



► ¡Que no te lo cuenten!

- Pág. 1 - 3 → Mensaje de la Gerencia.
- Pág. 4 - 7 → ¿Qué es el distanciamiento social?
- Pág. 8 - 10 → Uso del tapabocas para la prevención del covid-19
- Pág. 11 - 12 → ¿Cómo manejar el virus Covid -19 desde casa?
- Pág. 13 - 14 → Fondo de empleados: Bono de mercado.
- Pág. 15 - 16 → ¡Día sin IVA!
- Pág. 17 → ¿Qué está sucediendo en... Redes sociales?
- Pág. 18 → Mensaje del mes del padre.
- Pág. 19 - 20 → ¿Qué hacer los fines de semana en casa?
- Pág. 21 - 23 → Atento: Diccionario de Terminología Española.

Mensaje de la Gerencia



Resiliencia en tiempos de Covid

Saludos a todos,

La forma repentina en la que cambió el mundo nos ha puesto a prueba a todos. Transitamos este momento con preguntas, muchos de los temas que son importantes en nuestra vida se han modificado. Quienes somos más optimistas, sabemos que, aunque estemos recorriendo caminos nublados, **contamos con una cualidad que se hará luz para guiarnos en este momento: la resiliencia.**

La profundidad de esta palabra es de gran trascendencia, nos muestra la valentía que todos tenemos, es una habilidad que desarrollamos en circunstancias adversas, porque es ahí cuando descubrimos las fortalezas que muchas veces desconocemos de nosotros mismos, **es un proceso que ayuda a transformar el dolor en acciones constructivas y nos permite reconocer los instantes de oscuridad** como una oportunidad para brillar. Ser resilientes es desarrollar las capacidades para afrontar cada obstáculo, superarlo y hacernos más fuertes y más sabios mediante este proceso



No hay una fórmula mágica para incorporar la resiliencia a la vida, pero sí unos ingredientes importantes que permiten activarla. El primero, **aceptación**, comprender que todas las situaciones, personas y experiencias por más absurdas que parezcan tienen la misión de ayudarnos a crecer, a desarrollar habilidades y a ampliar la consciencia.



El segundo, **asumir lo que está ocurriendo con la mirada y la energía de un reto** y no de una tragedia, esto motiva, abre posibilidades y pone a trabajar la imaginación.

El tercero, **responsabilizarnos**, si bien es importante el apoyo y la cercanía de otros, debemos reconocer nuestro poder único de elegir como vivir esta experiencia.

El cuarto, **activar nuestros recursos y subir la energía, esto requiere volver la mirada a nosotros**, primero haciendo consciencia de la calidad de nuestros pensamientos, nuestro narrador interno, las palabras y expresiones que usamos y segundo volver a conectar con todo lo que nos sube la energía, el ejercicio, el baile, la pintura, leer, cocinar, hacer mecánica o cualquier actividad que nos ayude a cambiar la química del cuerpo.

El quinto, **reconocer que no estamos solos y que hacemos parte de una gran familia humana**, necesitamos de nuestros seres queridos, amigos, colegas o personas en situaciones similares; serán de gran valor para tomar fuerza. Con seguridad al pasar esta experiencia estaremos listos para compartir nuestra fuerza, apoyando y acompañando a otras personas en momentos similares.



Los invito a que seamos más los que nos sumemos en este reto de ser resilientes, de sembrar una visión y actitud constructiva.

Uno de los grandes retos que enfrentamos las personas es superar nuestras propias limitaciones generadas a partir de la mirada negativa y desesperanzadora. Recordemos que nuestra especie no solo ha sobrevivido a incontables epidemias y calamidades de todo tipo a lo largo de la historia, sino que además ha salido fortalecida de ellas. Nuestra capacidad de adaptación y superación no es un mito, sino una realidad que nace de nuestra naturaleza. Precisamente por ello, **numerosas personas que superan adversidades graves no solo vuelven al nivel previo de normalidad,** sino que experimentan cambios positivos.

Este es un llamado que como compañía le hacemos a todo el equipo; estar dispuestos a dar la milla extra. Asumir este coyuntural momento como una forma de reinventarse y de apoyar a Ocupar & Ocuservis, creer en su talento y excepcional don de servicio, pues hoy este es el factor diferencial que podemos ofrecer a los clientes que continúan con nosotros y a los que estamos atrayendo como nuevas empresas usuarias.

Por eso les solicitamos continúen fortaleciendo su espíritu de compromiso y de responsabilidad, y las nuevas maneras de trabajar, con seguridad están aportando a seguir sosteniendo el servicio, convirtámonos en el testimonio latente de adaptación para conservar a nuestros trabajadores y clientes durante muchos años más.

***¡Continúen
protegiéndose!***



Alejandro Navarrete Silva
Gerente General

¿Qué es el distanciamiento social?

La idea de esta medida es evitar actividades que nos ponen en contacto con muchas personas. **¿Por qué es importante en este momento?** Porque es la única manera en la que podemos colaborar a reducir la transmisión del COVID-19 y así ayudar a los servicios de salud a que atiendan a los pacientes que más lo necesitan. Aunque es importante que te quedes lo más que puedas en casa, hay algunas actividades que puedes seguir haciendo. Te mostramos cómo manejar estos espacios:

¿Qué debes evitar hacer?



1. Reuniones presenciales.



2. Visitar a los amigos para jugar.



3. Dormir en casas ajenas.



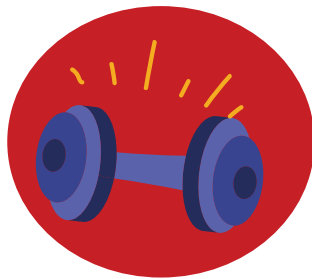
4. Ir a eventos deportivos.



5. Comprar en tiendas muy concurridas.



6. Visitar los centros comerciales.



7. Ir al gimnasio.

¿Qué puedo hacer con precaución?



1. Comprar en supermercados y droguerías

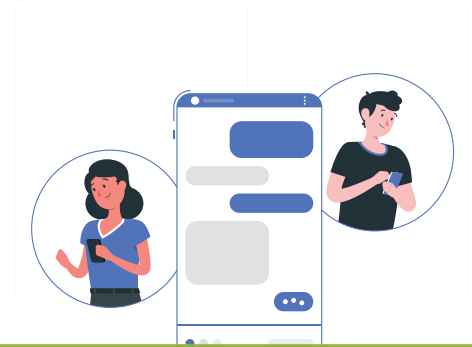


2. Deportes individuales.

¿Qué puedes hacer?



1. Bailar en la casa.



2. Hacer teleconferencias.



3. Trabajar en tu jardín.



4. Limpiar tu casa.



5. Sacar ropa que ya no usas.



6. Escuchar Música.



7. Leer.



8. Cocinar.



9. Ver televisión o contenido interesante en internet.



10. Estar pendiente de tus amigos por medios digitales.



11. Verificar si tus vecinos necesitan ayuda.



12. Organizar tus cosas.

¡Continúa cuidándote, es la manera más rápida de contribuir al mundo!

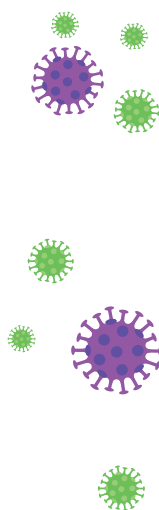
Uso del tapabocas para la prevención del covid-19

El correcto uso del tapabocas y un lavado de manos frecuente son claves para evitar infecciones virales. Te contamos cómo usar esta mascarilla protectora.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el uso de mascarillas quirúrgicas o tapabocas es esencial como medida de prevención del contagio por covid-19. Sea que te encuentres sano o tengas alguna condición o enfermedad respiratoria, debes utilizarlo.

Por supuesto, es de primer orden de importancia que el tapabocas lo usen quienes padezcan tos, estornudos, secreciones y dificultades respiratorias para evitar que cualquier virus asociado a estos indicios se disperse por medio de las partículas que son expulsadas y contagie a alguien más.

No obstante, recuerda que la utilización del tapabocas en **espacios públicos** como **supermercados, bancos y transporte público** es **obligatorio** para todos sin distinción. Recuerda lavarte muy bien las manos con agua y jabón antes de manipular la mascarilla. Luego, cúbrete la boca y la nariz con ella, asegurándote de que no haya espacios entre esta y tu cara.



Durante el tiempo en que tengas el tapabocas puesto, evita tocarlo constantemente y, si lo haces, lávate las manos. Tan pronto como se deteriore o se ponga húmedo, reemplázalo por uno nuevo retirando las cintas elásticas puestas detrás de las orejas (no debe ser reutilizado).

Recuerda lavarte las manos nuevamente luego de desecharlo. Si el tapabocas que usas es de tela reutilizable, ten en cuenta que debe lavarse después de un uso continuo de 8 horas. Usar jabón o detergente que no dañe la tela del que está hecho. Después de retirarlo debes guardarlo en una bolsa cerrada hasta el momento de lavarlo.

No se recomienda guardar el tapabocas sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección por que se pueden contaminar, romper o dañar.

¿Cada cuánto se tiene que cambiar?



Ten en cuenta que, si el tapabocas es de uso desechable debes, usarlo por un día y botarlo. Si el tapabocas no es desechable, puedes guardarlo y lavarlo todos los días.

¿Por cuánto tiempo se debe usar?

Todo el tiempo que se esté en espacios masivos.

¿Cada cuánto se tiene que cambiar?

Un tapaboca no se puede lavar ni reciclar y debe usarse solo por un día. Debe desecharse si se humedece con secreciones o se deteriora.

Después de usarlo, quítatelo tocando sólo las cintas elásticas puestas detrás de las orejas. No toques las superficies potencialmente contaminados y mantén el tapabocas alejado de la cara y la ropa .



¿Cómo desecharlo?

Deséchalo en un contenedor ojalá empacado una bolsa plástica, y ciérralo de inmediato.

Lávate las manos después de tocar o desechar el tapaboca.



Paso a paso para usar el tapabocas

- 1. Antes de tocar mascarilla lávate las manos** con agua y jabón y con un desinfectante a base de alcohol.
- 2. Verifica que la mascarilla** no tenga rasgaduras o agujeros.
- 3. Pon hacia arriba la parte superior.** Donde se encuentra la tira de metal o el resorte.
- 4. Asegúrate de orientar hacia afuera el lado correcto** de la mascarilla (el lado del color).
- 5. Ponlo sobre la cara** pellizca la tira la metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de tu nariz.
- 6. Asegúrate de cubrirte** tanto la boca como la nariz.
- 7. Revisa que no haya espacios** entre tu cara y el tapabocas.
- 8. Tira hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla** para que te cubra la boca y la barbilla.
- 9. Evita tocar constantemente tapabocas mientras lo usas.** Si lo haces, lávate las manos antes y después.

Recuerda que el tapaboca solo es eficaz si se combina con un buen lavado de manos.

¿Cómo manejar el virus Covid -19 desde casa?

Estas son algunas recomendaciones para protegerte a ti o a los tuyos en caso de infección por COVID-19.

Si vives con una persona que presenta síntomas COVID-19, mantén la calma, usa tapabocas, garantiza el uso de una habitación individual con condiciones sanitarias favorables y bien ventiladas.

🦠 Limita los movimientos dentro de la casa y reduce al mínimo los espacios compartidos (por ejemplo, cocina y baño). En caso de que compartas el baño, debe ser desinfectado luego de cada uso y garantizar su ventilación. Mantén una distancia mínima de 1 metro con el resto de las personas, idealmente 2 metros.

🦠 Lava tus manos frecuentemente con agua, jabón y sécate con toallas de un único uso o de tela limpias, esto disminuye en un 50 % la posibilidad de infección del virus.

🦠 Evita tocarte los ojos, nariz y la boca con las manos sin lavar.



🦠 Los elementos como sábanas, toallas, platos y cubiertos no deben compartirse y deben lavarse con agua y jabón después de cada uso.

🦠 **Antibacterial:** este es un complemento del lavado de manos y logra eliminar la mayor cantidad de organismos cuando no tienes acceso al lavado con agua y jabón. Recuerda que el gel debe tener por lo menos, 70 % de alcohol en su composición.

🦠 **Desinfecta las superficies:** debes limpiar las superficies o los objetos que usas. Por ejemplo: el celular, las llaves y otros artículos que manipules con frecuencia. Puedes hacerlo con una toalla con alcohol o algún desinfectante.

🦠 **Consulta fuentes oficiales:** recuerda actualizarte con información de fuentes oficiales como el Ministerio de Salud y Protección Social y la Organización Mundial de la Salud. Por ningún motivo divulgues datos sin confirmar su veracidad.

Signos de alarma: si tú o alguno de tus familiares presenta alguno de estos signos, contacta a las líneas de atención.



Confusión: cuando la persona se siente perdida, desubicada de un momento a otro dentro de la casa.



Dificultad respiratoria: cuando empieza a acelerarse la respiración.



Fiebre superior a 38 grados: que no disminuye ni con medidas locales (como bañarse) o con medicamentos.



Fondo de empleados: Bono de mercado

“Un alivio para ti y tu familia”

¿Aún no estás disfrutando de los beneficios con los que cuentas al ser parte del Fondo de Empleados? Recuerda qué...

1. Debes ser colaborador de Ocupar Temporales S.A. o de Ocuservis S.A.S.
2. Ser mayor de edad.
3. Cumplir con los aportes acordados previamente.
4. Diligenciar el formulario de ingreso y anexar una copia de la cédula.

Bono de mercado

El beneficio que el fondo de empleados ha dispuesto es un alivio de **\$60.000 mil pesos** a los afiliados que se encuentren en **licencia no remunerada** a causa de la emergencia sanitaria.



¿Cómo puedo disfrutar de este beneficio?

Antes de registrar tus productos debes presentar la cédula para la validación de datos e informar al cajero que eres beneficiario de un bono de mercado con el número de convenio: **#920**

¿Dónde puedo hacer uso de este bono?

Desde el 18 de mayo puedes acercarte a cualquiera de los siguientes almacenes de cadena del país:



¡Con nuestros convenios podrás disfrutar de grandes beneficios para ti y tu familia!

**Más información: PBX (2) 487 99 99
Ext 2232 – 316 230 09 39
fondodeempleados@ocupar.com.co**



¡Día sin IVA!

El **19 junio, 3 de julio, 19 de julio**, se llevará a cabo el primer día sin cobro del impuesto del IVA en la compra de alrededor de 100 tipos de artículos correspondientes a siete categorías o “*bienes cubiertos*”, dentro de los que se destacan el vestuario, los electrodomésticos y los insumos agropecuarios.

Ten en cuenta:

¿Cuántas unidades puedo comprar en los días sin IVA?

Solo podrá comprar tres unidades del mismo elemento, sin importar que los compre en diferentes establecimientos. Los pagos deberán efectuarse a través de tarjetas débito, crédito y otros mecanismos de pago electrónico y será aplicable siempre y cuando se trate de bienes ubicados en Colombia y al detal. Además, es obligatoria la expedición de una factura o documento equivalente mediante los sistemas de facturación vigentes.



¿Cuánto es el valor máximo a pagar por cada artículo en los tres días sin IVA?

Electrodomésticos: En este caso el valor máximo a pagar por cada electrodoméstico exento de IVA, será de **\$ 2.848.560**.

Vestuario: Se podrán comprar prendas como: vestidos, chaquetas o zapatos, que valgan máximo **\$712.140**.

Elementos deportivos: balones, raquetas, bates, trajes de neopreno, aletas, salvavidas, cascos, protectores, zapatos deportivos y bicicletas, tanto análogas como eléctricas. El valor máximo será de **\$2.848.560** por unidad.

Juguetes: El valor máximo por unidad será de **\$356.070**.

Útiles escolares: Incluyen los softwares educativos y el valor máximo de cada producto será de **\$178.035**.

Insumos agropecuarios: El valor máximo será de **\$ 2.848.560**.



¿Cómo y por qué medio puedo pagar los tres días sin IVA?

Durante estos tres días, no se aceptará el pago en efectivo, aunque se podrá facturar tanto electrónicamente como con papel. Además, cada persona podrá comprar máximo tres artículos de una misma categoría, por ejemplo, vestuario, en un mismo establecimiento comercial, y si quiere adquirir más prendas de vestir aplicando a la exención, puede hacerlo en otro almacén.

¡Contribuyamos a nuestra economía!

¿Qué está sucediendo en... Redes sociales?

El ambiente digital nos exige innovar y adaptar las estrategias de nuestra compañía, para continuar creciendo e incrementar la visibilidad de la marca de cara a nuestros grupos de interés; más ahora que estamos migrando hacia el todo digital... ¡Conoce que publicamos! en nuestras redes sociales y sé parte de esta comunidad virtual:

Así están conformadas nuestras comunidades:



LinkedIn Ocupar: 1.612 seguidores
LinkedIn Ocuservis: 91 seguidores
Facebook Ocupar: 22.440 seguidores
Instagram Ocupar: 1.000 seguidores



Creer en las redes sociales es motivo de orgullo, nos hace innovar en las dinámicas de reclutamiento, desde los procesos involucrados trabajamos en posicionar nuestra marca con los atributos de comunicación **confiable, incluyente, asertiva y dinámica** para continuar demostrando la experticia de una organización que lleva 30 años consolidándose en el sector de las Empresas de Servicio Temporal (EST).

**¡Si todavía no nos sigues en nuestras redes sociales,
busca nuestras páginas empresariales
y danos el gusto de contar contigo en nuestros
medios virtuales de comunicación!**

Mensaje del mes del padre.

El Grupo Empresarial felicita a todos los padres de la familia Ocupar & Ocuservis en su mes, contamos con hombres íntegros, comprometidos y ejemplares que protegen y llenan de amor sus familias ¡Gracias a cada uno por ser parte de nuestros equipos de trabajo!

Si me preguntan... ¿Quién es mi papá?

Mi papá es quien me ayuda cuando me equivoco, cuando dudo me aconseja y siempre está a mi lado.

Mi papá es quien me protege todo el tiempo y me cuida.



Mi papá es quien me cuenta historias graciosas para hacerme reír y distraerme.

Mi papá es un hombre con corazón grande, que sabe señalar el horizonte con optimismo y confianza.

Mi papá es quien me lleva mis partidos, me lleva a jugar al parque y me enseña mis deportes favoritos.

¡Mi papá es mi amigo fiel!

¡Feliz mes del padre!

¿Qué hacer los fines de semana en casa?

El aislamiento a raíz del Covid-19 ha puesto a las familias en una situación excepcional, la de pasar las veinticuatro horas juntos, en casa. Donde en ocasiones puede tornarse pesada, pero, también, una oportunidad de pasar momentos de calidad en familia.

Fines de semana y días de semana en casa, con los hijos. Ejerciendo de padres y madres las veinticuatro horas del día. Sin apenas poder salir y con la incertidumbre sobrevolando nuestras vidas.

Para empezar, es momento de compartir y acumular experiencias con nuestros hijos, hermanos y esposo (a) de conocerlos mejor, de interactuar más, escuchar historias, cantar, bailar, volver al pasado con un emocionante juego de parques, uno, monopolio y ¿por qué no? Un karaoke **¡Acá te contamos algunas ideas que puedes llevar acabo!**



*** Concurso de talentos**

Organizar un concurso de talentos es una gran excusa para celebrar en familia. Cada integrante de la familia que demuestre el talento con el que se siente más cómodo. Por ejemplo, unos cantan, otros bailan y un jurado premia a los más talentosos o los más divertidos.

*** Fiesta de no cumpleaños**

Puedes comprar una torta (o hacerla), preparar unos bocadillos y volver a cantar cumpleaños cualquier día del año que no sea el día de nacimiento del «no cumpleaños».

*** Sembrar semillas o plantas**

Organizar macetas (para que todos puedan sembrar plantas o semillas) permite beneficiarse del contacto con la tierra y disfrutar el crecimiento de la planta. Si además genera algún fruto o flor, es una gran satisfacción darle la bienvenida.

*** Fiesta de pijamas**

Puedes colocar en la sala unos colchones, preparar unas palomitas de maíz y pasar un buen rato juntos. Siempre es un acierto sacar unos juegos de mesa o realizar algunas dinámicas.

*** Redecorar una pared**

Los niños disfrutarán pintando un mural en alguna pared de la casa, así como volver a blanquear la pared que hayan pintado con sus creaciones. Lo importante es involucrar a los niños en el trabajo de cuidar y mantener el hogar.

*** Organizar un álbum de fotos familiares**

Más allá de la publicación en redes sociales, imprimir las fotografías y preparar un álbum es una experiencia enriquecedora para toda la familia. Organizar las fotos, decorar y conversar sobre buenos momentos familiares constituye un espacio más para compartir en familia.

**¡Qué el aburrimiento no se apodere de tu familia!
Entre todos pueden pasar unos días agradables.**

Diccionario de Terminología Española

ATENTO

Recordemos los términos más importantes que debes conocer.

- **Albarán:** Recibo de mercancía, comprobante de entrega, recibo comprobante de instalación.
- **ATS:** Asistente técnico sanitario, enfermero con título para ejercer como paramédico en forma autónoma.
- **A la orden:** Expresión colombiana que no se usa en España y que les suena muy cómica, cambiar esta expresión por **“En qué le puedo ayudar”, “Puedo ayudarle en algo más”**.
- **B:** en España no existe B grande, existe simplemente la B (be).
- **Cabreado:** Enojado, expresión que indica que la persona se encuentra enojada.
- **Cachondo:** Persona simpática o persona graciosa.
- **Cancelar:** Anular un pedido, quitar un servicio. No se debe utilizar este término para informar pagos de factura.
- **Centralita:** Conmutador telefónico.
- **Coqueto:** Elemento de buen aspecto, bonito, que agrada. **“Este móvil está coqueto”**.
- **Coste:** Expresión española para indicar el importe o valor de una factura/producto/ servicios.
- **Culebrón:** Telenovela.
- **Cumplimentar:** Rellenar un formulario, también se usa para indicar que un pedido está pendiente de instalar.
- **Cumplimentado:** Pedido entregado/instalado y finalizado.
- **Curro:** Expresión española para referirse al trabajo.
- **Chapuza:** Trabajo mal hecho o trabajo informal. También significa persona que tiene diversidad de trabajos.
- **Charnego(a) y adj.** (Este término viene del catalán y es despectivo) significa persona inculta y conflictiva, emigrante a Cataluña desde otra región española.
- **Chaval:** Persona joven.
- **Chillar:** Alza el tono de voz a una persona, gritar. En España no significa llorar como en Colombia.

Términos de la D a la M:

- **Directorio:** En España significa la junta directiva de una empresa. Puedes usar el término guía telefónica como reemplazo.
- **Duro:** Moneda española de cinco pesetas. “**No pienso pagar ni un duro**”. Esta expresión es usada por el cliente cuando quiere indicar que “**No piensa pagar ni un peso**”.
- **Faena:** Persona que está muy ocupada o atareada.
- **Fallas:** En España son los fuegos artificiales, no significa lo mismo que en Colombia de especificar un desperfecto o que algo no funciona bien.
- **Follón:** Problema, situación complicada.
- **Guay:** Que está a la moda, que es chévere.
- **Liado:** Puede significar que está muy ocupado o tiene algo que hacer y no tiene tiempo para nada. Además significa que está enredado o confundido “**Me estas liado**” que significa que lo estás confundiendo.
- **Majo/Maja:** Persona amable, agradable en Colombia también lo denominamos “**Querido/a**”
- **Mala leche adj y adv:** -1. Adj. Persona que actúa de mala fe. -2. Adv. segunda intención con que se dicen las cosas, enfado “**No se lo digo de mala leche, pero eso es mentira**”.
- **Marcha:** Salir a bailar.
- **Mili:** Servicio militar.
- **Móvil:** Teléfono celular.

Términos de la O a la S:

- **Ordenador:** Computador.
- **Pasta:** Expresión española usada para referirse al dinero, ejemplo: “**Vale mucha pasta**”.
- **Pegatina:** Rotulo de papel para ser pegado o adhesivo que se fija en una superficie, ejemplo: “**La pegatina del router**”.
- **CPeque:** Niño pequeño.
- **Pijo:** Persona de estrato alto, engreída o creída.
- **Pulse/Picar:** Expresión para indicar que se dará un clic en aplicación informática.
- **# - Pulse almohadilla!:** El signo # en España se llama almohadilla y no numeral como en Colombia.
- **R:** En España esta letra no se llama ere, sino erre.
- **RR:** En España esta letra no se llama erre, sino doble erre.
- **Rellenar:** Llenar un formulario o solicitud.

- **Señal:** Suma o importe que se deja para separar una mercancía. En Colombia se relaciona con una cuota inicial o un abono inicial.

Términos de la T a la Y:

- **Tapas:** tiene dos significados: -1. Para los pasabocas de cortesía que sirven con licores y bebidas. -2. Referencia a las tapas de pago con mejor calidad y mayor tamaño.
- **Terminal:** aparato telefónico fijo o móvil.
- **Tinto:** bebida de vino tinto, en España no significa café.
- **V:** se deletrea como uve y no como v pequeña.
- **Vale:** significa que está de acuerdo con la información recibida, referencia al termino de confirmación ¿Cierto? En Colombia, ejemplo: -¿Está conforme con la información o con las indicaciones dadas?
- **W:** esta letra se deletrea como uve doble y no como dobleú. Para indicar la dirección de una página web se le puede indicar al cliente (uve doble, uve doble, uve doble punto ocupar.com.co...) o (tres uve dobles).
- **Y:** esta letra no se llama “Ye” sino “I” griega.
- **¡Ya está!:** equivale a que ya ha terminado o que ya ha quedado todo resuelto.

