

EL EMBLEMA

11^{va} Edición

CINE FORO
ESTE 4 DE AGOSTO

CELEBRACIÓN
VIRGEN DEL CARMEN

PAUSAS ACTIVAS
SEMANA 4

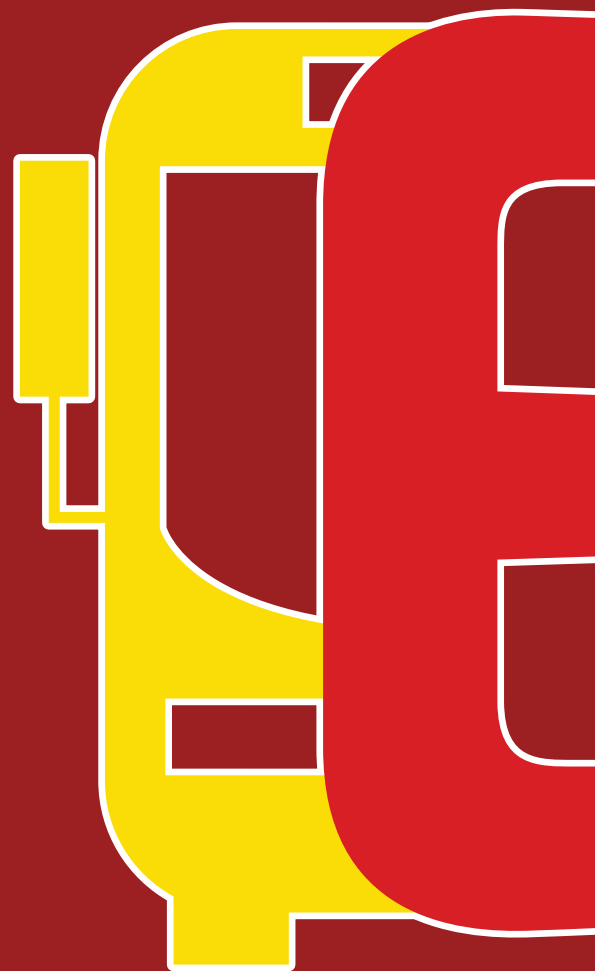
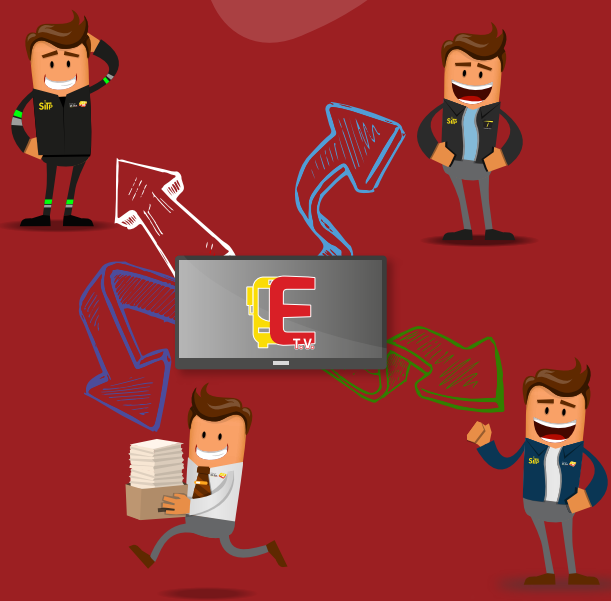
FESTEJAMOS LA LLEGADA
DE NUESTRAS CARTELERAS VIRTUALES

LAS CARTELERAS VIRTUALES, LA RUTA MÁS RÁPIDA A LA INFORMACIÓN

EEMBLEMA TV. Es una apuesta creativa, dinámica y consciente con el medio ambiente para generar canales de comunicación asertivos, completos y cercanos a nuestra empresa. Tiene como objetivo principal la implementación de pantallas digitales como mecanismo informativo.

¿Qué es una Cartelera Virtual?

Una cartelera virtual o digital es un mecanismo que permite llegar a diferentes públicos de una forma dinámica, atractiva y con contenidos de valor que capturen la atención de los espectadores.



EEMBLEMA

CONOCE LAS SECCIONES DE CONTENIDO

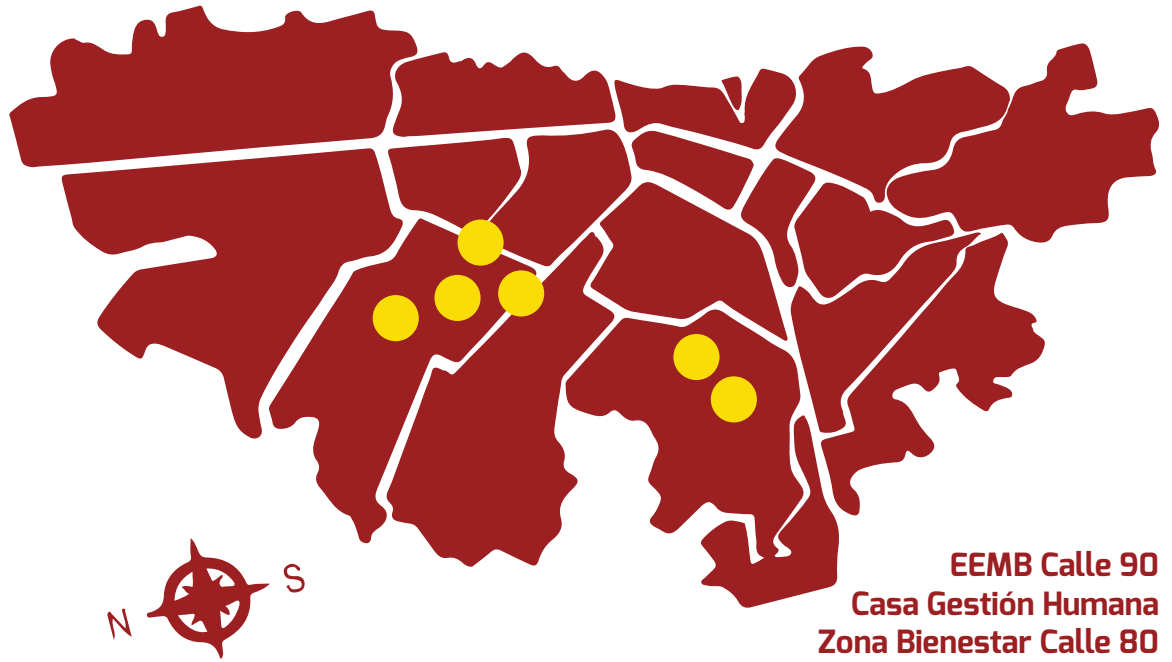


Conéctate



Pilas

PUEDES ENCONTRARLAS EN LOS DIFERENTES PATIOS DE EEMB



EEMB Calle 90
Casa Gestión Humana
Zona Bienestar Calle 80
Alimentación Calle 80
Mantenimiento Tintal
Operaciones Tntal

ACTUALIZACIÓN DE DATOS

T.V.
MA T.V.



La información se actualizará cada semana o bien sea cuando se requiera realizar un cambio instantáneo.

La plantilla cambiará cada mes, tendrá un diseño alusivo a la fecha dependiendo la festividad al mes que corresponda.



Próximamente



Diviértete



Infórmate

Te esperamos este
4 de agosto
a participar en el

CINE FORO

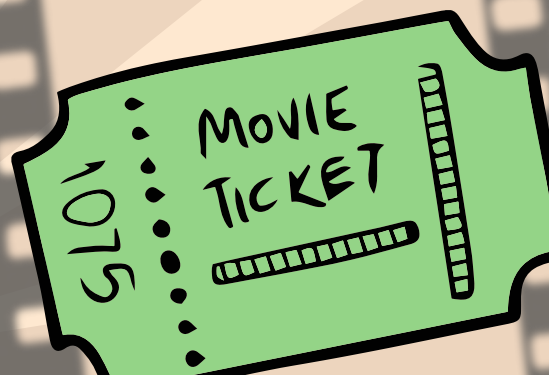
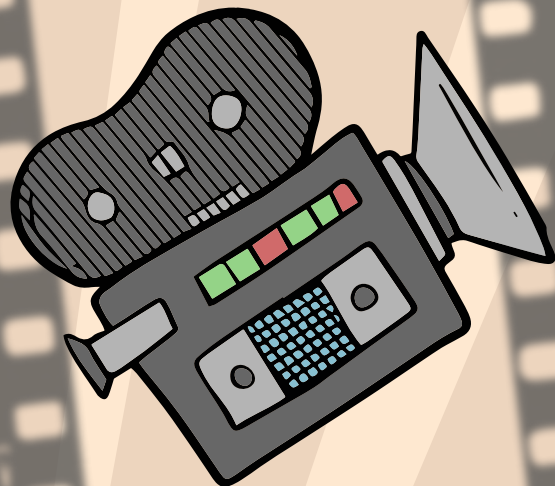
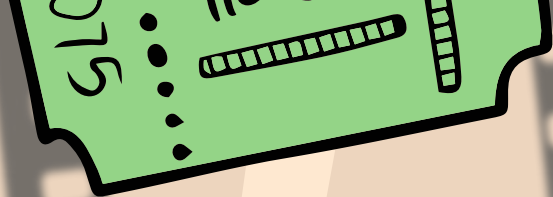
de 3 a 5 PM

Si deseas inscribirte, envía un mensaje al correo:
gladis.riveros@esteesmibus.com



MÍSTICA

Este es
Mi Bus





Maloka

Pasaportes

**¡Cómpra tus entradas
en Fonmibus con un
descuento especial y
con entrega inmediata!**

Fonmibus

Este es
Mi Bus



MÍSTICA

AHORA LLEGAR AL TRABAJO SERÁ MÁS SALUDABLE Y MUCHO MÁS SENCILLO

Si quieres llegar a tu trabajo en bici y llevas mucho tiempo sin montar en una o nunca lo habías hecho; es importante que tengas en cuenta estos consejos que te ayudarán a hacerlo:



Si no estás acostumbrado a viajar tanto tiempo en bicicleta, es recomendable que lo hagas sin premura y no excedas los límites de tu cuerpo.



Para empezar con este ritmo de vida, puedes hacerlo una vez por semana o los fines de semana.



Ten en cuenta tu condición física y estado de salud.



Calcula tiempos y mide las rutas cercanas y seguras que puedes usar.



PRESTA ATENCIÓN A LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES PARA VIAJAR SEGURO EN TU BICICLETA

- El respeto es lo primero.
- Realiza la Inspección general de tu bicicleta, se debe encontrar en óptimas condiciones para ser usada; cadenas, ruedas, frenos, timbre etc.
- Usa siempre casco, chaleco reflectivo, reflectante y un pito como elementos de seguridad.
- Baja la velocidad cuando encuentres a un ciclista en tu misma dirección.

Y SI VAS A TRANSITAR CON MUCHO TRÁFICO

- Evita las superficies resbaladizas como barro o pavimento con arenilla.
- Mantén siempre las dos manos en el volante.
- No conduzcas con audífonos.
- Nunca debes viajar por los carriles destinados para el uso del transporte público.
- Respeta siempre el carril, viajando por tu lado derecho
- Fíjate que las alcantarillas tengan tapa y así evadirás futuros accidentes.
- Ten cuidado con los vehículos estacionados.



Transporte



Reducir la
Contaminación



Beneficia tu salud
y sentido del humor



Evita Trancones



Mejora tus Tiempos





¡ ASÍ VIVIMOS EL DÍA DE LA VIRGEN DEL CARMEN !



TRABAJO EN EQUIPO



HONESTIDAD



RESPONSABILIDAD



MÍSTICA



El pasado viernes 15 de julio, se llevó a cabo la celebración de la Virgen del Carmen la patrona de los transportadores.

Hacia las 3:00 de la mañana empezó la jornada para muchos en patio Tintal, con una tamalada y un delicioso chocolate se acompañó el amanecer dándole la bienvenida a un nuevo día laboral. El reloj marcó las 5:00 AM y se dio paso a la primera eucaristía que tuvo lugar en la zona de bienestar del patio de operaciones Tintal.

El folclore se apoderó de la tarima, la tradición campesina inundó de alegría el lugar; guacharaca, acordeón, tambor y guitarras trajeron el sabor y el buen humor.

Varias parejas se disputaron el primer lugar en la pista de baile, junto con Rigoberto Castillo quien hacía las veces de animador, los asistentes bailaron desde vallenato hasta reggaetón.

Se encendieron los motores y arrancó una caravana rumbo a los patios de calle ochenta. Mientras tanto en el transcurso del día, los patios de mantenimiento y alimentación se deleitaban con el sabor de la lechona acompañada de rifas, Orquestas, bailes y juegos; seguido a esto, el gerente general de EEMB, Daniel Murgueitio, ofreció unas palabras de estima y agradecimiento a todos los funcionarios y colaboradores de la compañía.

A pesar del inesperado clima y las intermitentes lluvias; la celebración se hizo por lo alto. Fue un espacio oportuno para compartir y disfrutar en compañía de nuestros compañeros, además de conmemorar una fecha tan importante y especial para el sector transportador.

Por: Daniela Alejandra Coronado R.

GANADORES CELEBRACION DÍA DE LA VIRGEN

Calle 80

RAMIRO RIVERA PEÑA
ADRIAN GIOVANY CACERES



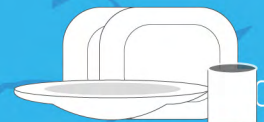
JORGE HUMBERTO AREVALO POSADA



JORGE ANDRES ACERO PEÑA
ANGEL OTALORA RIAÑO
FREDY ORLANDO DIAZ
CESAR VEGA PASTRANA



JUAN CARLOS AGAMEZ GARZON
EDGAR PARDO PALOMO
MIGUEL ARCANGEL SAENZ PINEDA



OSCAR CONDE



Premio especial: DANNA MILETH CORTÉS VARGAS

ÓN EN DEL CARMEN

Tintal



Ganadores

CONCURSO

día del padre

CARLOS ALFONSO NIÑO BOLIVAR
ORLANDO CARVAJAL RUIZ

JUAN CARLOS CETINA

NANCY HIPOLITO
IVAN RODRIGUEZ CALDERON
ANDRES ARIZA
GERMAN MURCIA

LUIS ALBERTO VILLAMIL
CARLOS GALVIS ESCOBAR
LUIS ANTONIO MARTINEZ SUAREZ

NANCY HIPOLITO



1 PUESTO - OSCAR OSWALDO PERDOMO
2 PUESTO - OSCAR CONDE
3 PUESTO - RENE ARIAS



HONESTIDAD



TRABAJO EN EQUIPO



RESPONSABILIDAD



MÍSTICA

**Este próximo viernes 22 de julio de 2 a 3 pm.
te esperamos en el curso de**

Comunicación Organizacional



**Si eres funcionario de Este es Mi Bus,
inscríbete en gestión humana o al correo
jairo.vargas@esteesmibus.com
Recuerda que los cupos son limitados y se
confirmará asistencia por correo o teléfono.**

Frase de la Semana

**“Trabajar en equipo divide el trabajo
y multiplica los resultados ”**

Cristian Santana

Jefe Centro Control

Este es
Mi Bus



PAUSAS

SEMANA 4



1

Inclinar la cabeza hacia la derecha y hacia la izquierda por 15 segundos. Ayúdese con las manos para lograr mayor estiramiento en cada movimiento.

2

Entrecruzar los dedos, unir las palmas, mantener estirados los brazos al frente por 15 segundos, luego girar las palmas al frente y sostener.



ACTIVAS

3

Empuñar las manos con los codos doblados a la altura de los hombros, unir y separar los antebrazos por 10 veces. Estirar y doblar los codos al frente por 10 veces y luego a los lados, 10 veces.



4

Unir las yemas de los dedos, manteniendo los dedos estirados y haciendo presión entre ellas, mantenga 15 segundos, relajar y realizar suaves movimientos de sacudidas de las manos por 10 segundos.



RESPONSABILIDAD



Ahora te toca a ti

**Participa, Forma parte del Comité Paritario
de Seguridad y Salud en el Trabajo**

CONVOCATORIA COPASST

Te esperamos en las oficinas de HSEQ o envía tus datos al correo marcelaacostaarl@esteesmibus.com

Del 15 de julio al 25 de agosto de 2016

Sé el enlace entre el trabajador y el empleador para mejorar las condiciones y el ambiente de trabajo.

