



## Se acerca el fin de año: ten presentes estas indicaciones para los descansos compensados

El IDEP a través del director Alexander Rubio Álvarez, estableció unas sencillas directrices de compensación de tiempo para servidoras y servidores, que permitan el disfrute de días de descanso entre el 21 y el 31 de diciembre de 2020. **Toma nota:**

- Para acceder al turno de descanso se deberá compensar un tiempo total de cuatro (4) días hábiles, equivalentes a treinta y cuatro (34) horas de labor
- El descanso se compensará laborando una hora y media (1.5) adicional en el horario de: 4:30 p.m. a 6:00 p.m. de lunes a viernes, a partir del nueve (9) de noviembre y el viernes (11) de diciembre de 2020, inclusive, hasta completar un total de cuatro (4) días hábiles, equivalentes a treinta y cuatro (34) horas de labor.
- Cada jefe de dependencia establecerá los controles que garanticen el cumplimiento de las horas compensadas de manera acorde con los lineamientos de esta circular.

Consulta más información relacionada en **circular 07 de 2020**.



## Una charla con... Adriana Villamizar, jefe de la Oficina Asesora de Planeación del IDEP

### ¿Desde cuándo estás vinculada al IDEP y cuál ha sido tu mejor experiencia en este tiempo?

Llegué al IDEP a mediados del mes de junio de 2020. La mejor experiencia ha sido que sí se puede trabajar en virtualidad. Ha sido todo un proceso de adaptación pues personalmente era del pensamiento que se debía estar presencialmente para desarrollar toda labor. Y la vida este año me enseñó que hay nuevas formas de trabajar, que el ser humano se vio forzado a descubrir.

Adicionalmente estar en el sector Educación, con el personal académico del IDEP, es un proceso de retroalimentación y aprendizaje enriquecedor.

### ¿Qué hobbies tienes cuando no estás en el trabajo?

Después de trabajar, me encanta bailar y viajar.

### ¿Qué talento oculto crees que tienes?

No creo que tenga nada oculto jajajajajajaja. Por mi descendencia santandereana soy muy expresiva, trabajadora, emprendedora, dedicada y exigente hasta conmigo misma. He participado en concurso de baile y competencia de voleibol.

### ¿Cómo está conformada tu familia?

Mi núcleo familiar lo conforman: mi padre Carlos R. que tiene 86 años y es de origen campesino del Norte de Santander. Mi Madre Omaira, que tiene 76 años. Una mujer de empuje como buena santandereana. Mi esposo Alfonso, quien ya falleció. Mi Hijo Luigi, quien tiene 21 años y se encuentra estudiando. Mis hermanos Carlos F., Diego A. y Zayra M. ¡Y hasta la mascota Skyper!



Gracias, Maestros y Maestras, por una tarea que trasciende en el tiempo y en el espacio



## 3 recomendaciones del PIGA para tener siempre presentes

### Si vas a organizar documentos en físico:

- Imprime solo los documentos descritos en las tablas de retención documental "series, subseries y tipos documentales".
- Evita la impresión de documentos innecesarios o repetidos.
- Verifica que el documento esté en su versión final.
- Configura la página y el área de impresión y valida en vista previa.
- Si es posible, realiza la impresión a doble cara.



Consulta la guía GU-GD-07-01 Buenas prácticas para el uso eficiente del papel, así como la Directiva Presidencial 04 de 2012 "Política de Cero Papel".

### Usa el agua de manera eficiente



1. Repara las fugas o daños en los sistemas hidrosanitarios.
2. Cierra el grifo al cepillarte, afeitarte o lavarte las manos.
3. Verifica que los grifos estén cerrados para evitar pérdidas y el uso innecesario del agua.
4. No utilices los sanitarios para depositar residuos sólidos que pueden generar taponamientos.
5. Utiliza de manera responsable el agua, contribuyendo a su conservación.
6. Reduce el tiempo que permanezco en la ducha.
7. No arrojes basura o sustancias químicas a la calle y a los cauces de los ríos.
8. No arrojes al desagüe aceites, restos de pintura, sustancias químicas o contaminantes en general.
9. Riega las plantas y jardines por la mañana o en la noche.
10. Replica las buenas prácticas entre compañeros, amigos y familiares

### Uso eficiente de la energía

Al comprar electrodomésticos, consulta antes su ficha de desempeño energético. Revisa en la etiqueta de tus artículos electrónicos la etiqueta de consumo. Desconecta siempre los cargadores y demás enchufes que no estén siendo utilizados, pues generan consumo adicional de energía.



## ¿Sabes a cuáles peligros estamos expuestos por el desarrollo de nuestras labores?

A continuación, te presentamos algunos de ellos. Debes identificarlos de acuerdo con las actividades que desarrollas.



**Biomecánico**  
"Postura prolongada y movimientos repetitivos, manipulación de carga"



**Psicosocial**  
"Relaciones interpersonales, trabajo en equipo, estrés, etc."



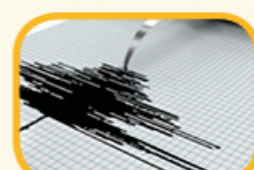
**Físico**  
"Radiaciones no ionizantes"



**Condiciones de Seguridad - Locativo**  
"Orden y aseo, estado de los pisos e instalaciones"



**Condiciones de Seguridad - Eléctrico**  
Exposición a conexiones eléctricas y cableado"



**Fenómenos Naturales**  
"Sismos y terremotos"



**Químico**  
"sustancias químicas para limpieza, polvo y material particulado"



**Condiciones de Seguridad - Tecnológico**  
"Incendios y Explosiones"



**Mecánico**  
"elementos de oficina como cosedora y bisturi"



**Condiciones de seguridad**  
"accidentes de tránsito"



**Condiciones de Seguridad**  
"robos, atracos, etc"



**Biológico**  
"hongos, bacterias, virus"