

EMPRESAS PÚBLICAS MUNICIPALES DE BELÉN DE UMBRÍA - RDA.

Nº de Orden: 489.

Fecha de Recibido: 10.10.2019

Hora de Recibido: 09:13

Destino: Gerencia Firma: Ledy Y Arred

Belén de Umría, 9 de Octubre de 2019

Doctora:
DANIELA MONTOYA PUERTA
 Gerente
EMPRESAS PÚBLICAS DE BELEN DE UMBRÍA

Asunto: **Informe Actividades Semana de la Seguridad y Salud en el Trabajo**

Cordial Saludo,

Los días 19, 20 y 21 de Septiembre se llevó a cabo la celebración de la Semana de la Seguridad, días durante los cuales se realizaron actividades en las cuáles se tuvo la participación del personal de planta y contratistas como se relaciona a continuación:

El primer día 19 de Septiembre se realizaron tres actividades:

1. Campaña de Convivencia Laboral: Se documentó folleto con funciones del COCOLA, concepto de Acoso Laboral, Modalidades de Acoso Laboral, Conductas que no se consideran Acoso Laboral y se hizo una campaña de compromiso a la mejora de la convivencia Laboral, se construyó un muro y a cada trabajador que se le dio un ladrillo para escribir en él su compromiso.



2. Pausa de la Seguridad: Se formaron dos equipos y se armó un Kit completo de Elementos de protección personal, los cuales fueron ubicados por separado y se les pidió que por equipo eligieran un compañero y entre todos colocaran los elementos de Protección Personal, el equipo que lo hiciera en el menor tiempo y quedaron correctamente era el ganador. La segunda pausa fue ponerle los elementos de protección personal al trabajador con los ojos vendados y con la ayuda de sus compañeros de trabajo, el equipo que colocara lo mejor posible los EPP sería el ganador y al finalizar se compartió

con el grupo de colaboradores la Ancheta de la Seguridad la cual contenía las píldoras de la confianza, la Mermelada de la seguridad, Galletas de Amor Propio y un jugo del Autocuidado.



3. Rumbo-terapia: Se realizó con el apoyo de Personal del Hospital San José de Belén de Umbria una hora de ejercicios dirigidos con profesional de recreación y acompañado de música.

Se hicieron varios ejercicios de coordinación de manos, pies, se utilizaron aros y se realizaron dinámicas que requerían concentración y agilidad en los movimientos.

El segundo día 20 de Septiembre se realizaron dos actividades:

1. Campaña Cuidado de las manos: Se presentó un video de sensibilización sobre el cuidado de las manos y se le pidió a los trabajadores que dibujaran su mano en una cartelera y dentro del croquis colocaran qué se comprometían a hacer para cuidar sus manos, adicionalmente se les realizó un manicure y se tomaron fotos con el resultado obtenido.



2. Masaje Relajante en la Espalda: Con una técnica sencilla se realizó un masaje relajante en la espalda por las integrantes del COPASST.



El tercer día 21 de Septiembre se realizaron dos actividades:

1. Tamizaje: Se realizó tamizaje con el apoyo del Hospital San José Belén de Umbría donde se tomó la presión arterial a los colaboradores de la empresa.



Esta actividad se reforzó el 28 de Septiembre con el tema de Factores de Riesgo Cardiovascular, donde además se calculó el índice de masa corporal encontrándose 1 trabajador con Bajo Peso, 8 con Sobrepeso, 3 con Obesidad grado I y 1 con Obesidad grado II.



2. Desayuno Saludable: Se dio una entrada con frutas picadas (papaya, mango y piña) acompañado de huevos con jamón, pan integral y café o chocolate, con el objetivo de incentivar a los trabajadores en los hábitos saludables de alimentación.

En general se contó con una excelente disposición de todo el personal, se tuvo un apoyo incondicional por parte de los integrantes del COPASST así como de la alta gerencia de la empresa.

IVONNE M BETANCUR Q.
 IVONNE BETANCUR QUINTERO
 Profesional de SST