



# EL AMANECEER *Del Senado*



## BOLETÍN INFORMATIVO

02 DE AGOSTO DEL 2024

---

COMUNICACIÓN INTERNA RRHH



SENADO  
REPÚBLICA DOMINICANA



**BUENOS DÍAS**

**TODA CRISIS TIENE 3 COSAS:**

**UNA SOLUCIÓN.**

**UNA FECHA DE CADUCIDAD.  
Y UNA ENSEÑANZA PARA LA VIDA.**

**¡FELIZ VIERNES!**





CUMPLEAÑOS DEL DÍA  
**02 DE AGOSTO**

**DIONIS ALFONSO  
SÁNCHEZ**

SENADOR PROVINCIA  
PEDERNALES



# CUMPLEAÑOS

DEL DÍA 02 DE AGOSTO



**Lidia Rodríguez Báez**

---

BLOQUE PRM



## ¡UN APLAUSO A NUESTROS COLABORADORES EN SU ANIVERSARIO!

Hoy 2 de agosto celebramos con ustedes sus años de servicio en nuestra institución.

### ¡GRACIAS POR FORMAR PARTE DE ESTA GRAN FAMILIA!

COLABORADORES	AÑOS EN LA INSTITUCIÓN	DEPARTAMENTO
SCARLET MARIE TERRERO FELIZ	3	BLOQUE PRM
MERCEDES ERNESTINA PÉREZ	3	BLOQUE PRM
JUANA JOSEFINA ANTONIA CESPEDES	3	BLOQUE PRM
MERCEDES DILANIA S. DE LEÓN DE PÉREZ	3	BLOQUE PRM
KETTY ZENEIDA RAMÍREZ ORTEGA	3	KETTY ZENEIDA R. ORTEGA
JOSÉ ALTAGRACIA CANELA CASTILLO	3	LA VEGA SENATORIAL
DAMARQUI ANTONIA TORRES DIAZ	1	PEDERNALES PROVINCIAL
SMILL DANESSA MERCEDES NÚÑEZ	1	SAN PEDRO PROVINCIAL



# TRIVIA DE LA SEMANA

¡Vamos a divertirnos un poco! La primera persona en responder esta trivía correctamente, enviándola al correo [rrhcomunicacioninterna@senado.gob.do](mailto:rrhcomunicacioninterna@senado.gob.do) se gana un premio sorpresa.  
**¡Anímate esperamos tu respuesta!**

Pregunta:

**Responde correctamente ¿En que año nace el Senado y que nombre tenía para ese momento?**



¡Esperamos que disfruten de esta trivía!



**Juana María Torres**  
(Oficina de Libre Acceso)

## TRATAR CON AMOR A NUESTROS ADULTOS MAYORES



Hoy quiero compartir con ustedes algo que en los últimos meses me ha estado preocupando, se trata de la forma en que tratamos a nuestros padres, tíos, vecinos, amigos en fin a los adultos mayores, yo que he tenido la oportunidad de vivir la experiencia muy de cerca con mi adorada madre. Es que sus hábitos y su día a día cambiaron totalmente en todo el sentido de la palabra y por eso he llegado a la conclusión que, lo que se debe hacer como familia es tratarlos con mucho amor, sé que es difícil para algunos pero debemos llenarnos de mucha paciencia y sabiduría, sobre todo y lo más importante es todo el amor que le podemos dar a nuestros adultos mayores, debemos entender que son como niños pequeños de los cuales debemos estar pendientes, cuidar los detalles saber si le duele algo, si están durmiendo lo suficiente, tener en cuenta que se irritan con suma facilidad, entrando en estado de ansiedad y que también se deprimen entre otras cosas.

Dichoso y aventurado el ser humano que pueda llegar a una edad avanzada con el amor de sus hijos, bienaventurados los que tenemos la suerte de que nuestros seres queridos aún estén con nosotros. La prudencia nos obliga a ser empáticos con nuestros adultos mayores, ponernos en su lugar y pensar que hoy son ellos y mañana podemos ser nosotros y nuestros hijos serán los que estén en esta disyuntiva, por eso debemos tratar a nuestros padres y adultos mayores como nos gustaría ser tratados en el mañana, debemos actuar de manera tal que podamos ser ejemplo y enseñarle a nuestro hijo con acciones, como debe tratarse a los padres.

Lo mismo si son envejecientes que encontramos deambulando por las calles de nuestro país es momento de ser amorosos y amables con esos viejitos olvidados por sus familias. Que mejor que ofrecerle una sonrisa llena de amor y ternura y ver en cada uno de sus rostros el rostro de nuestros padres.



# RAZONES PARA VIVIR EN RD



## ***Escápate a playas paradisíacas***

***Con más de 1.600 km de costa de arena blanca y aguas turquesas, este país es un auténtico paraíso para los amantes de la playa. Nadar, tomar el sol, hacer surf o simplemente relajarse, las posibilidades son infinitas. Vivir en la República Dominicana significa tener fácil acceso a estas playas paradisíacas, donde cada día ofrece una nueva oportunidad para conectar con la naturaleza y recargar las pilas al son de las olas.***

## ***Oportunidades de negocio e inversión***

***Con una economía en constante crecimiento, la República Dominicana ofrece numerosas oportunidades de negocio e inversión. Tanto si piensa vivir en la República Dominicana como empresario, inversor o para disfrutar plenamente de los placeres de la vida, este dinámico país ofrece un terreno fértil para llevar a buen puerto sus proyectos más ambiciosos y prosperar en un entorno económico en auge.***

***Además, las políticas gubernamentales favorables a los negocios y los atractivos incentivos fiscales de la República Dominicana la convierten en un destino de elección para empresarios e inversores en busca de nuevos horizontes. La isla ofrece un entorno en el que podrá triunfar en sus proyectos y hacer realidad sus ambiciones profesionales.***



# HOY ES DÍA DE *Chicos*

Y traemos unos super tips al momento de vestir si tienes los hombros anchos.

## TIPS PARA HOMBRES CON HOMBROS ANCHOS

- ELIGE COLORES COMO NEGRO, GRIS MARENGO, AZUL MARINO Y MARRÓN CAFÉ.
- PANTALONES DE TRAJE DE TIRO ALTO.
- TEJIDO FINO.
- CAMISA OSCURA O DE RAYAS FINAS VERTICALES.
- CHAQUETAS CON:
  - CORTE DE V
  - POCOS BOTONES
  - SOLAPAS EN PUNTA



## **Desde la dirección Celebramos la Semana de la *Lactancia Materna***

El Senado de la República reconoce la importancia de la lactancia materna, la cual juega un papel vital en la salud y el bienestar de la madre y fundamentalmente de su bebé, por lo cual la institución cuenta con un espacio para Sala Amiga de la Familia Lactante para que nuestras colaboradoras al regreso de la licencia posnatal puedan extraer su propia leche. La institución brinda a las familias el apoyo para mantener la lactancia exclusiva hasta los seis meses y continuada con alimentos complementarios adecuados hasta los dos años o más.

Una sala de lactancia es una área asignada, digna, privada, higiénica y accesible para que las colaboradoras en periodo de la lactancia extraigan y conserven adecuadamente su leche durante su jornada laboral. Todo ello con el objetivo de dar continuidad a la lactancia materna. La leche materna, es lo mejor que una madre puede ofrecer a su hijo o hija tan pronto nace, porque proporciona los nutrientes necesarios para lograr un crecimiento y desarrollo adecuado, es decir contiene todos de manera natural y perfectos en calidad y cantidad, que son de fácil digestión y absorción.

Es de vital importancia crear estas áreas en el lugar de trabajo como forma de protección de la salud de las colaboradoras y sus hijos, ya que provee a las colaboradoras en su periodo de lactancia, un espacio adecuado que les permita continuar con la lactancia materna y conciliar con sus actividades productivas. Considerando que la leche materna es el mejor regalo para comenzar la vida con efectos trascendentales sobre el recién nacido, En el Senado se formaron 20 colaboradoras como consejeras en los Fundamentos de Lactancia Materna para el Apoyo en el Entorno Laboral de diferentes departamentos, las cuales dan soporte a la unidad médica y así abordar de manera oportuna a las colaboradoras embarazadas para darle seguimiento y acompañamiento en esta etapa de su vida.

**"La leche materna es el mejor alimento durante los primeros seis meses de vida del bebé, y no requiere ningún otro alimento ni bebida, solamente el seno"**



## **Senado y SENASA realizan la Charla Yo soy Prevención**



La charla Yo Soy Prevención, impartida por la Dra. Dianka Melo, la cual orientó a los participantes a cuidar su alimentación, controlando la cantidad de comidas, nutrientes y calorías. También comentó la importancia de la prevención y el control de enfermedades cardiovasculares y de diabetes a tiempo, ya que estas enfermedades son la principal causa de muerte, en personas menores de 70 años.

Las palabras de bienvenida estuvieron a cargo de Anell Fernández, encargada del departamento de Reclutamiento, Selección, Capacitación y Comunicación Interna, quien en nombre del presidente del Senado, Ricardo De Los Santos, y la directora de Recursos Humanos, Sonya Uribe, agradeció a SeNaSa por el apoyo brindado, así como los colaboradores por el entusiasmo y activa participación en esta charla y programas que la Cámara Alta ha desarrollado durante el primer año de De Los Santos al frente de este órgano legislativo.





# PRÓXIMAS ACTIVIDADES

## Taller de Excel Básico (Cerrado)

Impartido por el Licenciado Fredy Heredia con una duración de 2 semanas, los días martes 3 y jueves 5 y martes 10 y jueves 12 de septiembre de 9:00 am a 1:00 pm. Salón de Charles Summer, 6to piso Senado de la Republica Dominicana.

## Taller de Taquigrafía

Impartido por la Licenciada María Collado, con una duración de 4 meses, los días lunes y miércoles de 9:00 am a 12:00 pm. Salón de Capacitaciones RRHH, 5to piso Senado de la Republica Dominicana.





Jornada de Salud  
**Cardiovascular**  
**ULTIMO DÍA**

- Toma de presión
- Toma de peso corporal
- Toma de glicemia, **se está realizando en horario desde 8:00 a.m. hasta las 10:00 a.m.** (esta muestra se toma con mínimo de 8 hora en ayuna)



**Fecha:** 2 de agosto



**Hora:** De 8:00 a.m. a 3:00 p.m.



**Lugar de encuentro:** Salón Polivalente 4.<sup>to</sup> piso, Senado de la Republica



## CONOCE A TU COLABORADOR

**Yadira Carvajal Oviedo**  
Asistente de Caja, Unidad de Caja



**Efemérides**

02 DE AGOSTO

# DÍA DEL TRABAJO

# *Astronómico*





# DATO HISTORICO

El 2 de agosto de 1843, Juan Pablo Duarte partió desde el río Ozama en un bote rumbo a Saint Thomas, a donde viajó junto a Juan Isidro Pérez y Pedro Alejandrino Pina, compañeros trinitarios y amigos.

Su salida se debió a la tenaz persecución a la que fue sometido por el gobierno haitiano; sin embargo, esto no debilitó el ideal independentista y desde el extranjero el líder siguió trabajando para sumar fuerzas al proyecto.

2 DE AGOSTO DE 1843

**DUARTE PARTE DESDE EL RÍO OZAMA  
HACIA SAINT THOMAS.**



## CONSEJO DE VIDA

**El señor dice: yo te instruiré, yo te mostraré el camino que debes seguir.**

**SALMOS 32:8**



# EL AMANECER *Del Senado*

COMUNICACIÓN INTERNA RRHH

[rrhhcomunicacioninterna@senado.gob.do](mailto:rrhhcomunicacioninterna@senado.gob.do)  
correo para participar en el Boletín