Colarquim

CONSTRUYENDO EQUIPOS DE TRABAJO SANOS

2024

Colarquim

ÍNDICE

Enero | Valora el talento humano.

Febrero | Comunicación asertiva.

Marzo | Practica la gratitud.

Abril | Cómo pasar de ser JEFE a ser LÍDER.

Mayo | "Lo que Juan dice de Pedro, dice más de Juan que de Pedro".

Junio | Construye un buen ambiente laboral.

Julio | La cultura organizacional.

Agosto | Recetario para preparar equipos de trabajo sanos.

Septiembre | Identifica errores comunes y corrígelos a tiempo.

Octubre | Gestiona tus emociones.

Noviembre | 4 tips para tomar mejores decisiones.

Diciembre | Solidaridad corporativa.

Los cambios permanentes del mercado nos exigen nuevas y mejores habilidades. De hecho, mantenernos al margen de lo que hacemos, ya no es suficiente. Por ende, resulta necesario pensar por fuera de nuestras limitaciones y adentrarnos en un universo corporativo mucho más amigable, empático, solidario, constructivo y coherente. Un universo que no tiene otra manera de hacerse posible y dar buenos resultados si no empezamos por nosotros.

A razón de lo anterior, hemos pensado cuidadosamente en la creación de este calendario para que en él puedas encontrar herramientas valiosas con el potencial de ayudarte a transformar equipos y atmósferas extraordinariamente sanas que, por supuesto, estén a la altura de lo que demanda una sociedad a la que indudablemente le interesa mucho más en qué clase de persona te estás convirtiendo y cómo está siendo tu aporte, que en lo que estás haciendo.

Nuestros objetivos

Es así como este reto que te extendemos nace desde un ejercicio individual que, de forma simultánea, también es altamente colectivo en el cual la asertividad, coequipería, colegaje y un buen liderazgo dotan de sentido la búsqueda de la plenitud en el lugar donde se habita la mayor parte de la vida: el trabajo. Ese espacio que, sin saberlo, podemos resignificar para que contrario a que coexista en los problemas, busque su razón de ser en el mar infinito de las soluciones.

Esto último, convirtiendo la gratitud en un puente inquebrantable donde florecer sea irremediablemente el único resultado, porque el crecimiento diario como ser humano, lejos de ser una utopía, se convierte en la columna vertebral de una cultura que abraza, protege, entiende e impulsa.

Con amor,

EQUIPO COLARQUIM.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ENERO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Textil

Valorar a tu talento humano y hacerles saber lo importantes que son, hará que puedan conectar con tu visión.

Valora el talento humano

Top 3 de las cosas por las que estoy agradecido (a) hoy:

Personas por las que estoy agradecido (a) en mi equipo de trabajo:

¿Qué aprendí hoy?

¿Qué puedo hacer mejor mañana?

Reflexiones de mi día.

Hoy me sentí...

- Tranquilo (a)
- Feliz
- Creativo (a)
- Confiado (a)
- Energético (a)
- Entusiasmado (a)
- Ansioso (a)
- Triste
- Confundido (a)
- Rabioso (a)
- Inseguro (a)

*¿Sabías que en Colarquim proveemos soluciones tailor-made para el acabado de tus prendas?

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

FEBRERO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Comunicación asertiva

La comunicación es más compleja de lo que parece, por eso, no en vano muchas personas se han dedicado por años a estudiarla en la academia.

Indiscutiblemente lo que hablas pero, sobre todo cómo lo hablas, puede apaciguar la más grande de las tormentas o crear los peores estragos. No obstante, la realidad es que aun cuando hemos sido testigo de esa dualidad, se sigue siendo poco consciente del enorme poder que habita en nuestra lengua.

A razón de lo anterior, el filósofo francés Michel Lacroix condensó en 8 reglas la ética del lenguaje que podrás poner en práctica, en aras de construir excelentes y duraderas relaciones interpersonales.

Construcción

Regla #1

Mi palabra debe ser cordial: debo saludar, despedirme y dar las gracias.

Regla #2

Mi palabra debe ser amable: debo dejar en el aire una suerte de puntos suspensivos para que el otro se exprese. No debo ridiculizar a nadie en público.

Regla #3

Mi palabra debe ser positiva: debo ser una fuente de inspiración para los demás.

Regla #4

Mi palabra debe ser respetuosa de los ausentes: debo evitar el encadenamiento incesante de juicios sobre los demás, como si la conversación fuera un tribunal virtual.

Regla #5

Mi palabra debe ser tolerante: debo exponer mi punto de vista de manera no violenta, escuchando las opiniones distintas a la mía. La buena voluntad de discutir y escuchar es el fundamento de la democracia.

Regla #6

Mi palabra debe ser la guardiana del mundo: debo mostrar admiración por lo que me rodea, el mundo natural y el social. Es mejor el exceso de admiración que el exceso de desprecio.

Regla #7

Mi palabra debe ser responsable del lenguaje: debo hablar bien mi lengua materna, emplear la palabra exacta, respetar la gramática y la pronunciación, tratar de expresarme con elegancia y refinamiento.

Regla #8

Mi palabra debe ser verdadera: debo evitar la mentira, los eufemismos hipócritas y las exageraciones injustas.

CARGAS, RESINAS Y ADITIVOS.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

MARZO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Practica la gratitud

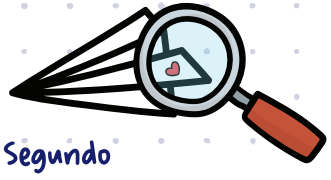
Es fácil caer en un entorno pesimista y ausente de gratitud. Los retos y afanes diarios pueden hacerte perder de vista que lo que tienes y has logrado se debe, en parte, a la bendición que suscita tu trabajo. Practicar la gratitud a diario, dicho por muchos expertos, es un aspecto más de la fórmula de la felicidad: te permite valorar lo conseguido y te motiva a seguir en la búsqueda de un mayor bienestar.

Por eso, te invitamos a combatir la sensación de carencia que evidentemente bloquea la grandiosa vida a la que has sido llamado (a), haciendo una pausa inteligente. Detente y evalúa cómo te estás hablando. Lo que te repites diariamente es el reflejo de lo que terminas siendo. ¿Cuál es tu discurso interno? ¿Es uno con voz de queja y crítica o, por el contrario, es una voz apacible que edifica y te inyecta positivismo?

9 hábitos que te ayudarán a vivir desde la gratitud

Primero

Escribe un diario. Podrás volver a él cuando estés angustiado (a) o triste, para recordar que tienes muchas más razones por las cuales alegrarte.

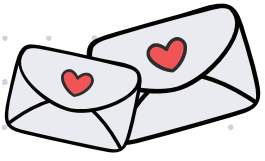


Segundo

Hay cosas que das por sentado. ¡Detéctalas!

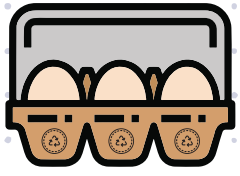
Tercero

Pasa tiempo con las personas que amas.



Cuarto

Expresa tu agradecimiento.

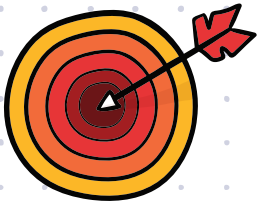


Quinto

Reconoce el valor de las pequeñas cosas.

Sexto

Realiza gestos de amabilidad.



Séptimo

Sé voluntario (a): ayudar significa pasar a la acción.

Octavo

Muévete: el ejercicio despeja la mente y reduce el estrés.

Noveno

Quiérete: cuanta más gratitud, más autoestima.

BONUS TRACK >> En la película El Secreto, Lee Brower cuenta una anécdota sobre la piedra de la gratitud. Dice que él siempre lleva consigo una piedra en el bolsillo y cada vez que la toca, esta le sirve para recordar la importancia de agradecer. ¡Consigue tu propia piedra para hacer de este ejercicio un hábito diario!

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ABRIL

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Masterbatch

SER JEFE vs SER LÍDER

Así lo vemos nosotros.

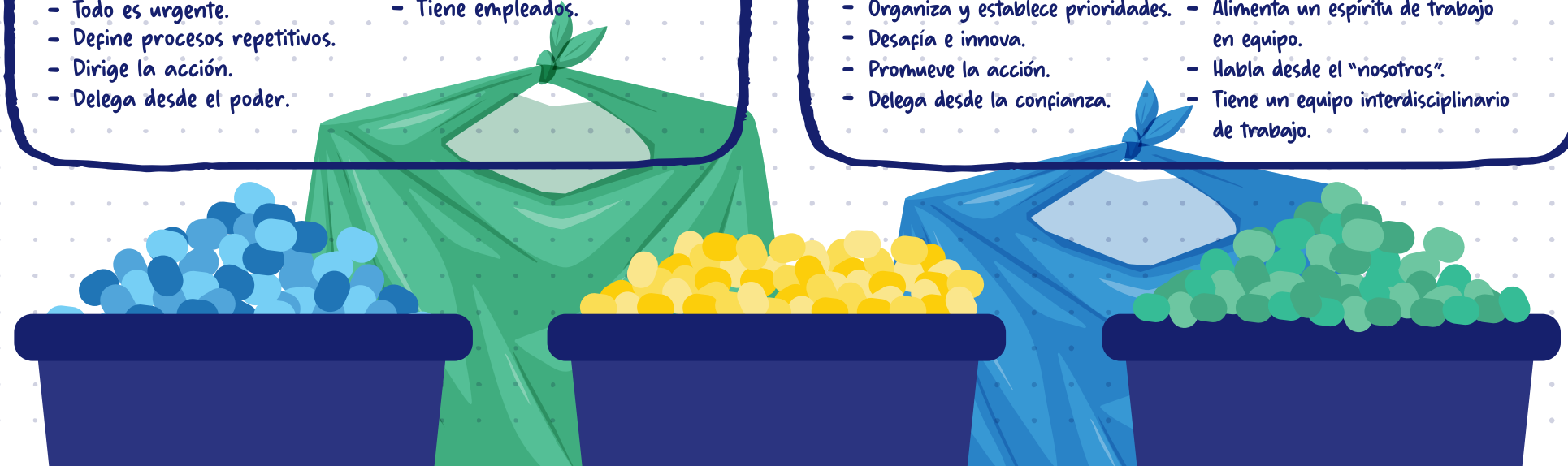
JEFE

- Manda o da órdenes.
- Tiene objetivos.
- Depende de la autoridad.
- Inspira miedo.
- Se preocupa por las cosas.
- Todo es urgente.
- Define procesos repetitivos.
- Dirige la acción.
- Delega desde el poder.
- Utiliza a las personas.
- En las crisis busca culpables.
- Presume éxitos.
- Aumenta su propio ego.
- Habla desde el "yo".
- Tiene empleados.

VS

LÍDER

- Guía, colabora e inspira.
- Tiene propósitos.
- Depende de la buena voluntad.
- Inspira confianza y entusiasmo.
- Se preocupa por las personas.
- Organiza y establece prioridades.
- Desafía e innova.
- Promueve la acción.
- Delega desde la confianza.
- Desarrolla el máximo potencial de las personas.
- En las crisis promueve un ambiente de soluciones y acciones correctivas.
- Comparte éxitos.
- Alimenta un espíritu de trabajo en equipo.
- Habla desde el "nosotros".
- Tiene un equipo interdisciplinario de trabajo.



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

MAYO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Limpieza

"Lo que Juan dice de Pedro, dice más de Juan que de Pedro".

- Anónimo -

Al igual que las personas positivas y alegres tienen el potencial de contagiarte y hacerte sentir bien, una persona tóxica y negativa puede ocasionar efectos colaterales en tu salud mental y física. Evitar la creación de ambientes hostiles de trabajo, empañado por la crítica y descalificación de cualquier actuación, provocando sentimientos de inutilidad y debilitando autoestimas, se hace necesario en este siglo.

En ese orden de ideas, te invitamos a que cuides y protejas tu equipo, pues cuando tienes este tipo de personalidades la productividad baja, los ánimos decaen, las personas se sienten cuestionadas, empiezan a sufrir de ansiedad y, en muchos casos, el trato se vuelve inapropiado.

Así luce una persona negativa. ¡Aprende a detectarla!:

- Duda de la capacidad de sus compañeros.
- Habla siempre desde la negatividad.
- No asume sus errores.
- Cambia de humor constantemente.
- No se alegra por los demás.
- Genera conflictos.
- No colabora, sino que tiende a quejarse.
- No habla sobre su intimidad, pero lo sabe todo sobre los demás.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

JUNIO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Construye un buen ambiente laboral

Es posible que tengas compañeros que a pesar de que son buenos en lo que hacen, entorpecen el buen ambiente laboral. A razón de lo anterior, resulta fundamental no solo identificarlos, sino aprender a gestionarlos de una forma respetuosa y profesional.

1. **No ignores el problema.** Combatir el problema desde la raíz es el primer paso. Alza la mano con tu Jefe Inmediato para que se pueda revisar la situación. Establece límites, comunicando tus valores y prioridades.

2. **Comunica asertivamente.** Es importante que el otro sepa de primera mano cómo te sientes con lo que hace, pues solo al ver el daño que causa o cómo dificulta el trabajo de los demás, podrá tomar otra postura.

3. **Trabaja en que no te afecte.** Recuerda que las personas no te hacen cosas, solo hacen cosas y tú tienes el poder de decidir si te afectan o no. Cree en ti, mantén el control de tus emociones, fortalece tu autoestima y no asumas nada de forma personal.

4. **Ten claridad en tus objetivos.** El bien colectivo y tus responsabilidades laborales son lo más esencial. Hacer bien tu trabajo y contagiar a que otros hagan lo mismo, te permitirá estar enfocado en lo verdaderamente importante.

5. **Descansa.** Cuando salgas de tu jornada laboral, procura tener hobbies en los cuales puedas relajarte y olvidarte de los problemas que te agobian. Relaciónate con otras personas, recordando que tus principios, valores y virtudes no son negociables.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JULIO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

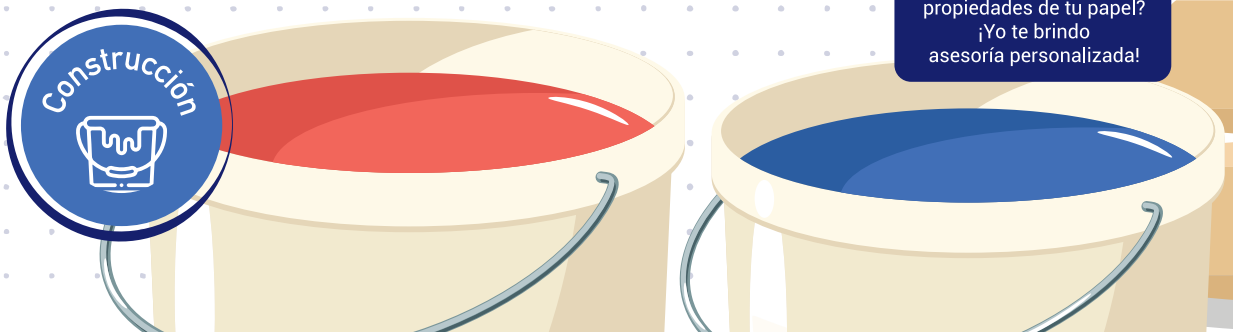
Colarquim

Colarquim

La cultura organizacional

Reforzar la cultura de tu organización le abrirá las puertas a la empatía. Además, saber que cuentas con personas que están convencidas de que todo lugar es mejor cuando ellos llegan, tiene la facultad de crear escenarios de crecimiento sanos. Reconocer al otro y humanizarlo, hará que nada te predisponga y asumas cosas de forma personal.

Adicionalmente, cargar esta esencia provoca una transformación innata, incluso hasta en el lenguaje. Cuando esta habilidad corre por tu ADN, fácilmente dejas de hablar desde el soy, hago y sueño, para empezar a hacerlo desde el somos, hacemos y soñamos. Es como si por ósmosis comprendieras que hace mucho dejaste de ser solo tú y tus proyectos pasaron a ser uno solo con los de una organización que, desde el día uno que empezaste a formar parte de ella, vio capacidades, potencial y destrezas en ti que ni tú mismo habías notado. De hecho, no solo las vio, ¡sino que apostó por ellas!



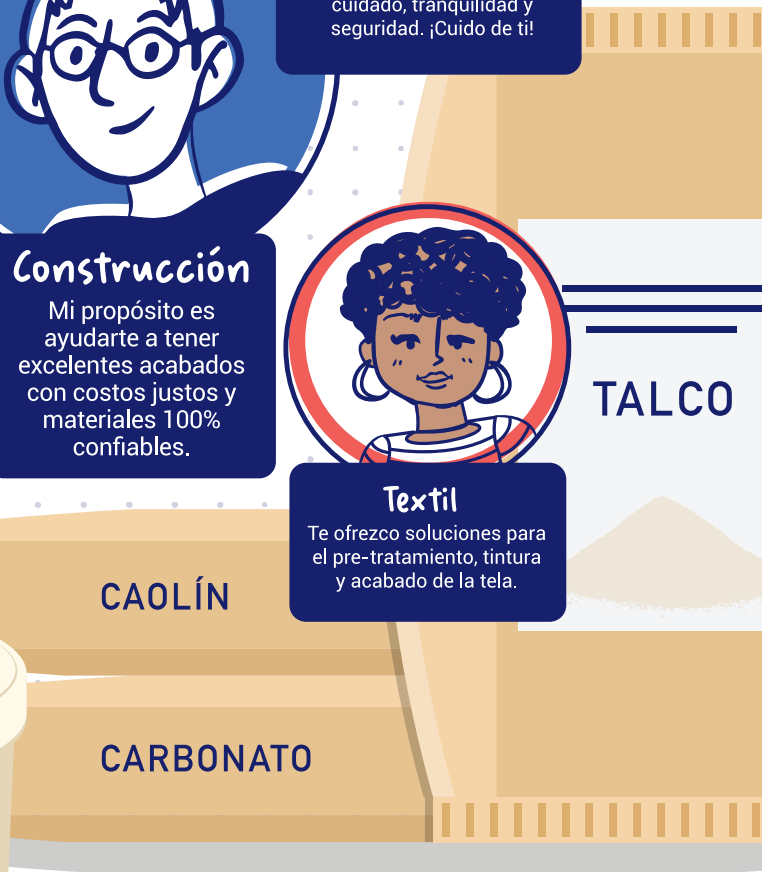
Masterbatch
Tengo múltiples soluciones para la pigmentación del plástico en diferentes procesos de transformación.

Limpieza
Quiero ser tu aliada para tu cuidado, tranquilidad y seguridad. ¡Cuido de ti!

Construcción
Mi propósito es ayudarte a tener excelentes acabados con costos justos y materiales 100% confiables.

Papel
¿Necesitas mejorar las propiedades de tu papel? ¡Yo te brindo asesoría personalizada!

Textil
Te ofrezco soluciones para el pre-tratamiento, tintura y acabado de la tela.



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGOSTO

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Recetario para preparar equipos de trabajo sanos

Papel

10 tazas de respeto.

1/2 de organización y planeación.

1 pizca de objetivos comunes. ⊕ 1 pizca de reconocimiento mutuo.

1 de resolución de conflictos.

2 cucharadas de actitud positiva.

1 cucharadita de participación proactiva.

Sé constante hasta conseguir el objetivo.

+ 3 ml de creatividad.

Agregar:

- 3/4 de comunicación asertiva.
- 3 cucharadas de confianza en el equipo.
- 1 cucharada de liderazgo sano y estimulante.

70 gr de seguridad psicológica.

250 gr de compromiso. ⊕ 100 gr de coequipería.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

SEPTIEMBRE 2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Identifica errores comunes y corrígelos a tiempo

Hay errores comunes en un equipo interdisciplinario de trabajo que tergiversa el propósito de tu organización. Aunque inicialmente puede verse como posturas o actitudes poco nocivas, con el paso del tiempo van empañando tu gestión.

Hoy es un buen día para que identifiques cuáles son, en aras de levantar estrategias y tácticas que te permitan corregirlas a tiempo. De hecho, establecer políticas que reflejen las nuevas expectativas, hará que tu equipo pueda conocer y entender genuinamente la identidad de tu organización, llevándolos a tejer lazos leales de forma orgánica.

Masterbatch

Así se ve la falta de colegaje:

- Mala gestión de la información.
- Liderazgo autoritario.
- Falta de respeto ante las jerarquías organizacionales.
- Falta de integración.
- Falta de seguimiento.
- Poca mejora continua.
- Se promueve una cultura que siempre busca culpables.
- Dificultad para adaptarse a los cambios.

EXPECTATIVAS + ESTRATEGIAS = LEALTAD DEL EQUIPO

BONUS TRACK

Hazte un verdadero regalo y léete este libro ¡Después nos lo agradecerás!

¿Quién se ha llevado mi queso?

-Spencer Johnson.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

OCTUBRE

2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

Gestiona tus emociones

La Asociación Americana de Psicología describe la rabia como una emoción normal, advirtiendo que si se llegase a perder el control, puede ser destructiva. No es secreto para nadie que lidiar con esta emoción no es nada fácil y menos en un ambiente laboral donde constantemente estamos expuestos a la fricción que generan los diversos puntos de vista.

Por eso, queremos ayudarte a que priorices tus emociones, aprendiendo a gestionarlas de forma asertiva. Si sientes que no ha sido un buen día, estás estresado (a) y te has visto en más de una vez a punto de estallar, ¡es momento de hacer esta pausa activa!

Libros recomendados:

- Inteligencia emocional.
  - Daniel Goleman.
- El método Silva de control mental.
  - José Silva y Philip Miele.
- El poder de la ira de Dalai Lama.
  - Noriyuki Ueda.
- Cómo ganar amigos e influir sobre las personas.
  - Dale Carnegie.

Limpieza

Haz un stop de cinco (5) minutos. El silencio y la reflexión son un antídoto extraordinario para calmar la mente y reducir el impacto que las emociones tienen en tu salud.

Cuestiona tu enojo. Al hacerlo racionalmente te darás cuenta de que la razón probablemente es trivial y tiene una solución. Valdría la pena hacerte estas preguntas: ¿de qué sirve enojarme?, ¿qué dice de mí esta reacción? y/o ¿es bueno para mí y mi entorno?

Mira las cosas en perspectiva. Enfocar desde diferentes aspectos la situación, ayuda a aliviar la ira. Si se te negó alguna solicitud, te rechazaron una propuesta u otras razones de peso, analizar el problema detrás del problema te ayudará a identificar la raíz de tu sentimiento. Esto no solo te permitirá conocerte más, sino que también te servirá para entender mejor lo que está sucediendo.

Controla tus movimientos y posturas. Expresar tranquilidad a través de tus gestos faciales y tu postura es fundamental para que tu mente interprete que estás en paz. Habla en un tono suave y moderado para calmar tu enojo y disipar todo aquello que te esté nublando.

Desarrolla la paciencia. Aunque es difícil de lograr, no es imposible. Una actitud paciente hace de ti una persona firme y fuerte, quien difícilmente experimentará la ira.

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

NOVIEMBRE 2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

La toma de decisiones en los procesos debe ser lo más rápida y precisa posible para maximizar la productividad. En este sentido, todo lo que decidas debería apuntar a la realización de las cosas de forma expedita, optimizando procesos y reduciendo tanto la incertidumbre, como los márgenes de error.

Incluso, aunque a veces puede aparecer el temor haciéndote creer que no tienes la suficiente autonomía y/o criterio para decidir, es crucial que recuerdes que nunca estarás listo. La preparación es algo que provocamos intencionalmente. De hecho, como bien lo expresa el orador Yokoi Kenji en sus innumerables discursos, el conocimiento no es suficiente y por eso la disciplina, tarde que temprano, la vence.

4 tips para tomar mejores decisiones

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

DICIEMBRE 2024

SEDE PRINCIPAL

Barranquilla, Atlántico
Calle 110 #53-1670 | Bodega 14
+57 (605) 377 3010
servicioalclientebq@colarquim.com

PLANTA MASTERBATCH

Sabaneta, Antioquia
Calle 60 Sur #43A-38
+57 (604) 444 8097
servicliente@colarquim.com

Colarquim

Colarquim

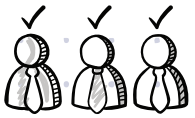
Solidaridad corporativa

La solidaridad corporativa es un componente esencial para fortalecer los equipos de trabajo. No hay una manera distinta de construir atmósferas sanas que ser empáticos con los compañeros que tenemos al lado. Tanto así, que el Día Internacional de la Solidaridad fue proclamado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en el año 2005. El objetivo de este día, que se celebra cada 20 de diciembre, es el de resaltar la importancia de reconocer que vivimos en una sociedad diversa que nos invita a siempre calzar los zapatos del otro.

8 acciones para promover la solidaridad en tu trabajo

Practica una comunicación asertiva con tus compañeros.

Respeta los puntos de vista de los demás.



Trabaja en equipo.

Saber que el otro tiene las fortalezas que son tus debilidades, te permitirá adentrarte con confianza en ambientes que te reten profesionalmente.

Construye un sentimiento de pertenencia.

Asume tus errores teniendo en consideración que posiblemente puede afectar el trabajo de otros.

Estimula tu creatividad en la formulación de nuevas y mejores soluciones.

Evita la queja, el chisme y la crítica.

No crees limitaciones a través de tus funciones y colabórale a tus compañeros cada vez que tengas la oportunidad de hacerlo. Estamos llamados a hacer mucho más de lo que nos piden.

Colarquim

ENERO

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2025

Colarquim

¡Cuidar del planeta que habitamos depende de todos!

Ayúdanos a darle un buen uso a todo lo que producimos a través del reciclaje consciente y a tiempo.

@colarquim

Colarquim

Descarga el calendario digital
y conoce nuestra página web.