



La C.H. Poechos 1 cumplió 20 años de puesta en operación

# ¡SINERSA, en mejora continua!

Abril de 2024

## MENSAJE DE NUESTRO GERENTE GENERAL



### Familia Sinersa:

Es grato darles la bienvenida al primer boletín del año 2024, un año que es muy significativo para SINERSA, pues es el año del aniversario 30, y esperamos que esté lleno de logros y objetivos cumplidos para nuestra empresa.

Durante este primer trimestre, nos hemos centrado en fortalecer el clima laboral y bienestar de nuestros valiosos trabajadores. Desde programas de salud, capacitaciones en diferentes áreas para fortalecer las competencias hasta actividades creativas.

Seguimos trabajando en la mejora continua para garantizar un ambiente laboral positivo y saludable para todos.

El Área de SSOMA ha estado desarrollando actividades y programas para reforzar aún más nuestra cultura de seguridad en el trabajo. La seguridad y la salud de cada uno de ustedes son de suma importancia para nosotros, y continuaremos trabajando para garantizar que nuestros estándares sean los más altos posibles.

En cuanto a nuestras operaciones, nos complace informarles sobre las mejoras significativas implementadas desde el área de operaciones. Estas mejoras son parte de nuestro compromiso continuo con la excelencia operativa y la eficiencia, pilares fundamentales de nuestra empresa.

Como informamos este 2024 es un año muy especial. Estamos emocionados de anunciar que se están realizando preparativos para una celebración memorable y emocionante para todo el personal de SINERSA, tanto de la zona norte como de la zona centro. Esta celebración, que se realizará en la C.H. Curumuy, será independiente de las festividades de aniversario en cada instalación y estamos seguros de que será un evento inolvidable para todos nosotros.

En SINERSA, seguimos comprometidos con promover el crecimiento profesional, alcanzar nuestros objetivos empresariales, así como para cumplir con nuestra misión y visión. Juntos, seguiremos construyendo un futuro exitoso para nuestra empresa.

Gracias por su arduo trabajo y dedicación constante. ¡Sigamos adelante juntos hacia el éxito!  
¡A disfrutar de esta nueva edición!

## BOLETÍN

# INFORMATIVO

## En SINERSA se promueve la salud y el bienestar del personal a través de pausas activas

En un esfuerzo continuo por promover la salud y el bienestar de nuestros valiosos empleados, SINERSA ha implementado exitosamente sesiones de pausas activas en todas sus instalaciones.

En la zona norte, que alberga a C.H. Curumuy, C.H. Poechos 1 y C.H. Poechos 2, el Lic. Danny Navarro lidera el desarrollo y la promoción de estas pausas activas. Con su dedicación y experiencia, el Lic. Navarro ha sido fundamental para asegurar que nuestros empleados en esta región reciban los beneficios completos de estas sesiones revitalizantes.

Mientras tanto, en la zona centro, que incluye la C.H. Chancay y nuestras oficinas administrativas en Lima, la Lic. Milagros Milla ha estado liderando el camino en la implementación de pausas activas. Con su enfoque centrado en el bienestar de los empleados, la Lic. Milla ha creado un ambiente propicio para que nuestros trabajadores se desconecten del estrés laboral y recarguen energías de manera efectiva.



Estas sesiones de pausas activas no solo ofrecen beneficios físicos, como la reducción del estrés y la mejora de la salud cardiovascular, sino que también fortalecen el espíritu de equipo y promueven una cultura de cuidado mutuo en SINERSA.

En resumen, estamos comprometidos a seguir priorizando el bienestar de nuestros empleados en todas nuestras operaciones. ¡En SINERSA, la salud y la vitalidad de nuestro equipo son fundamentales para nuestro éxito continuo!



## La C.H. Poechos 1 celebró sus bodas de porcelana

El pasado 17 de marzo marcó un hito significativo para la Central Hidroeléctrica Poechos 1, ¡20 años de excelencia en operación! Para conmemorar esta ocasión única, el personal se reunió el 15 de marzo en las instalaciones de la C.H. Poechos 1 para una jornada llena de emociones y recuerdos.

La mañana comenzó con una mañana deportiva, donde colegas de todas las áreas participaron en competencias amistosas, fomentando el trabajo en equipo y la camaradería. Luego, nos reunimos para un almuerzo de confraternidad, compartiendo risas, historias y creando nuevos recuerdos juntos.

La emoción alcanzó su punto máximo con la presentación artística del talentoso grupo musical “Showman Chahuelas”. Con su música contagiosa, nos hicieron bailar y celebrar este momento especial. ¡Una fiesta inolvidable para todos!

Además de las festividades, aprovechamos la ocasión para honrar a aquellos miembros del equipo que han dedicado 20 años de su vida laboral a la C.H. Poechos 1, entregándoles placas de reconocimiento como muestra de nuestro agradecimiento y aprecio por su dedicación y compromiso.

El 20º aniversario de la C.H. Poechos 1 no solo es un hito en nuestra historia, sino también un recordatorio de la fortaleza de nuestro equipo y nuestra dedicación a proporcionar energía de manera sostenible y confiable.

¡Que sigan los éxitos y la camaradería por muchos años más!



## ¿Qué es el dengue?

Es una enfermedad viral transmitida por el zancudo **Aedes aegypti**.

### ¿Cómo se transmite?



El zancudo sano se infecta al picar a una persona enferma con dengue.



El zancudo infectado pica a una persona sana.



La persona sana se enferma.

# SINERSA se une en la lucha contra el dengue: charlas educativas en prevención

En medio de la preocupación nacional por la propagación del dengue, SINERSA ha dado un paso al frente, organizando charlas educativas sobre la prevención de esta enfermedad en todas sus instalaciones. Conscientes de la importancia de la información y la acción, la empresa ha tomado medidas proactivas para equipar a su personal con conocimientos vitales para combatir esta amenaza para la salud pública.



En la zona norte, donde la incidencia del dengue ha sido particularmente preocupante, el Licenciado Danny Navarro ha sido el encargado de dirigir las sesiones educativas. Con un enfoque ameno y accesible, el Lic. Navarro ha proporcionado una visión comprensiva de los riesgos asociados con el dengue, así como las medidas preventivas vitales que deben ser adoptadas.

Desde la eliminación de criaderos de mosquitos hasta el uso adecuado de repelentes, se han abordado estrategias prácticas para protegerse contra esta enfermedad.

En la zona centro, la Licenciada Milagros Milla ha asumido el liderazgo en la

impartición de conocimientos sobre la prevención del dengue. Reconociendo la necesidad de adaptar el enfoque a las circunstancias específicas de la región, la Lic. Milla ha brindado información detallada sobre las medidas preventivas, destacando la importancia de la participación activa de todos los empleados en la lucha contra el dengue.

Es esencial contextualizar estas charlas en el marco de emergencia declarado en regiones como Piura y Lima, donde se han reportado numerosos casos de dengue. Además de estas charlas, SINERSA ha llevado a cabo abatizaciones para evitar el desarrollo de los huevos de *Aedes aegypti*, el mosquito portador del dengue,

mostrando un compromiso integral en la lucha contra esta enfermedad.

De esta manera, SINERSA reafirma su compromiso de priorizar la salud y seguridad de su personal.



## Realizan charla sobre estilo de vida saludable y protección solar en zona norte

En un esfuerzo por fortalecer el bienestar de sus colaboradores, las instalaciones de la zona norte de nuestra empresa se convirtieron en el escenario de una charla reveladora sobre la importancia de un estilo de vida saludable y la protección solar adecuada.

El objetivo principal de esta iniciativa por parte del área de Salud Ocupacional de SINERSA fue brindar a sus colaboradores herramientas prácticas para reducir los factores de riesgo que pueden afectar negativamente su salud.

Estos factores fueron abordados desde tres pilares esenciales: la alimentación, la actividad física y la prevención del consumo de sustancias adictivas.

Durante la charla, se resaltó el papel crucial de la piel, el órgano más grande del cuerpo humano, en la protección de nuestra salud. Se enfatizó la importancia de la protección solar como un componente vital de cuidado de la piel.

El uso adecuado de protector solar no solo ayuda a prevenir los daños a largo plazo, como las arrugas y las quemaduras solares, sino que también reduce significativamente el riesgo de desarrollar cáncer de piel, una preocupación cada vez más relevante.

Esta charla fue una oportunidad invaluable para educar e inspirar a nuestros colaboradores a tomar medidas proactivas para cuidar su salud y bienestar.



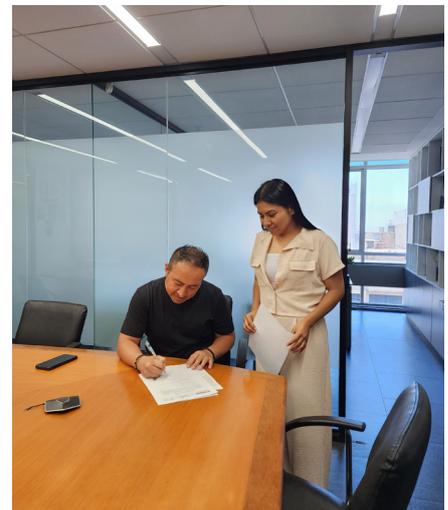
## Proceso de consentimiento informado en marcha para la campaña de vacunación contra la Influenza

El personal de la C.H. Chancay y de las Oficinas Administrativas Lima ha dado un importante paso hacia la protección de la salud de su personal al iniciar el proceso de consentimientos informados para la próxima Campaña de Vacunación contra la Influenza, programada para abril de 2024.

Este proceso involucró la participación activa de todo el personal, tanto de las oficinas administrativas en Lima como de CH Chancay, con el objetivo de asegurar la adquisición precisa de vacunas contra la influenza tetravalente.

La campaña de vacunación está programada para comenzar a fines de marzo y se extenderá a lo largo del mes de abril, con el objetivo de vacunar a la totalidad del personal. Este esfuerzo conjunto refleja el compromiso de la empresa con la salud y el bienestar de sus colaboradores, así como con la prevención de enfermedades contagiosas en el lugar de trabajo.

Esta iniciativa subraya el enfoque proactivo de la empresa hacia un entorno laboral seguro y saludable para todos sus colaboradores.



# **Pongo El Hombro Por el Perú**

En SINERSA cada vacuna cuenta ¡Ponte al día!

*Todas las personas deben recibir al menos una dosis de vacuna contra COVID-19. Los refuerzos se recomiendan sólo para las personas de los grupos de alta prioridad.*



# SINERSA celebra el Día Mundial del Agua con acciones de compromiso ambiental

- En conmemoración del Día Mundial del Agua, una fecha que resalta la importancia vital de este recurso para la vida en el planeta, SINERSA ha demostrado su compromiso ambiental con una serie de actividades significativas. Dirigidas por el área ambiental de la empresa y bajo la dirección del Ingeniero Edson Ramos Chiroque, estas iniciativas reflejan el firme compromiso de SINERSA con la preservación del agua y el medio ambiente en general.

Una de las acciones más destacadas fue la Campaña de Limpieza llevada a cabo en las inmediaciones del canal Daniel Escobar, donde el personal de las centrales hidroeléctricas Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2 se unió para recolectar residuos y promover la limpieza de la zona.

Esta actividad no solo contribuyó a la conservación del entorno local, sino que también subrayó la importancia de mantener los recursos hídricos libres de contaminación.

Además, como parte de la estrategia educativa de SINERSA, se organizó una capacitación especial sobre Cultura del Agua para el personal de la zona norte. Esta sesión informativa fue dirigida por un experto de la Autoridad Administrativa del Agua Jequetepique-Zarumilla (AAA Jequetepique-Zarumilla), quien proporcionó información valiosa sobre el uso eficiente del agua y la importancia de su conservación para las generaciones futuras.

Estas acciones no solo refuerzan el compromiso de SINERSA con la gestión responsable del agua, sino que también destacan su papel activo en la promoción de una cultura de cuidado ambiental en todas sus operaciones. Al unir fuerzas para proteger y preservar este recurso invaluable, SINERSA demuestra su compromiso con un futuro sostenible para todos.

Al finalizar las actividades, cada trabajador recibió un Kit de souvenirs, como un reconocimiento simbólico por su participación activa.



## Gestionan exposición de servicios de la Clínica Belén para los trabajadores de SINERSA

En un esfuerzo por mejorar la calidad de vida y el bienestar de sus empleados, SINERSA, a través de su área de Bienestar Social, organizó una charla informativa dirigida a los trabajadores de la zona norte, que incluye las Centrales Hidroeléctricas Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2. El tema central de la charla fue destacar los beneficios ofrecidos por la reconocida Clínica Belén.

La sesión, llevada a cabo en las instalaciones de SINERSA, contó con la participación activa del personal, quienes mostraron un gran interés en conocer más sobre los servicios de salud disponibles para ellos y sus familias. La charla fue impartida por representantes de la Clínica Belén, quienes destacaron los diferentes servicios médicos y programas de bienestar disponibles para los empleados de SINERSA.

Además de la información proporcionada, la actividad incluyó pausas activas lideradas por el Dr. Sanito, quien guió a los trabajadores en ejercicios simples pero efectivos para aliviar el estrés y promover la actividad física en el lugar de trabajo.

Estas pausas activas no solo brindaron un momento de relajación,

sino que también fomentaron la importancia de mantener un estilo de vida saludable en el ámbito laboral.

La iniciativa fue recibida con entusiasmo por parte de los trabajadores, quienes valoraron el compromiso de SINERSA en cuidar de su salud y bienestar.

SINERSA reafirma su compromiso de promover el bienestar integral de sus empleados, brindándoles acceso a servicios de salud de calidad y fomentando hábitos de vida saludables. Con actividades como esta, la empresa continúa demostrando su compromiso con el cuidado y desarrollo de su talento humano.



## ¿Cómo prevenimos el Dengue en casa?



✓ **Tapa bien los recipientes** donde almacenas agua.



✓ **Elimina el agua de los floreros** y reemplázala por arena húmeda



✓ **Escobilla, lava y voltear** los recipientes donde almacenas agua



✓ **Desecha los objetos** en los que pueda almacenarse agua

## C.H. Chancay: Área de Salud desarrolla capacitación sobre ergonomía para el personal administrativo y de operaciones

En un esfuerzo por promover la salud y el bienestar de su valioso equipo humano, en la C.H. Chancay se llevó a cabo una capacitación especializada durante el mes de marzo del presente año 2024.

El enfoque principal de esta iniciativa fue la ergonomía, destinada a todo el personal administrativo y de operaciones, con el objetivo de mejorar las condiciones laborales y prevenir lesiones relacionadas con el trabajo.

Durante la capacitación, se aborda-

ron diversos aspectos de la ergonomía, desde la disposición adecuada del mobiliario hasta la importancia de mantener posturas correctas durante las actividades laborales.

Se proporcionaron recomendaciones prácticas y consejos personalizados para cada puesto de trabajo, con el fin de optimizar el confort y reducir el riesgo de lesiones por esfuerzo repetitivo o mala postura.

Esta capacitación es un paso importante hacia la creación de un entorno

laboral más seguro y saludable. Al invertir en la salud de su equipo humano, la empresa reafirma su compromiso con el desarrollo integral de sus empleados y el éxito continuo de sus operaciones.



## Personal de la C.H. Chancay recibe capacitación sobre primeros auxilios

En febrero de 2024, la C.H. Chancay llevó a cabo una capacitación vital sobre primeros auxilios, específicamente centrada en el tratamiento de heridas y control de hemorragias.

La actividad se desarrolló con la participación de todo el personal de la planta, reafirmando el compromiso de la empresa con la seguridad y el bienestar de sus empleados.

El objetivo principal de esta capacitación fue equipar a todo el personal con los conocimientos necesarios para saber cómo actuar frente a la presencia de una herida o una hemorragia, así como para diferenciar entre ambos casos. En situaciones de emergencia, contar con la habilidad de brindar primeros auxilios adecuados puede marcar la diferencia entre

salvar una vida y enfrentar consecuencias graves.

Durante la capacitación, se impartieron técnicas prácticas y consejos útiles para controlar hemorragias, aplicar vendajes adecuados y brindar atención inicial a heridas comunes. Además, se enfatizó la impor-

tancia de mantener la calma y actuar con rapidez y eficacia en situaciones de emergencia.

La capacitación en primeros auxilios en la C.H. Chancay es una muestra más del compromiso de la empresa con la seguridad y el bienestar de sus empleados.



## C.H. Chancay: Realizan mantenimiento de equipos de lucha contra incendios

En concordancia con el compromiso de garantizar la seguridad y el bienestar en el entorno laboral, la C.H. Chancay llevó a cabo el pasado 26 de Diciembre el mantenimiento anual de sus equipos de lucha contra incendios.

Esta actividad se enmarca dentro del Programa anual de Seguridad, Salud en el Trabajo y Medio Ambiente 2023, reflejando así el compromiso continuo de la empresa con la prevención y la preparación ante posibles emergencias.

La tarea fue llevada a cabo por la reconocida empresa especializada SERCOM FIRE, líder en servicios de prevención y control de incendios. Equipados con un taller móvil de última tecnología, el equipo de SERCOM FIRE procedió con la verificación exhaustiva de los extintores, tanto en las instalaciones fijas como en los equipos móviles, asegurando su óptimo funcionamiento y su disponibilidad inmediata en caso de necesidad.

Durante el proceso de mantenimiento, se realizó una minuciosa inspección del peso y la presión de cada extintor, con el

objetivo de garantizar que cumplan con los estándares de seguridad establecidos.

Cada detalle fue revisado meticulosamente para asegurar que los equipos estén listos para su utilización en cualquier momento, explicó el Ing. Alexis Gallupe, Supervisor SSOMA - zona centro.

Este mantenimiento anual no solo cumple con los requisitos reglamentarios, sino que también de-

muestra el compromiso constante de la empresa con la seguridad y el bienestar de todos los que trabajan en sus instalaciones.



# ¡DENGUE! ¿Cuáles son los síntomas?



**Fiebre y/o**  
dolor de cabeza



**Dolor**  
muscular



**Dolor de**  
articulaciones



**Sarpullido**



**Dolor de ojos**

**MUY IMPORTANTE** 

Si vives o has viajado a zonas con presencia de **dengue, zika o chikungunya** y presentas estos síntomas, hidrátate y acude inmediatamente al establecimiento de salud más cercano.

**NO TE**  
**AUTOMEDIQUES**

## SINERSA promueven la Salud y el bienestar entre sus colaboradores de Oficinas Administrativas de Lima

En febrero de 2024, en las Oficinas Administrativas de Lima se llevaron a cabo dos capacitaciones esenciales, dirigidas por el Dr. Steve Olaguivel, con el propósito de enfatizar la importancia de adoptar estilos de vida saludables y la necesidad de proteger la piel mediante el uso adecuado del bloqueador solar.

La primera capacitación se enfocó en “Estilos de Vida Saludable”, con el objetivo de concientizar a los colaboradores sobre la relevancia de mantener hábitos de vida correctos.

Se resaltaron los beneficios de un estilo de vida saludable, como la mejora del estado de ánimo, la reducción del estrés, el aumento de la energía y la mejora en la productividad laboral. Además, se hizo hincapié en la importancia de mantener un peso adecuado y cómo esto puede contribuir a prevenir enfermedades crónicas a largo plazo.

La segunda capacitación abordó el tema de “Protección Solar”, donde se destacó la importancia del uso diario y continuo del bloqueador solar para prevenir daños en la piel causados por la exposición al sol.

Se enfatizó que el uso regular del blo-



queador solar ayuda a proteger la piel contra quemaduras solares, arrugas y, lo más crucial, reduce significativamente el riesgo de desarrollar cáncer de piel.

Ambas capacitaciones fueron recibidas con gran interés y participación por parte del personal, quienes valoraron la oportunidad de aprender y mejorar su calidad de vida.

## Área de Salud Ocupacional realiza lectura de resultados de EMO al 100% en la zona centro



En un esfuerzo continuo por salvaguardar la salud y el bienestar del equipo humano, el Área de Salud Ocupacional alcanzó un importante hito al completar la lectura de los resultados de los Exá-

menes Médicos Ocupacionales (EMO) al 100% en la zona centro, que abarca tanto CH Chancay como las Oficinas Administrativas de Lima.

Durante el mes de enero del año 2024, el Dr. Steve Olaguivel, Médico Ocupacional de la empresa SINERSA, condujo esta trascendental actividad. Con total transparencia.

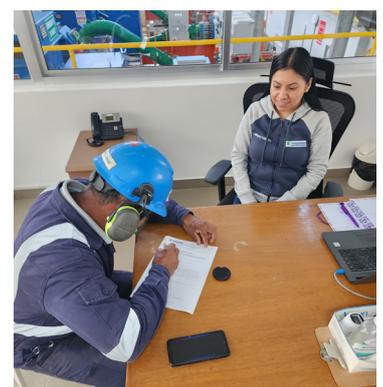
En esta lectura se proporcionó a cada colaborador una detallada explicación de los resultados obtenidos en sus respectivos EMO, abordando con claridad y precisión cada diagnóstico y procedimiento realizado durante los exámenes.

El compromiso de cada colaborador fue enfatizado, instándolos a seguir las recomendaciones proporcionadas por el médico ocupacional.

Estas recomendaciones son vitales para abordar cualquier problema de salud identificado y para prevenir futuras complicaciones. Como medida adicional

para asegurar la consistencia en la entrega de resultados, al concluir la lectura, se procedió a la firma de una declaración jurada por parte de cada empleado.

Esta destacada iniciativa refleja el firme compromiso de CH Chancay con la transparencia, la seguridad y la salud de su equipo humano. Al brindar información detallada y fomentar la responsabilidad individual en el cuidado de la salud ocupacional, la empresa demuestra su compromiso con la creación de un entorno laboral seguro y saludable para todos sus colaboradores.



## SINERSA Celebra el Día de la Mujer con Emoción y Reconocimiento

*En un gesto emotivo y lleno de impacto, SINERSA dedicó una jornada especial para celebrar y reconocer el invaluable aporte de sus trabajadoras en el Día Internacional de la Mujer, el pasado 08 de marzo.*

En la zona norte, las mujeres de SINERSA fueron agasajadas con un memorable almuerzo de confraternidad en el reconocido restaurante El Tanta. En este encuentro, se resaltó la importancia de su labor y se les reconoció por su invaluable contribución al éxito y desarrollo de la empresa.

Estas celebraciones no solo fueron un tributo merecido a la fuerza y resiliencia de las mujeres en SINERSA, sino también una ocasión para reflexionar sobre la igualdad de género y el empoderamiento femenino en el ámbito laboral.

SINERSA reafirma su compromiso con la equidad y el reconocimiento del talento femenino, promoviendo un ambiente de trabajo inclusivo y valorando la diversidad como un pilar fundamental de su cultura organizacional.

En la zona norte, las mujeres de SINERSA fueron agasajadas con un memorable almuerzo de confraternidad en el reconocido restaurante El Tanta. En este encuentro, se resaltó la importancia de su labor y se les reconoció por su invaluable contribución al éxito y desarrollo de la empresa.

Estas celebraciones no solo fueron un tributo merecido a la fuerza y resiliencia de las mujeres en SINERSA, sino también una ocasión para reflexionar sobre la igualdad de género y el empoderamiento femenino en el ámbito laboral.

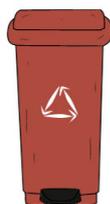
SINERSA reafirma su compromiso con la equidad y el reconocimiento del talento femenino, promoviendo un ambiente de trabajo inclusivo y valorando la diversidad como un pilar fundamental de su cultura organizacional.



## Clasificación de los residuos



Ley Integral de Residuos Sólidos N° 1278 y su Reglamento DS N° 014-2017-MINAM NTP 900.058.2019-Código de colores para el almacenamiento de residuos sólidos.



Restos de comida, poda y hojarasca.



Papeles y cartón



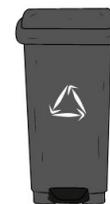
Botellas de vidrio y vidrio varios



Fierros, clavos, alambres y latas



Botellas y bolsas plásticas y PVC



Residuos sanitarios y cerámicos



Trapos con HC, baterías, secas, desechos de pinturas y solventes

## CH Chancay refuerza su compromiso con la seguridad laboral y el medio ambiente a través de capacitaciones internas de SST

En el marco de su compromiso inquebrantable con la seguridad laboral y la protección del entorno natural, la C.H. Chancay ha llevado a cabo una serie de capacitaciones internas en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), como parte esencial de su Programa Anual de Capacitaciones para el año 2023.

El pasado 22 de diciembre, los colaboradores de la empresa participaron activamente en dos sesiones formativas de vital importancia, ambas supervisadas por el experimentado equipo de SST Zona Centro.

La primera capacitación, desarrollada entre las 2:00 p.m. y las 4:00 p.m., se centró en la Ley 29783 de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como en su modificación mediante la Ley 30222. Los empleados recibieron una instrucción detallada y actualizada sobre los mandatos legales que rigen la seguridad en el ámbito laboral, brindando así un marco sólido para garantizar su bienestar y protección en el trabajo.

Acto seguido, de 4:00 p.m. a 5:00 p.m., se llevó a cabo la segunda capacitación bajo el tema “Cuidado de la Flora y Fauna”. En este segmento, se resaltó la importancia de preservar y proteger el ecosistema circundante a las operaciones de la empresa. Los colaboradores fueron instruidos sobre las mejores prácticas para minimizar el impacto ambiental de sus actividades laborales y para fomentar una cultura de cuidado y responsabilidad hacia la naturaleza.

La realización de estas capacitaciones refleja el firme compromiso de la C.H. Chancay con la seguridad, la salud ocupacional y la sostenibilidad ambiental. Al invertir en el desarrollo de sus colaboradores en estas

áreas críticas, la empresa no solo cumple con sus obligaciones legales, sino que también promueve un ambiente laboral más seguro, saludable y consciente del medio ambiente.

Este enfoque integral hacia la capacitación demuestra el liderazgo de la C.H. Chancay en el sector, sentando las bases para una cultura organizacional sólida y orientada hacia el futuro, donde la seguridad, la salud y el cuidado del medio ambiente son prioridades indiscutibles.



## Realizan simulacro de lucha contra incendio en la C.H. Chancay

La seguridad laboral sigue siendo una prioridad indiscutible en la C.H. Chancay, y esta vez se ha destacado con la realización exitosa de un simulacro de lucha contra incendios, en cumplimiento con su Programa Anual de Simulacros para el año 2024.



Durante el mes de marzo, los colaboradores de turno en la empresa participaron activamente en una capacitación práctica presencial, bajo la dirección del Supervisor SSOMA Zona Centro, Ing. Alexis Gallupe.

Este ejercicio práctico, que abarcó un período de 30 minutos, brindó una valiosa oportunidad para poner en práctica los protocolos de emergencia y reforzar el conocimiento sobre la respuesta adecuada ante un incendio.

Al finalizar el simulacro, los colaboradores no solo adquirieron experiencia

en la ejecución de medidas de seguridad, sino que también profundizaron su comprensión sobre los elementos del fuego que pueden desencadenar un incendio y el uso correcto de los extintores según el tipo de fuego que se enfrenten. Esta información vital no solo mejora la capacidad de respuesta de los colaboradores en situaciones de emergencia, sino que también contribuye a la prevención y mitigación de riesgos en el lugar de trabajo.

Este simulacro no solo fortalece la capacidad de respuesta de la empresa

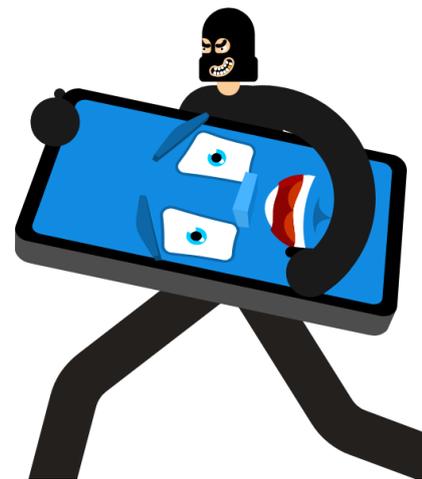
ante situaciones de emergencia, sino que también fomenta una cultura de seguridad y prevención entre todos los colaboradores. Con acciones proactivas como esta, la C.H. Chancay continúa marcando el estándar en seguridad laboral y establece un ejemplo inspirador para otras organizaciones en el cuidado de su recurso más valioso: su gente.



## Consejos de Ciberseguridad

### ¿Qué hacer en caso de robo de teléfono celular?

- ✓ Comunícate con tu entidad y bloquea inmediatamente tus tarjetas vinculadas.
- ✓ Cambia las claves de tu Banca por Internet
- ✓ Llama a tu operadora para bloquear el equipo y la línea.
- ✓ Denuncia el robo ante la Policía Nacional del Perú (PNP).



## ¡Risas y felicidad se vivió en el taller de Risoterapia!

*En un día lleno de alegría y diversión, la C.H. Chancay y las Oficinas Administrativas de Lima se sumergieron en un taller de risoterapia organizado por el área de Bienestar Social de SINERSA. ¡Los resultados fueron simplemente espectaculares!*

Bajo el sol radiante y el cielo despejado, los colaboradores se reunieron ansiosos por dejar atrás el estrés y las preocupaciones cotidianas. Y vaya que lo lograron con creces. Desde el primer momento, los expertos de LOONATIC llevaron a los colaboradores a un viaje lleno de risas.

Entre juegos y dinámicas desternillantes, la energía positiva fluyó a raudales. ¡Pero qué mejor forma de ejercitar esos músculos faciales con aquella buena sesión de carcajadas!

Los momentos compartidos fueron de lo más entrañables. Descubrieron que la risa tiene el poder de unirnos aún más, fortaleciendo nuestros lazos y creando recuerdos que durarán para siempre.

Al finalizar el taller, nos despedimos con el corazón lleno de alegría y gratitud hacia SINERSA por organizar esta maravillosa experiencia, y hacia LOONATIC por ser los maestros del buen humor.

¡Sin duda, una jornada que recordaremos con una gran sonrisa en el rostro y en el corazón!



 ¡RECICLEMOS! 

*Reciclar es más que una acción, es el valor de la responsabilidad por preservar los recursos naturales.*



## EPS Pacífico ofrece charlas informativas sobre Plan de Salud: EPS y Oncológico a personal de SINERSA



EPS Pacífico ha colaborado estrechamente con SINERSA para ofrecer capacitaciones fundamentales sobre el Plan de Salud: EPS y Oncológico.

El equipo de EPS Pacífico llegó a la zona norte de SINERSA, incluyendo a la Central Hidroeléctrica Curumuy, Central Hidroeléctrica Poechos 1 y Central Hi-

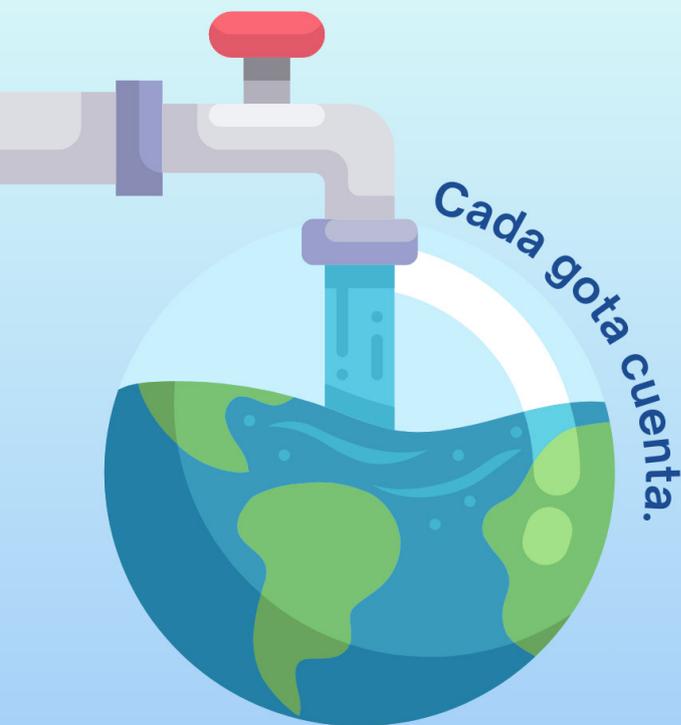
droeléctrica Poechos 2. Durante estas sesiones informativas, diseñadas para el personal de la zona norte y centro de SINERSA, han sido vitales para aumentar la conciencia sobre la importancia de la prevención y el tratamiento del cáncer.

El 16 de febrero de 2024,

los empleados recibieron una visión completa del Plan de Salud ofrecido por EPS Pacífico, con un enfoque especial en la detección temprana y el tratamiento del cáncer.

Luego, el 28 de febrero de 2024, la atención se centró en la zona centro de SINERSA, abarcando a la Central Hidroeléctrica Chancay y las Oficinas Administrativas en Lima. En este evento, se destacaron los mismos temas cruciales sobre prevención y atención del cáncer, adaptados a las necesidades específicas de esta región.

Estas capacitaciones representan el compromiso continuo de EPS Pacífico y SINERSA con la salud y el bienestar de sus empleados. Al proporcionar información integral sobre el Plan de Salud y los recursos disponibles para el tratamiento del cáncer, ambas organizaciones están fortaleciendo la capacidad de sus miembros para enfrentar los desafíos de salud con confianza y conocimiento.



22 de marzo

## Día mundial del agua

En tiempos de sequía, cada gota cuenta:

**¡Ahorra agua, salva el mañana!**

*¡No la desperdicies!*



## Zona norte de SINERSA: Capacitación integral sobre clasificación y gestión de residuos no municipales

En línea con el compromiso de cumplir con los estándares ambientales y en respuesta al programa de capacitaciones ambientales 2024, se realizaron sesiones formativas vitales del 22 al 24 de enero.

Estas capacitaciones, dirigidas a las Centrales Hidroeléctricas Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2, se enfocaron en el crucial tema de “Clasificación y Manejo de Residuos Sólidos no Municipales”.

La iniciativa, impulsada por el artículo N° 107 del decreto supremo N° 014-2019-EM, el cual establece el Reglamento para la Protección Ambiental en las Actividades Eléctricas, busca asegurar una segregación precisa de los residuos generados en las operaciones diarias.

Este enfoque incluye la correcta separación de residuos peligrosos y no peligrosos, con un énfasis en promover prácticas ambientales responsables, como el reciclaje y el aprovechamiento de los residuos.

Para complementar estas sesiones, se llevó a cabo un taller dinámico diseñado

para reforzar los conocimientos adquiridos y fomentar una mejora continua en el proceso de capacitación. Estos esfuerzos están destinados a garantizar que el personal esté debidamente capacitado y preparado para abordar los desafíos ambientales con eficacia y responsabilidad.

Estas acciones subrayan el firme compromiso de las Centrales Hidroeléctricas

Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2 con la protección del medio ambiente y el cumplimiento de las normativas ambientales. Además, resaltan la importancia de la capacitación continua como un componente esencial para fomentar prácticas sostenibles y responsables en el sector eléctrico.



## Expertos explican el DS N° 014-2019-EM: Reglamento para la Protección Ambiental en las Actividades Eléctricas

En cumplimiento del programa de capacitaciones ambientales 2024 y del artículo N° 107 del Decreto Supremo N° 014-2019-EM, las Centrales Hidroeléctricas Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2 se sumergieron en un entrenamiento especializado. Del 20 al 23 de febrero, expertos legales de AUDACIUM. S.A.C., impartieron sesiones sobre la interpretación de dicha legislación.

El enfoque principal de esta capacitación fue dotar a las centrales de un entendimiento profundo

de los requisitos legales y ambientales establecidos en el mencionado decreto. El objetivo: garantizar un cumplimiento riguroso de las normativas, salvaguardando así el medio ambiente y fomentando prácticas eléctricas sostenibles.



## SINERSA realiza el monitoreo ambiental en sus centrales hidroeléctricas de zona norte y Líneas de Transmisión

En cumplimiento de los compromisos ambientales y la normativa vigente del subsector eléctrico, se ha llevado a cabo el monitoreo ambiental en las Centrales Hidroeléctricas Curumuy, Poechos 1 y Poechos 2, así como en la Línea de Transmisión 60 KV CH Curumuy durante el primer trimestre del año en curso.

Esta importante labor estuvo a cargo del nuevo proveedor, Laboratorio EQUAS S.A.

El monitoreo ambiental es esencial para medir la presencia y concentración de contaminantes en el entorno, permitiendo evaluar el impacto de las actividades de generación y transmisión de energía eléctrica en el medio ambiente.

Los resultados de estos monitoreos son fiscalizables durante las acciones

de supervisión llevadas a cabo por el Organismo de Evaluación y Fiscalización Ambiental (OEFA), asegurando así la transparencia y el cumplimiento de las regulaciones ambientales.

Este esfuerzo demuestra el compromiso del sector eléctrico con la protección ambiental y el desarrollo sostenible, así



como su responsabilidad en la gestión adecuada de sus operaciones para minimizar su impacto en el medio ambiente.

## SINERSA promueve la formación de Brigadas de Emergencia

En el marco de las actividades programadas en el **PASSOMA 2024**, se llevó a cabo con éxito la Capacitación Certificada de "Formación de Brigadas de Emergencia".

Este importante evento estuvo dirigido a los colaboradores de SINERSA de la zona norte, quienes participaron activamente en el fortalecimiento de sus habilidades ante situaciones críticas.

La ejecución de esta capacitación estuvo a cargo de la consultora externa Innomind HSEQ Consulting, reconocida por su experiencia y compromiso en temas de seguridad y prevención de riesgos.

Durante el curso, se abordaron diversos temas fundamentales, entre los cuales destacan la formación de Brigadas de Comunicación, Lucha Contra Incendios, Manejo de Sustancias Peligrosas, Primeros Auxilios, Evacuación y Rescate.

El enfoque teórico se complementó con prácticas intensivas, incluyendo simulacros y evaluaciones in situ. Estas actividades permitieron a los participantes aplicar sus conocimientos en escenarios simulados, preparándolos de manera efectiva para enfrentar emergencias dentro de las instalaciones de la empresa.

La formación de brigadas de emergencia es una medida crucial para garantizar la seguridad de todos los trabajadores y la protección de los activos de la empresa.



# **iNO TE AUTOMEDIQUES!**

Consumir  
medicamentos sin  
indicación médica  
**puede ser  
perjudicial para tu  
salud, POR QUÉ:**

**Ocultas** síntomas  
de la enfermedad



**Te expone  
innecesariamente a  
los medicamentos**



**Retrasa el  
diagnóstico  
oportuno**



**Prolonga efectos  
secundarios**



**UNIDOS  
CONTRA el  
DENGUE**



**¡SIN CRIADEROS, NO HAY ZANCUDOS  
SIN ZANCUDOS, NO HAY DENGUE!**

## **SÍGUENOS EN:**



<https://web.facebook.com/sindicatoenergetica>



[www.sinersaperu.com](http://www.sinersaperu.com)



Bienestar social SINERSA



[https://youtube.com/channel/UCDCMIYPfx9p-kPNz3rMK\\_aQ](https://youtube.com/channel/UCDCMIYPfx9p-kPNz3rMK_aQ)

## **SINERSA**

Telfs.: (51-1) 421-7359 / 222-4888 (51-1) 421-4997

**Central Hidroeléctrica de Curumuy**

RPC: 969715377 / 958970268

E-mail: [chcurumuy@sinersa.com.pe](mailto:chcurumuy@sinersa.com.pe)

**Central Hidroeléctrica de Poechos**

RPC: 969715376 / Mov.: 969536296

E-mail: [chpoechos@sinersa.com.pe](mailto:chpoechos@sinersa.com.pe)

**Central Hidroeléctrica de Chancay**

RPC: 958970274

E-mail: [chchancay@sinersa.com.pe](mailto:chchancay@sinersa.com.pe)