

Centro De Evaluación Y Certificación



Más de 100 cuidadores y cuidadoras de la región fueron certificados en Antofagasta

En una emotiva ceremonia realizada en el Salón Auditorio del Diario El Mercurio de Antofagasta, más de 100 personas recibieron su certificación de competencias laborales en el perfil Cuidador(a) Primario(a), en el marco del sistema nacional de certificación impulsado por ChileValora.

La actividad marcó el cierre de un proceso de evaluación desarrollado entre los meses de junio y octubre de 2025, que permitió reconocer formalmente la experiencia y los conocimientos de trabajadores y trabajadoras del sector Servicios de Salud y Asistencia Social, quienes diariamente cumplen un rol fundamental en el cuidado de personas mayores y de quienes requieren apoyo especializado en su vida cotidiana.

En total, 100 personas fueron certificadas, de las cuales 96 corresponden a mujeres y 4 a hombres, reflejando el importante aporte que realizan las mujeres en el ámbito del cuidado. Asimismo, el proceso contó con la participación de personas provenientes de distintos países, entre ellos Bolivia, Paraguay y Colombia, lo que también evidencia el carácter inclusivo y diverso de este tipo de iniciativas.

Los participantes pertenecen a diversas organizaciones e instituciones de la región, entre ellas hogares de cuidado de adultos mayores, municipios y fundaciones vinculadas al área social, quienes valoraron la oportunidad de validar formalmente sus competencias laborales y fortalecer su desarrollo profesional.

Desde Jes&Dor destacamos el valor de estos procesos, que permiten reconocer la experiencia adquirida en el trabajo diario y avanzar en la dignificación de oficios esenciales para la sociedad. La certificación de competencias laborales no solo valida conocimientos, sino que también contribuye a mejorar la empleabilidad, fortalecer la calidad del servicio de cuidado y visibilizar el impacto social que tiene esta labor en las comunidades.

Este tipo de iniciativas forman parte del compromiso permanente por impulsar el desarrollo del capital humano y promover el reconocimiento de quienes, con vocación y dedicación, cumplen un rol clave en el bienestar de las personas.



Estudiantes del Curso de Operario/a de Bodega realizan jornada práctica en Punta Arenas

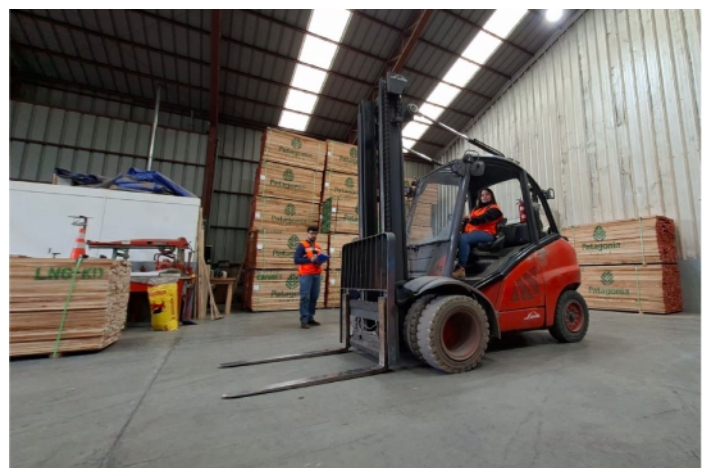
En el marco de la etapa final del Curso de Operario/a de Bodega impartido por el CFT de Magallanes, se llevó a cabo una jornada práctica en terreno en las dependencias de la empresa Patagonia Timber, en la ciudad de Punta Arenas.

La actividad permitió que los y las participantes reforzaran conocimientos vinculados a la gestión y operación de actividades propias de una bodega, abordando temáticas como medidas de seguridad, organización y almacenaje de insumos, control de operaciones de bodegaje y distribución, manejo de montacargas y procesos logísticos asociados a la recepción, almacenamiento y preparación de pedidos.

La jornada fue supervisada por Rodolfo Palomera, evaluador certificado asociado al Centro de Evaluación JES&DOR, quien acompañó el proceso de aprendizaje y evaluó los avances alcanzados por el grupo curso en el marco del sistema de certificación de competencias laborales impulsado por ChileValora.

Esta instancia formativa fue posible gracias a un convenio suscrito entre el CFT de Magallanes y SENCE, que permitió que trece personas participaran de manera gratuita en este programa de formación, completando un total de 195 horas de capacitación orientadas a fortalecer sus competencias para el sector logístico.

Desde Jes&Dor destacamos este tipo de iniciativas que articulan formación, evaluación de competencias y vinculación con el sector productivo, contribuyendo al desarrollo del capital humano y a la empleabilidad en las regiones del país.





Jes&Dor fortalece liderazgo preventivo en capacitación dirigida a personal de Zublin

Con foco en el desarrollo de competencias clave para la gestión segura de las operaciones, Jes&Dor realizó una jornada de capacitación dirigida a personal de la empresa Zublin, en el marco del Curso de Supervisores BEL (Baja Experiencia Laboral), programa formativo orientado a fortalecer el liderazgo preventivo en entornos laborales de alta exigencia.

Durante la actividad, los participantes abordaron contenidos vinculados a la gestión de conductas seguras, análisis de situaciones en terreno y el rol estratégico de los supervisores en la prevención de incidentes. A través de metodologías participativas y trabajo colaborativo, la capacitación permitió reflexionar sobre los desafíos que enfrentan diariamente los equipos operacionales y la importancia de promover una cultura de seguridad sólida en cada nivel de la organización.

Este tipo de instancias formativas buscan potenciar el rol de quienes lideran equipos de trabajo, entregando herramientas prácticas para fortalecer la toma de decisiones, la observación preventiva y la gestión efectiva de los riesgos en terreno.

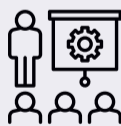
De esta manera, Jes&Dor continúa aportando al desarrollo de competencias laborales que contribuyen al fortalecimiento del capital humano y a la consolidación de entornos de trabajo más seguros y responsables.

DISPONIBILIDAD INMEDIATA EN TERRENO!

Contamos con facilitadores permanentes en terreno.



Cursos presencial teórico



Cursos prácticos en terreno



Cursos online a nivel nacional

Supervisores BEL para ZUBLIN y/o Almagro actividades como:

- Curso de inducción en seguridad
- Revisión y registro de ART
- Casos con riesgos de fatalidad reales
- Verificación del registro de liberación 360°

Sigue los Consejos de Nuestro OAL* de este mes

Comer bien cada día sin enredarte: guía práctica para planificar, cocinar y ahorrar

1) COMPRA INTELIGENTE: MENOS IMPROVISACIÓN, MÁS SOLUCIONES

• Haz una lista y calcula cantidades según cuántas personas comen en tu casa.

• Sé flexible con el producto: si no está el pescado "ideal", elige una alternativa similar mejor de precio.

• Diseña el menú desde lo disponible: mirar primero lo más fresco o económico puede ayudarte a armar comidas más eficientes.

• Prioriza "comodines": legumbres, verduras de temporada, huevos, arroz y/o pasta, congelados y conservas útiles para resolver almuerzos rápidos.

2) COCINA CON ESTRATEGIA: MENOS TIEMPO, MÁS COMIDA LISTA

• Organiza tareas en paralelo: mientras se hace un sofrito, corta verduras; mientras hierve algo, prepara el resto.

• Elige recetas de baja atención: guisos o comidas en el horno te permiten avanzar en otras cosas mientras se cocinan.

• Apóyate en utensilios que acortan tiempos: picadora, mandolina, microondas para cocer, olla a presión, freidora de aire, etc.

• Aprovecha algunas "sobras" con propósito: el arroz de ayer puede convertirse en un salteado con verduras y huevo.

• Ten "atajos" saludables a mano: legumbres en conserva, verduras congeladas o caldos listos pueden salvar la semana.

3) CONSERVACIÓN SEGURA: CUIDA TU SALUD Y EVITA DESPERDICIOS

• Refrigerera o congela lo antes posible cuando el recipiente ya no queme al tacto.

• Usa envases herméticos y, si puedes, etiqueta con fecha y contenido.

• Respeta tiempos de consumo: por ejemplo, preparaciones como arroz o pasta suelen requerir mayor cuidado; los guisos duran más si se refrigeran bien.

• Cuando dudes, simplemente congela: si no alcanzas a consumirlo, es mejor congelar a tiempo.

• Porciones listas: guardar por raciones facilita recalentar y evita abrir o cerrar envases grandes.

• Orden "primero entra, primero sale": rota lo que guardas para consumir lo más antiguo primero. Suena difícil, pero es una gran idea.

4) HACERLO MÁS FÁCIL: SOLUCIONES PARA LOS OBSTÁCULOS MÁS COMUNES

Si te falta tiempo, lo más útil es dejar "bases" listas que luego se combinan rápido:

• Dedica una tarde a preparar bases (verduras cocidas, arroz, legumbres, proteínas simples).

• Usa procesados útiles sin culpa: legumbres en conserva o verduras congeladas pueden ser grandes aliados.

Si tienes poco presupuesto, enfócate en alimentos rendidores y versátiles:

• Prioriza legumbres, arroz, pasta, papas y verduras de temporada.

• Para proteína, opta por alternativas más accesibles: huevos, pollo (mejor piezas enteras o cortes menos demandados) y pescados pequeños como sardinas.

• Considera congelados: suelen ser más baratos y prácticos para cocinar.

Si aparecen antojos, la clave es que el "picoteo" también tenga plan:

• Ten a mano opciones simples: fruta fresca, fruta deshidratada, frutos secos u otras alternativas que te gusten y te hagan bien.

Si te falta motivación, ayuda cambiar el enfoque: no buscas perfección, buscas continuidad.

• Apunta a lo posible, no a lo ideal.

• Revisa avances semanales: progreso pequeño, pero sostenido.

Si te aburres de comer siempre lo mismo, cambia sin complicarte:

• Varía acompañamientos, especias, salsas o métodos de cocción.

• Prueba una receta nueva por semana: suficiente para renovar sin agobiar.

Si sientes que "no sabes cocinar", empieza fácil y gana confianza:

• Recetas simples, pocos ingredientes y pasos claros.

• Apóyate en tutoriales y videos paso a paso, sin exigirte resultados perfectos.

Si cocinas solo(a), hazlo a tu favor:

• Cocina más cantidad y congela porciones: comes mejor sin repetir la cocina todos los días.

*OAL Organismo Administrador de la Ley Conocida como Mutualidades



Felicidades a los cumpleaños
Mes de Febrero

11 Benjamin Muñoz Caro

14 Jeremy Cid

Visita nuestra página web

Clic aquí

✉ contacto@jesydor.cl

☎ 722342319 - 722321134

📍 Casa Matriz: Almarza 745, Rancagua

Síguenos en nuestras redes sociales



Tip Del Mes

El buen ambiente laboral se construye entre todos.

Un saludo, una actitud respetuosa y la disposición para colaborar pueden marcar una gran diferencia en el día a día. Escuchar, valorar el trabajo de los demás y mantener una comunicación clara ayuda a fortalecer la confianza dentro de los equipos.

Recordemos que un buen ambiente laboral no solo mejora el trabajo, también hace más agradable cada jornada.



¡Alerta de Estafas!



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



Cuidado con las llamadas falsas

#SOSpecha

Están llamando a clientes haciéndose pasar por **ejecutivos del banco, funcionarios de la CMF, la Superintendencia o incluso policías.**



¿Qué dicen?

Te llaman para advertirte de un **supuesto fraude**, para decirte que **huboun abono por error en tu cuenta** o que **tienes un saldo de inversión pendiente de retiro.**

¿Cómo realizan el fraude?



Te piden tus claves para "validar" el abono.



Piden y depositan un **Super Avance** o un **Credito** en tu cuenta sin tu permiso.



Te indican ir a una sucursal o cajero para devolver el dinero.



Te piden girar y transferir el monto a otras cuentas.

¿Qué hacer si te llaman?

No entregues claves ni datos de tus tarjetas.

Corta la llamada y contáctanos directamente.

Revisa tu cuenta para confirmar si hay abonos que no solicitaste.

No devuelvas ningún fondo sin hablar antes con Banco Falabella.

Recuerda: Banco Falabella **nunca** te pedirá la devolución de fondos ni claves por teléfono.

¡Córtale a las estafas!

Sigue estos consejos de seguridad para evitar fraudes y estafas:

- ✓ Siempre escribe la dirección del sitio web directamente en el navegador.
- ✓ Recuerda que nunca solicitaremos tus claves o números de tarjeta por teléfono, correo electrónico o mensaje de texto.
- ✓ Verifica el remitente de los correos que recibes antes de hacer click o descargar archivos adjuntos.



+56 44 264 1048

Mensaje de texto · SMS
mar, 3 mar., 2:44 p.m.

Fuiste seleccionado.
Day Pass GeForce NOW gratis, codigo exclusivo DAYPASS-YEHO2D.
Activa el vicio:
geforcenow.digevo.com