

# acerRHcATE

**BOLETÍN**

AGOSTO-SEPT. 2018

---

**SÉ MÁS PRODUCTIVO**

Tips para ser más ultraproductivos en el trabajo y aprovechar el tiempo.

**DIFERENCIAS ENTRE REACTIVO Y PROACTIVO**

**COLORES DE SEGURIDAD**

**ACTIVIDADES DE LA REGIÓN**

**acerRH<sup>RD</sup>**  
TOP TALENTS, TOP COMPANIES

COMUNICACIÓN CORPORATIVA  
ACERH GROUP

# 8 Tips para ser ultraproductivos



## NO TOQUES UN TEMA DOS VECES

No guardes un correo o una llamada para atenderla después, mejor maneja tus pendientes en el momento que llamen tu atención, ya sea para responder, delegar o borrar.

## DEJA TODO LISTO PARA EL DÍA SIGUIENTE

Termina cada día preparándote para el siguiente. Esta práctica logra dos cosas: solidifica lo que has logrado en la jornada y te asegura que tendrás una mañana más eficiente. Solo te toma unos minutos al día.



## INICIA POR LOS PENDIENTES QUE MENOS QUIERES REALIZAR

Empieza el día haciendo lo menos apetecible que tengas en tu lista de pendientes antes de hacer cualquier otra cosa. Después de eso, lo demás parece ser más sencillo de completar.



## APÉGATE A UNA MINUTA DURANTE LAS JUNTAS

Las personas ultraproductivas saben que una junta puede alargarse indefinidamente si la dejan, así que les informan a los participantes que se apegarán a una lista de pendientes para avanzar lo más rápido posible. Esto permite a los participantes enfocarse y ser más eficientes.



## SABER DECIR "NO"

Decir "no" a un compromiso nuevo cuando no es posible que sea logrado, honra tus compromisos anteriores y te permite cumplirlos de la mejor manera.

## REVISAR TU EMAIL EN TIEMPOS ESPECÍFICOS

Además de revisar tu email en tiempos designados, aprende a usar tu plataforma de mails para priorizar tus mensajes por emisor, poner alertas sobre temas que te importan e incluso tienen la función "auto-responder" para asegurarles a sus clientes que revisarán a profundidad su correo.



## TÓMATE TIEMPOS DE RELAJACIÓN

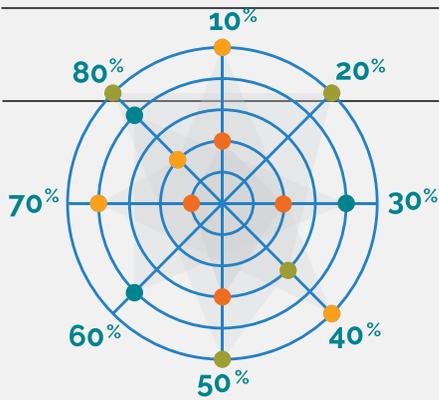
No temas alejarte de todo cuando lo necesites. Dale a un familiar o amigo un número donde pueda localizarte en caso de emergencia y deja que esa persona de confianza sea tu filtro.



## DELEGA

Acepta que no eres el único ser humano inteligente y talentoso en la organización. Confía en que los demás hagan su trabajo para ellos poder concentrarse en el suyo.





# SÉ PROACTIVO, NO REACTIVO



## Características del reactivo

- Se desbordan emocionalmente ante las situaciones externas adversas.
- El 100% de su bienestar o malestar interno depende de si su entorno está bien o mal.
- Pierden mucha energía juzgando y criticando a los demás.
- Perciben los cambios como amenazas y por tanto, acaban saboteándolos.
- Tienen a quejarse verbalmente, pero no ejecutan ninguna acción al respecto.
- Están inmersos en sus preocupaciones y no buscan posibles soluciones.
- Tienen tendencia a ser pesimistas.
- Les falta iniciativa.
- Tienen a culpar a los demás.



## Características del proactivo



– **Positivas.** Procuran ser muy positivas antes las situaciones, para evitar caer el victimismo.



– **Creativas.** Usan la creatividad para poder elaborar constantemente alternativas.



– **Impulsoras de metas.** Tienen claros sus objetivos y generan acciones para lograrlos. Su mirada está puesta en las acciones a medio plazo, pero alienadas con su objetivo a largo plazo.



– **Toman decisiones.** Se anticipan a los problemas, no permiten que estos se alarguen en el tiempo sino que toman decisiones rápidas y pragmáticas. Actúan gestionando los imprevistos en base los objetivos que se ha marcado.



– **Asertivas.** Comunican a su entorno de forma adecuada cómo se sienten, qué opinan y qué necesitan.



– **Con iniciativa.** Son conscientes de su libertad para poder elegir una respuesta interna y externa ante las circunstancias. Tal y como dice José Antonio Marina tienen muy desarrollada lo que se denomina "inteligencia ejecutiva".



– **Constancia.** Su constancia es permanente, focalizan sus esfuerzos y acciones. Consiguen resultados tangibles, dado que siempre están orientados a los objetivos.



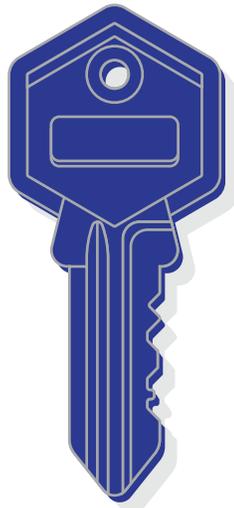
– **Autoconfianza.** Tienen claras cuáles son sus fortalezas y sus debilidades y confían en su capacidad y potencial para poder superar las situaciones adversas.

# COLORES DE SEGURIDAD

Al visitar una fábrica o empresa debes observar detenidamente los colores de las señalizaciones y avisos, estos tienen un significado por tu seguridad. Te mostramos cómo identificarlos:

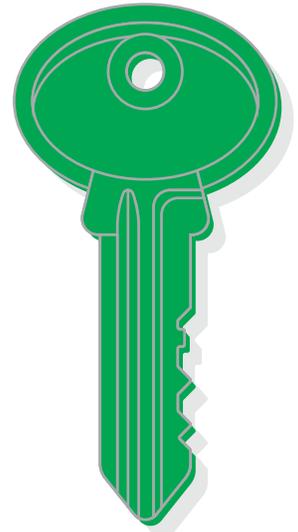
## **PARE PROHIBICIÓN**

Señales de pare  
Prohibido  
Señales de prohibición



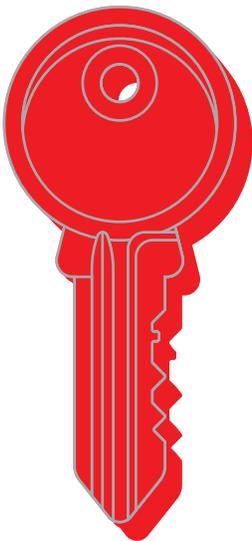
## **PRECAUCIÓN RIESGO PELIGRO**

Indicaciones de peligro  
Guardas de maquinaria  
Demarcación de áreas  
de trabajo



## **ACCIÓN DE MANDO**

Uso de EPP  
Ubicación de sitios o  
elementos



## **CONDICIÓN DE SEGURIDAD**

Salidas de emergencia,  
escaleras, etc.  
Control de marcha de  
máquinas y equipos



# ...REP. Dominicana



# ... HONDURAS

**AC Talentos Honduras**  
Agosto

Capacitaciones para nuestro personal en Tegucigalpa, Honduras en Cierre Efectivo de Ventas y Actualización Laboral. Además también impartimos en San Pedro Sula Productividad y Mejora Continua.

Tú, ACERH y 7 otros

Me gusta Comentar Compartir

**AC Talentos Honduras**  
Agosto

Uno de nuestros clientes participó en el torneo de Futbolito Empresarial, realizado por la Cooperativa Sagrada Familia en San Pedro Sula. Un rato súper divertido y ameno.

Tú, y 55 otros

Me gusta Comentar Compartir

**AC Talentos Honduras**  
Agosto

Nuestra segunda edición de la Cumbre Nacional de Promotoría, en la que uno de nuestros clientes premió la excelente labor de los colaboradores y finalizó con un torneo de Fútbol divertida y llena de compañerismo.

Tú y 30 otros

Me gusta Comentar Compartir

**AC Talentos Honduras**  
Septiembre

Celebramos el Día del Niño con presentes para los hijos de nuestros colaboradores. De esta manera promovemos la diversión sana y la integración de la familia.

Tú, 103 otros

Me gusta Comentar Compartir

**AC Talentos Honduras**  
Septiembre

Emocionados porque este año llevamos a cabo la primera Feria de Salud para nuestros colaboradores, clientes y sus familiares. Gracias a Farmacias del Ahorro por el apoyo.

Tú, 186 otros

Me gusta Comentar Compartir

# ... EL SALVADOR

 **actalentosca** ...



**20.451 Me gusta**  
**actalentosca** Nuestras capacitaciones del mes en Medidas de Seguridad Industrial y Trabajo en Equipo.  
[View all 245 comments](#)  
2 DAYS AGO

 **actalentosca** ...



**503 Me gusta**  
**actalentosca** Participación en la Feria JUVENTOUR 2018 “El Salvador Sos Vos”, el cual contó con 3,000 plazas y 500 emprendedores.  
[View all 245 comments](#)  
2 DAYS AGO

 **actalentosca** ...



**20.451 Me gusta**  
**actalentosca** Nuestra participación en la feria de la Cámara de Comercio con la asistencia de empresas privadas y 2,000 personas.  
[View all 245 comments](#)  
2 DAYS AGO

 **actalentosca** ...



**1502 Me Gusta**  
**actalentosca** Actividades de integración que nos acerca más, aniversarios empresariales y cumpleaños del mes.  
[View all 245 comments](#)

# ... GUATEMALA

● SOCIAL MEDIA **LIVE STREAMING**

👁️ 1000



**BUSCA EL POST COMPLETO EN NUESTRAS REDES**



#tbt Recordando nuestra plantación de 314 árboles en Naciones Unidas, Guatemala. Una linda actividad en la que apoyamos el cuidado del medio ambiente y su preservación. #actalentos #Guatemala #actalentosca #medioambiente #reforestación

# acerRHcATE



**acerRH<sup>RD</sup>**  
TOP TALENTS, TOP COMPANIES

**BOLETÍN**  
AGOSTO-SEPT. 2018