



INSTITUTO PARA LA INVESTIGACIÓN
EDUCATIVA Y EL
DESARROLLO
PEDAGÓGICO



Boletín informativo No 3

Un mensaje desde casa de nuestro director



¡Cumplimos dos semanas en la modalidad de teletrabajo y Alexander Rubio, director del IDEP, [nos envía este mensaje de motivación](#).

También, en este boletín, presentamos algunos de los logros que hemos conseguido durante las últimas semanas, porque pese a los retos del aislamiento preventivo iseguimos cumpliendo con nuestra misionalidad!

Finalmente, compartimos unas recomendaciones para trabajar mejor desde nuestras casas que nos envían del SG-SST.

¡Feliz semana santa para todos y todas!

Distrito y PNUD se unen para construir el contrato social por la educación de Bogotá



Al servicio
de las personas
y las naciones

**OBJETIVOS
DE DESARROLLO
SOSTENIBLE**



A partir del 1 de abril el IDEP y el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), se unen en un convenio con la misión de construir rutas y acciones para concretar un pacto social para la ciudad en materia educativa. El objetivo del convenio es aunar esfuerzos técnicos, administrativos y financieros para aportar al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 2030) de las Naciones Unidas y orientar la política educativa en el marco del Plan de Desarrollo de Bogotá 2020 - 2024.

El aporte técnico derivado de este convenio, permitirá que la entidad avance en la conformación de la Misión de educadores y sabiduría ciudadana enmarcada en el cuarto ODS y además, en la creación de un Pacto Social Intergeneracional liderado y concertado con los jóvenes para formular una estrategia de educación superior, ciencia y tecnología inclusiva, flexible y diversa, acorde con sus intereses y necesidades.

[Más información en este enlace.](#)

Teletrabajo: cómo organizar tu área de actividades



Nos interesa que tu mente y tu cuerpo se sientan bien mientras cumples con tus actividades laborales. Por eso, te presentamos recomendaciones para un adecuado diseño ergonómico de tu puesto de trabajo:

Computador

La ubicación de la pantalla debe ser frontal al trabajador, de tal modo que se eviten los movimientos de rotación del cuello. La distancia entre la pantalla y el ojo debe oscilar entre 35 y 60 cm.

Escritorio

Se sugiere que el teclado se ubique sobre el escritorio para facilitar el apoyo de los antebrazos cuando realice digitación. Es importante mejorar el espacio para los pies evitando que se ubiquen elementos extraños bajo el escritorio, como cajas o archivos, canecas y papelería.

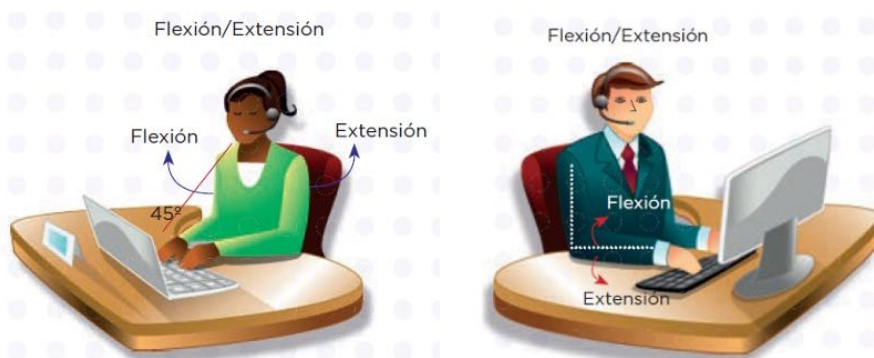
Silla

La silla debe tener un tamaño de asiento y espaldar que cubra bien la cadera y ofrezca apoyo suficiente para la espalda, aproximadamente desde omoplatos.

Aspectos relacionados con el manejo del cuerpo

- Una vez se coloque el teclado sobre el escritorio, se sugiere que siempre se busque el apoyo de los antebrazos evitando al máximo movimientos de flexión y extensión de las muñecas.
- Realizar pausas activas con ejercicios de estiramiento y relajación.
- Alternar periodos de digitación con otras tareas.

A continuación, se muestran las posturas adecuadas para los diferentes segmentos:

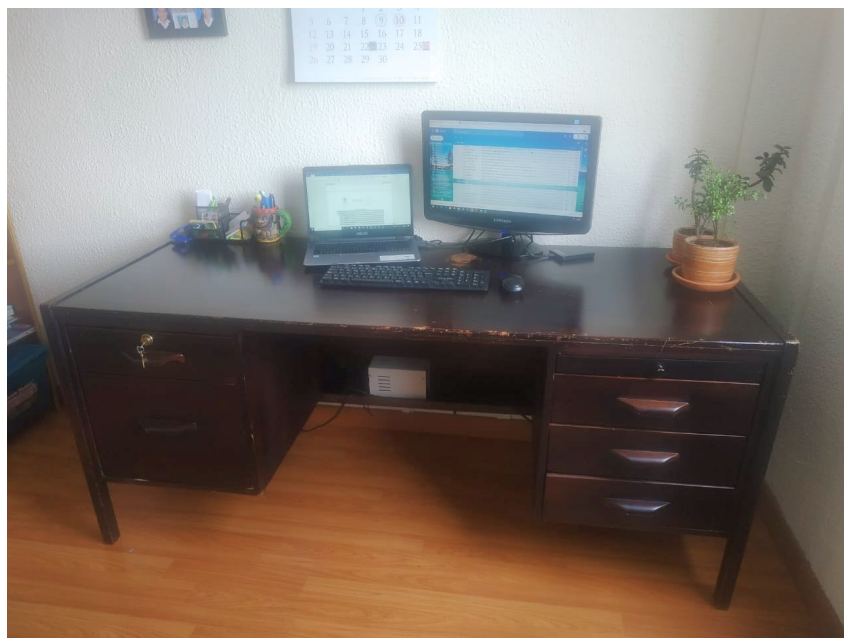


¡Pongámonos en modo '5S'!

Desde el Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo te invitamos a aplicar **las cinco claves japonesas para mantener tu puesto de trabajo ordenado y aseado** durante la cuarentena en casa. Es un método comprobado para la prevención de los accidentes de trabajo y la aparición de enfermedades relacionadas con el trabajo.

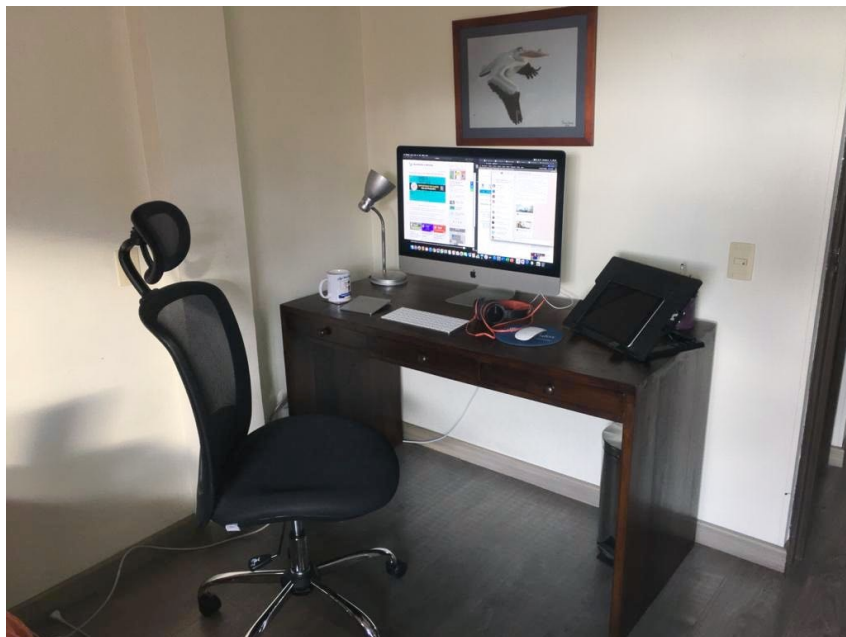
1. SEIRI "Lo que no sirve que no estorbe" Clasificar: Separar lo que es necesario de lo no necesario.
2. SEITON "Un lugar para cada cosa y cada cosa en su lugar" Ordenar: Colocar lo necesario en un lugar fácilmente accesible.
3. SEISO "Combatir las fuentes de suciedad" Limpiar: Asear las cosas sucias, como la acumulación de polvo en los equipos.
4. SEIKETSU "Separe, ordene, limpie...separe, ordene, limpie" Estandarizar: mantener permanentemente el estado de orden, limpieza e higiene.
5. SHITSUKE "Autonomía y disciplina"

Mira algunos ejemplos de cómo las estamos aplicando. Envíanos tu foto al correo electrónico comunicaciones@idep.edu.co o al grupo de Whatsapp del IDEP y demuéstranos que también eres parte del cambio. Consulta el programa de orden y aseo PG-GTH-13-01 del IDEP.

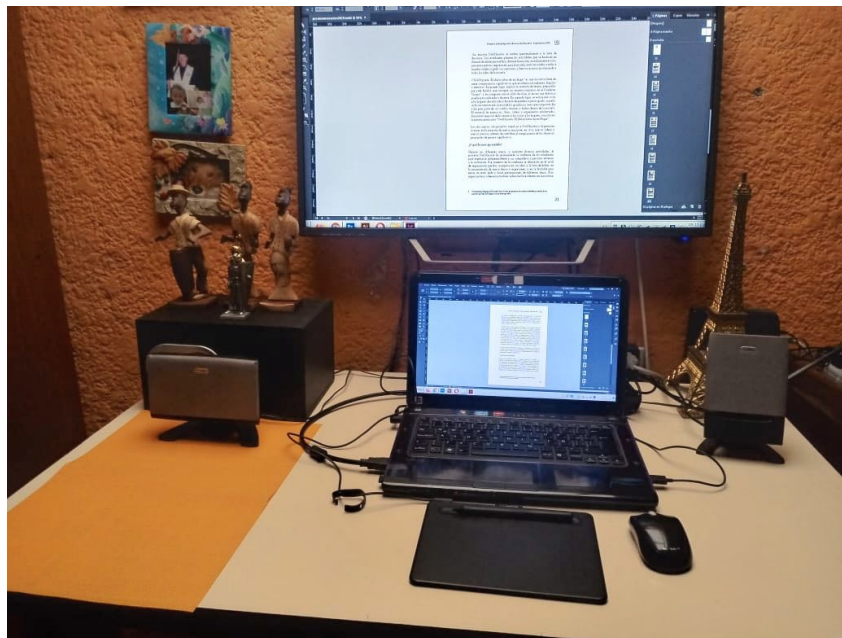




David Esteban Pineda - Comunicaciones



Miguel Bernal - Comunicaciones



Pablo Martínez - Comunicaciones

Nuestros aportes a la educación de Bogotá: clases en video para la cuarentena



El IDEP ha visto el desafío del aislamiento preventivo como otra oportunidad para invitar a los maestros y maestras a innovar.

Desde hace dos semanas hemos convocado a maestros y maestras de Bogotá para que produzcan clases en video, como una herramienta para prestar el servicio educativo durante la **Cuarentena por la vida**. Esta serie de videos hace parte de [la estrategia Aprende en casa de la Secretaría de Educación del Distrito](#), que busca fortalecer a los hogares como ambientes de aprendizaje. Los videos creados por docentes son difundidos por las redes sociales del IDEP y puestos a disposición de la comunidad educativa en [el canal de Youtube Comunicaciones IDEP](#). Estas producciones audiovisuales de los docentes cubren áreas como ciencias naturales, tecnología, sociales, lenguaje, matemáticas, apoyo psicoafectivo, entre otros y están dirigidos a estudiantes desde educación inicial hasta último ciclo.

Te invitamos a conocer este recurso educativo que hemos construido junto a los profesores y profesoras de Bogotá. [Para consultarlo, solo sigue este enlace.](#)

Noticia de importancia para todos y todas

Se extiende el Aislamiento Preventivo Obligatorio



hasta el 26 de abril
a las 11:59 p.m.



El futuro
es de todos

Presidencia
de la República

De acuerdo con [la alocución presidencial realizada el lunes de esta semana](#), la cuarentena se extenderá hasta las 0:00 horas del día **lunes 27 de abril**. Así mismo, el aislamiento obligatorio se mantendrá **hasta el 30 de mayo para adultos mayores** y el estudio en casa de **colegios y universidades hasta el 31 de mayo**.

Por otro lado, por directrices del Ministerio de Salud, se determina el **uso obligatorio de tapabocas** cuando se utilice el sistema de transporte público (buses, Transmilenio, taxis) y cuando se circule por áreas donde haya afluencia masiva de personas (plazas de mercado, supermercados, bancos, farmacias, entre otros) donde no sea posible mantener la distancia mínima de 1 metro.



Instituto para la Investigación Educativa y el Desarrollo
Pedagógico
Avenida Calle 26 No. 69D-91 Centro Empresarial
Arrecife, Torre Peatonal Oficinas 805 - 806 - 402A -
402B
Bogotá, D.C., Colombia
+57 (1) 2630603
<http://www.idep.edu.co/>
idep@idep.edu.co

Ha recibido este e-mail porque está en la lista de correo del IDEP

[Cancelar la suscripción](#)

© 2019 IDEP