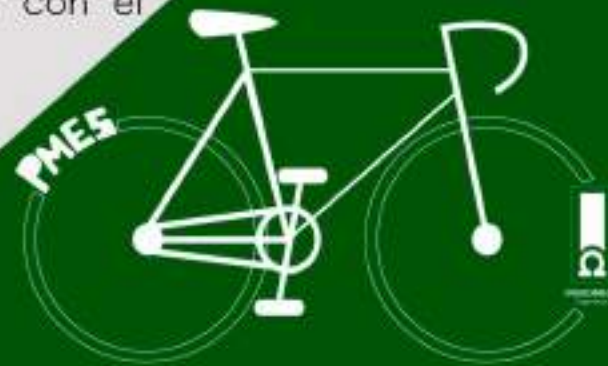


Es el Plan de movilidad empresarial sostenible; establecido en la resolución 1379 del 2017 del ÁREA METROPOLITANA DEL VALLE DEL ABURRÁ, como una medida que contribuye al desarrollo de una gestión integral de la calidad del aire y la movilidad en la jurisdicción del Área Metropolitana del Valle de Aburrá

**Ingeomega S.A.S** adopta estas medidas para la potencial reducción de emisiones generadas al aire por los desplazamientos que realizan los trabajadores desde y hacia su lugar de origen y destino, con una meta de reducción del 20% de emisiones de CO2 por los viajes al trabajo al 2020.

## Objetivos:

- Crear conciencia en los trabajadores para la elección de diferentes alternativas sostenibles de movilidad.
- Dotar de espacios adecuados la organización para incentivar el uso de transportes amigables con el medio ambiente.



# Metas:



- Disminuir en un 20% las emisiones de CO2 generadas por los desplazamientos de los trabajadores en el año de implementación del plan.
- Aumentar en un 10% los viajes compartidos entre trabajadores en el año de implementación del plan.
- Vinculación del 20% de los trabajadores en alguna estrategia de movilidad sostenible en el año de implementación del plan.
- Cumplimiento del 100% de las estrategias del plan.

La metodología para el diagnóstico de movilidad fue a través de encuestas de movilidad de trabajadores de las sedes (Vallesur, Nortiko y Belén), posteriormente se digitalizaron y se encuentran disponibles en la plataforma web de Plan de Movilidad Sostenible del Área Metropolitana del Valle de Aburra, plataforma que además se utilizó para las evaluaciones.

Las estrategias aprobadas por la Gerencia General de Ingeomega son:

- Incentivos de los viajes en bicicleta desde el lugar de residencia hasta el trabajo, se acumulan bici puntos y tendrán derecho a media jornada libre, accesorios para la bicicleta, entre otros.
- Incentivos vehículos compartidos, se rifarán entre las personas que hayan llevado o acercado algún lugar a compañeros de trabajo, podrán ganar bonos de gasolina y catalizador de combustible que disminuye la cantidad de energía necesaria para quemar el combustible.



# ¡Logros que nos enorgullecen!

Compartimos con todos buenas noticias.

Durante este año en Ingeomega, **145** personas del personal operativo han obtenido un ascenso de cargo.

Felicitamos a cada una de las personas que tienen la oportunidad de potenciar sus habilidades profesionales y así seguir contribuyendo al crecimiento de la empresa en la prestación de servicios.

Juntos continuamos aportando a la construcción del país.

*¡Felicitaciones!*



¡La Seguridad vial es un compromiso de Todos!



# SEGURIDAD VIAL



STOP



INGEOMEGA  
Ingeniería

# PREVENCIÓN DE ACCIDENTES DE TRÁNSITO EN NAVIDAD

Las fiestas decembrinas es una de las épocas más esperadas por todas las personas, es un mes lleno de alegría, amor y fiestas, sin embargo, algo que acompaña y puede empañar esta felicidad son los accidentes de tránsito.

En ésta época aumenta la ocurrencia de accidentes de tránsito, la mayoría de ellos son causados por el exceso de velocidad, estado de ebriedad y el uso de distractores al momento de conducir.

El sentirnos tranquilos y a salvo mientras estamos en la calle es un asunto al cual debería prestársele más interés. No importa si somos conductores o peatones, la seguridad vial y las buenas conductas al conducir o al transitar las diferentes vías, deben convertirse en una prioridad. Por eso siga los siguientes tips para prevenir accidentes durante esta época.





- Cuando conduzca deje las excusas, nada lo excusa de manejar de manera irresponsable.
- Solo sobrepase en los lugares permitidos y con plena visibilidad para hacerlo.
- Cuando camine con su familia, evite llevar los menores de edad al borde de la vía.

- Maneje siempre conservando la derecha.
- Recuerda, los peatones y ciclistas también deben cumplir las normas de tránsito.
- Recuerde usar todos los cinturones de seguridad con los que está equipado el vehículo, inclusive los de las sillas traseras.
- Revisa tu vehículo y garantiza que se encuentre en buen estado.
- Evita factores distractores durante la conducción (Hablar por teléfono, escribir mensajes de texto, comer y beber).

No permitas que un accidente de tránsito opaque tu felicidad, piensa en tu familia y toma en cuenta todas las medidas de seguridad.



*Campana Navideña*  
2020



**¡QUE NO TE LO PEGUEN!  
MIRA TU ENTORNO**

¡Todos somos  
Ingeomega!





Campaña Navideña

# ¡QUE NO TE LO PEGUEN! MIRA TU ENTORNO

Conoces las actividades planeadas para la campaña de este año:

**27 de Noviembre:** Socialización de la campaña navideña.

**1 al 4 de Diciembre:** Socialización campaña navideña en proyectos.

**5 al 11 de Diciembre:** Elaboración de maqueta por cuadrillas.

Elaboración de carteleras con medidas de prevención y control.

**18 de Diciembre:** Socialización de las maquetas y carteleras.

**14 al 18 de Diciembre:** Compartir navideño.

**21 al 23 de Diciembre:** Entrega de evidencias.

**11 al 15 de Enero:** Premiación campaña navideña.

**Febrero 2021:** Premiación cero accidentes.



¡Todos somos Ingeomega!



# Comité de Convivencia Laboral



# Tips para la Buena Salud Mental



Ejercítate



Come Sano



Cuida tus Relaciones Perosnales



Busca Ayuda Profesional si lo necesitas



## LINKS DE APOYO:

<https://orientacionrosadelsvents.blogspot.com/2018/10/habitos-para-cuidar-tu-salud-mental.html?sref=pi> <https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-derechos-humanos> <https://www.un.org/es/observances/day-of-persons-with-disabilities>

<https://www.un.org/es/observances/human-rights-day>

<https://www.un.org/es/observances/anti-corruption-day>



# ¡FELIZ MES!

