

BIENVENIDA

EN ESTA EDICIÓN

BIENVENIDA

BENEFICIOS

SALUD

RELACIONES HUMANAS

NÓMINA

SI TU SUPIERAS...

FELICITACIONES

RISAS Y ALGO MÁS

Queremos darle

la más amistosa bienvenida

a nuestros nuevos compañeros

y desearle mucho ÉXITO...

**Ser exitoso es poder ayudar a otros , influir en otros
por el sólo hecho de ser tú.**



Bienvenidos

Ángel Rosario

Alex Salgado

Miguel Albarrán

Vianzi Garcés

Irving García

Melvin González

Gustavo Echzvarría

Omar Ortiz

Edwin Estramera

BENEFICIOS

LICENCIAS OTORGADAS POR LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA

PROHIBIDO OLVIDAR

- Presentar Certificado Médico, una vez incurra en tres ausencias o más.
- Llamar al Supervisor/ Director en las primeras horas del turno de trabajo en caso de ausencia o tardanza.
- Presentar evidencia de estudios (cada semestre o trimestre) en los casos de tener dependientes mayores de 18 años en Plan Médico o Dental.



Paternidad

La Institución concede a los **empleados** tres días, compensados totalmente a partir del nacimiento de un hijo (a).



Asuntos Personales

La Licencia por Asuntos Personales consta de 24 horas al año, estas no se acumulan ni se transfieren. Bajo esta licencia el empleado podrá ausentarse horas o minutos para resolver situaciones personales, de emergencia, entre otros. No se cargarán días completos.



Funeral

Todo empleado que sufra la pérdida de un familiar directo (padre, madre, cónyuge, hijo o hermano) tendrá derecho a ausentarse tres días sin que se afecte su salario.

SALUD

SEIS CONSEJOS PARA MEJORAR LA CALIDAD DEL SUEÑO

1. Date una ducha o un baño caliente hora y media antes de dormir, acabando con agua tibia. El agua, con el cambio de temperatura, actúa como relajante muscular de modo similar a lo que ocurre cuando haces ejercicio y paras a continuación.

2. Evita comer antes de irte a la cama, pero ten en cuenta que los hidratos de carbono ayudan a formar serotonina, una hormona



que estimula el sueño. ¿Un truco para no ponerte a comer por las noches? Baja la intensidad de luz en casa, ya que esto le indica a tu cuerpo que hay que ponerse en "modo descanso" y que se ha acabado el momento propicio para comer.

3. Entrenar a última hora del día hará que tu temperatura corporal aumente y a continuación disminuya, lo cual te hará descansar mejor, pero ten en cuenta que necesitas unas tres horas para que se dé esta disminución, así que no salgas a correr a las 11 si te quieres acostar a las 12.

4. La rutina ayuda a tu cuerpo a crear patrones de comportamiento. Si cada día te

vas a la cama a una hora diferente tu organismo no sabe cual es el momento de la desconexión. Acostúmbrate ir a dormir siempre a la misma hora.

5. Los estimulantes como la cafeína todos sabemos que quitan el sueño. Ten en cuenta que su efecto puede ser muy duradero, hay gente a la que le afecta de noche un café tomado por la tarde, ya que su influencia suele durar de media a 6 horas.

6. Los viajes pueden alterar el patrón de sueño por la novedad de un emplazamiento diferente, que supone un estímulo. Para contrarrestarlo trata de hacer lo mismo que sueles hacer en tu casa: leer un libro, oír música o lo que tengas por costumbre antes de dormir.

Próximamente estaremos recibiendo la visita del R-G TOUR de R-G Mortgage y Premier Bank. Estarán ofreciendo orientación sobre préstamos hipotecarios, además de su cuenta Premier que ofrece grandes beneficios. Pronto informaremos...

RELACIONES HUMANAS

RELACIONES HUMANAS EN EL EMPLEO

Las relaciones humanas en el empleo se parecen mucho a la albañilería. Sobre todo a la mezcla que se utiliza para unir los bloques y con esto erigir estructuras. Tomando como ejemplo la industria de la construcción, vamos comprendiendo a lo que nos referimos.

Al examinar el trabajo de un contratista, vemos que el bloque tiende a ser el material fundamental con el cual construir, claro está acompañado de varillas, madera, andamios y otros materiales. Con la ayuda de estos materiales y el ingenio del albañil, se hacen diferentes tipos de estructuras que satisfacen al cliente. "Un montón de bloques estibados de forma ordenada no crean una estructura." Lo mismo ocurre con las relaciones humanas en el trabajo. Somos como bloques que tienen la capacidad de erigirse en una

estructura.

Como profesionales de la empresa, somos unidades individuales con unas propiedades individuales, particulares y un valor intrínseco. Sin embargo, cuando funcionamos unidos llegamos a tener la oportunidad de ser a la vez una nueva unidad, diferente a la que representamos individualmente, pero sin perder nuestra identidad. Esto se logra teniendo el arte de tener buenas relaciones interpersonales.

Es entonces cuando las relaciones interpersonales son como la mezcla que une los bloques. Cuando las relaciones no son positivas y constructivas los bloques no se unen entre sí, dejando espacios descubiertos que debilitan la estructura. En cambio cuando las relaciones interpersonales son saludables nos mantenemos unidos entre nosotros, la



estructura es nítida y sólida, permitiéndole al constructor seguir levantando el edificio hasta alcanzar la forma deseada. Estos son principios básicos y fundamentales en toda la naturaleza y el universo. Son parte de las leyes que rigen la vida.

No entender la necesidad de estar unidos representa privarnos de crecimiento y de oportunidad de participar de algo más grande que nosotros. Creerlo y practicarlo nos permite ser parte de la nueva unidad,

NÓMINA

Recuerde lo siguiente:

- 🕒 Cotejar su Asistencia (Time Card), ya que su pago dependerá de las horas que estén registradas en el mismo.
- 🕒 Entregar a Recursos Humanos sólo la Asistencia.
- 🕒 De ausentarse más de dos días debe pasar por la Oficina de Recursos Humanos para la debida autorización.



Es importante cargar las Licencias de menos de un día, de acuerdo a la diferencia de 8 horas no trabajadas. Esto deberá hacerse según lo que contiene la siguiente tabla:

Tiempo No Registrado		Equivalencia en Minutos	Equivalencia en Hora
0.00	0.07	.00 min.	0.00
0.08	0.22	.15 min.	0.25
0.23	0.37	.30 min.	0.50
0.38	0.52	.45 min.	0.75
0.53		1.00 hora	1.00

Ejemplo:

Horario Regular 8:00 AM a 5:00 PM

Lunes 8:24 - 5:00 *Por este día deberá cargar .50 horas.

Martes 8:54 - 4:40 *Por este día deberá cargar 1.25 horas.

Cualquier duda puede comunicarse con las extensiones 208 y/o 454.

SI TU SUPIERAS...



La técnica mundial de montar postes de electricidad en los montes con la ayuda de helicópteros fue un invento de ingenieros boricuas.

El sumidero entre Lares y Camuy es tan profundo que El Morro podría esconderse allí.



Una cosa tan simple como el sobre no empezó a utilizarse hasta 1839. Hasta entonces, la gente



usualmente doblaba sus cartas, las sellaba con lacre, y escribía la dirección en el reverso.



La peste bubónica que mejor se manejó en el mundo fue en Puerto Rico. Las autoridades sanitarias la controlaron en 92 días: un récord mundial. Eso fue en 1912.

Los Kisses de Hershey se llaman así pues la máquina que los hace parece estar besando la banda transportadora.



FELICITACIONES



A todos los empleados que celebran su cumpleaños en los meses de mayo y junio.

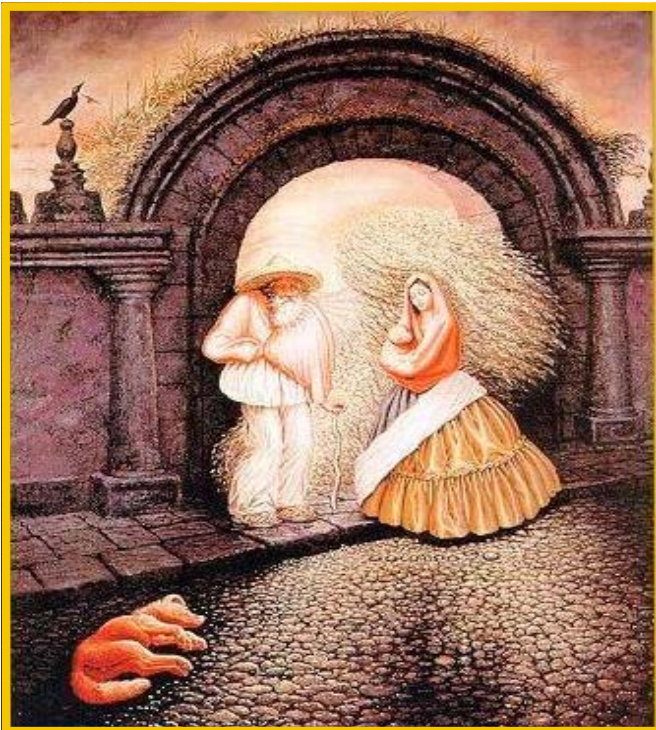
Reciban nuestras más sinceras felicitaciones.

Que su día este lleno de risas, alegrías y sorpresas.



RISAS Y ALGO MÁS

ENCUENTRA LAS 9 CARAS



Video o Vídeo

Ambas formas están aceptadas. Pero nunca digas, “se filmó un video” por que lo correcto es, “se grabó un video”.

La jefa o la jefe

Ambas palabras están aceptadas y puedes utilizarlas como mejor te gusten.

REFERENCIAS

www.pulevasalud.com

Díaz Umpierre, S. Relaciones Humanas en el Empleo. [El Nuevo Día](#).