

## Centro de Evaluación

**En Octubre evaluamos  
y certificamos**



**211** personas



### **Certificación en Arica, Paso firme hacia trayectorias laborales sólidas.**

34 cuidadoras primarias obtienen certificación laboral en ceremonia junto a SENCE, ChileValora y la Seremi del Trabajo y Previsión Social.

Nos llena de orgullo compartir uno de los hitos más significativos de este trimestre; la certificación de 34 cuidadoras primarias de Arica, quienes formalizaron sus competencias laborales en un emotivo acto realizado con la participación de SENCE, ChileValora y la Seremi del Trabajo y Previsión Social.



Como Centro de Evaluación, esta instancia representa mucho más que una ceremonia; es la validación del esfuerzo, la experiencia y la vocación de mujeres que hoy amplían sus oportunidades dentro del sector Salud y Asistencia Social. Este reconocimiento abre puertas a la empleabilidad, formalización y profesionalización, contribuyendo al fortalecimiento del capital humano en el país.

Reafirmamos nuestro compromiso con la formación continua, la certificación de competencias, y el reconocimiento de una labor de entrega y dedicación.

Felicitamos nuevamente a todas las cuidadoras certificadas por este importante avance, y agradecemos a las instituciones que hicieron posible este proceso.

Seguiremos impulsando trayectorias laborales, brindando herramientas que permitan el desarrollo personal y profesional con sentido de vocación.

Acompañamos, reconocemos y validamos.





# Orlando Jara

## Experiencia, compromiso y vocación

Desde Valparaíso al extremo sur del país, y hoy con base entre Santiago y distintas faenas a lo largo de Chile, Orlando Jara es uno de los evaluadores que representa el espíritu de compromiso y profesionalismo que distingue el trabajo de Jes&Dor.

Ingeniero de profesión, Orlando cuenta con una amplia trayectoria laboral que le ha permitido desenvolverse en distintos rubros y contextos productivos. Su camino profesional comenzó en el área hidráulica, pero la vida la llevó a consolidarse en el mundo de las telecomunicaciones, etapa que define como una de las más relevantes de su desarrollo profesional. Posteriormente, decidió emprender de manera independiente, realizando asesorías, controles técnicos y trabajos especializados para distintas empresas, muchas veces respondiendo a exigencias directas de los mandantes finales.

Fue en el año 2017 cuando Orlando se vinculó de manera más directa con el mundo de la certificación de competencias laborales. Como él mismo señala, este es un ámbito donde "todos los centros de certificación, de alguna u otra forma, se conocen", lo que facilitó su acercamiento inicial a evaluaciones en el rubro minero y posteriormente, a procesos formales de certificación bajo el marco de ChileValora.

Desde entonces, ha participado activamente tanto en certificaciones a través del sistema ChileValora como en procesos de evaluación directa solicitados por empresas y faenas mineras, desempeñándose hoy en distintas áreas del Holding Jes&Dor, incluyendo certificación, acreditación, evaluación y apoyo a procesos formativos.

*"Me ha tocado trabajar en ambos mundos, y para mí ha sido una experiencia muy grata. Nunca he tenido problemas mayores, más allá de los desafíos normales que tienen todos los procesos."*

Dentro de sus experiencias más memorables, Orlando destaca una en particular: su viaje a Puerto Williams, uno de los territorios más australes y extremos de Chile. Allí realizó evaluaciones en horarios nocturnos, adaptándose a la realidad laboral de las personas evaluadas, quienes trabajan durante el día.

*"Fue una experiencia entretenida, aunque agotadora. Muchas evaluaciones se hacían de noche, pero uno tiene que adaptarse a las circunstancias de los candidatos."*

A esta vivencia se suman múltiples evaluaciones en Punta Arenas y otras zonas del país, confirmando una constante en su labor; la disponibilidad, flexibilidad y respeto por los contextos humanos y laborales de cada proceso.

El trabajo de Orlando se desarrolla bajo un modelo híbrido, combinando viajes, evaluaciones en terreno y coordinación a distancia. Si bien reconoce que el último tiempo ha sido particularmente demandante en especial hacia fin de año, destaca que cuando se trabaja en lo que a uno le gusta, el esfuerzo cobra sentido.

Mirando hacia el futuro, su proyección es clara: continuar ligado al mundo de la certificación y acreditación de competencias, aunque ajustando paulatinamente el ritmo, sin abandonar una labor que considera significativa y valiosa.

Aunque los evaluadores mantienen un vínculo contractual externo, Orlando enfatiza que el trabajo va mucho más allá de lo formal. Para él, la generación de relaciones humanas sanas y colaborativas es clave para que los procesos funcionen.

*"Uno genera vínculos de amistad. Somos seres humanos, tenemos una condición social. Cuando hay colaboración y buen trato, el trabajo fluye."*

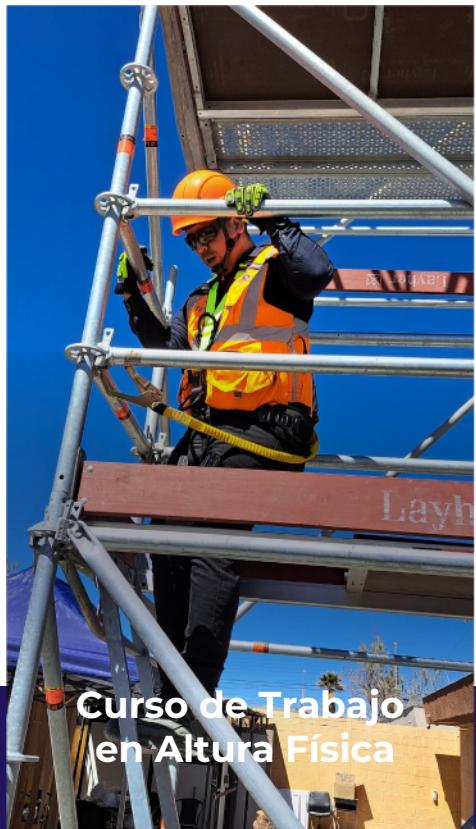
Sobre su experiencia con Jes&Dor, enfatizó en que siempre ha existido un ambiente de respeto, apoyo y colaboración, donde se valora la experiencia y se permite trabajar con autonomía y confianza.

La trayectoria de Orlando Jara refleja el valor de la experiencia, la adaptabilidad y la vocación por contribuir al desarrollo laboral de las personas. En Jes&Dor, su trabajo es parte fundamental del propósito que impulsa cada proceso de certificación: reconocer saberes, validar trayectorias y fortalecer oportunidades reales para trabajadores y trabajadoras de todo el país.

Para nuestra empresa es un gusto trabajar con personas que van dejando huellas en cada paso que dan, estamos agradecidos por su ardua labor y vocación de servicio.

# SOLICITA TUS CURSOS

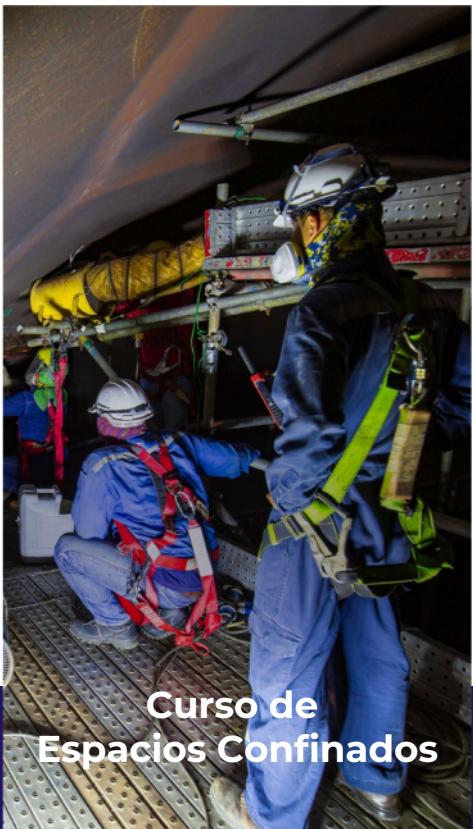
Contamos con facilitadores permanentes en terreno.



Curso de Trabajo  
en Altura Física



Curso 4x4



Curso de  
Espacios Confinados

## COBERTURA A NIVEL NACIONAL



Escanea para escribir  
al WhatsApp

De lunes a lunes

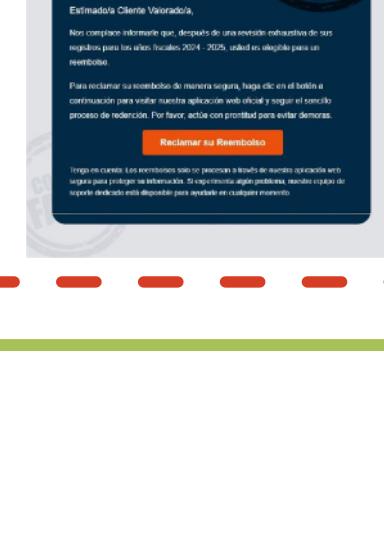
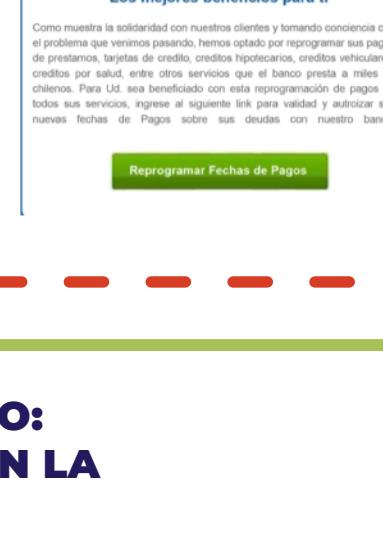
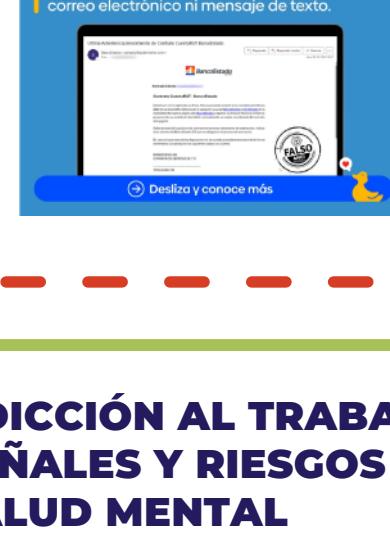
ELIZABETH CERDA HERMOSILLA

 [ejecutiva.comercial@otecjesydr.cl](mailto:ejecutiva.comercial@otecjesydr.cl)

 +56 9 4433 1484



¡Ten Cuidado con los SMS que recibes, podrían ser un Fraude!



## ADICCIÓN AL TRABAJO: SEÑALES Y RIESGOS EN LA SALUD MENTAL

Sigue los Consejos de Nuestro OAL\* de este mes

Si el trabajo ocupa todo el espacio de tu vida, no estás solo(a). Pon límites sanos y vuelve a conectar con tu vida.

Trabajar mucho no siempre es sinónimo de éxito. Cuando el trabajo se vuelve un refugio frente a la ansiedad o la tristeza, puede transformarse en una adicción que deteriora el descanso, las relaciones y la salud mental. La buena noticia: hay formas simples y concretas de recuperarte y prevenir recaídas.

### LO ESENCIAL: ¿POR QUÉ ENGANCHAS TANTO TRABAJAR?

Supone un alivio inmediato porque distrae de los problemas. Igual que otras adicciones, trabajar de más puede “anestesiar” emociones difíciles (ansiedad, depresión), pero termina agravándolas y empujando al agotamiento.

Genera reconocimiento social que refuerza el exceso. A diferencia del consumo de sustancias, el trabajo desmedido suele premiarse (ascensos, elogios), lo que dificulta ver el problema y pedir ayuda.

Círculo de auto-tratamiento. El exceso de trabajo puede abrir la puerta a otras conductas adictivas (alcohol, pantallas), intentando calmar el malestar que él mismo provoca.

### SEÑALES DE ALERTA (SI TE IDENTIFICAS CON VARIAS, DETENTE Y REVISA)

Piensas en trabajo incluso fuera de horario y te cuesta “desconectarte”.

Pospones momentos de ocio, estar con la familia y el autocuidado para “avanzar un poco más”.

Irritabilidad, sueño irregular, fatiga constante; te sube la ansiedad cuando no trabajas. Necesitas cada vez más horas para sentirte “tranquilo/a” o “productivo/a”.



### PLAN DE ACCIÓN EN 3 PASOS (AVALADO POR EVIDENCIA Y FÁCIL DE APLICAR)

#### 1 Auditoría de tu tiempo de trabajo.

Registra bloques de trabajo, descanso, ocio y cómo te sientes en cada uno. Te mostrará cuánto trabajas realmente y qué actividades elevan tu ánimo (te darán “anclas” para el cambio).

#### 2 Agenda tu inactividad como una reunión.

Bloquea diariamente tiempo no laboral (para familia, lectura, paseo). Si no lo agendas, el trabajo lo ocupará. Trátalo con la misma seriedad que una cita con tu jefatura.

#### 3 Estructura el ocio.

Evita los “ratos sueltos” que terminan en un scroll infinito. Define actividades concretas (caminar 30 minutos, llamar a un amigo, participar de un taller, hacer deporte) con hora y duración.

\*OAL Organismo Administrador de la Ley Conocida como Mutualidades

Visita nuestra página web

Clic aquí

contacto@lesydr.cl  
722342319 - 722321134  
Casa Matriz: Almarza 745, Rancagua

Felicidades a los cumpleañeros  
Mes de Octubre

24 Juanita Canales E

27 Daniela Fuentes

