

CONSEJOS

Realice sencillas terapias de aromas

Llene su hogar de aromas deliciosos con elementos sencillos

—TEGUCIGALPA

La aromaterapia no es solo una técnica usada por los spa, usted puede perfectamente llenar su hogar de esencias que harán de este uno más acogedor



OPCIONES

Use velas aromáticas.

y natural. Entre las esencias más usadas resaltan la vainilla, lavanda y canela.

Puede hervir un poco de estas esencias y luego notar que de inmediato el agradable aroma se esparce en su hogar durante muchas horas.

El incienso puede hacer de los espacios en su hogar el lugar perfecto para la relajación o meditación. Puede encontrar estas esencias o elementos en diversas tiendas ●●

PREVENCIÓN

Cuide la humedad de las alfombras



DETALLES

Limpie con frecuencia las alfombras para evitar alergias y que el polvo dañe el color de las mismas.

—TEGUCIGALPA

Durante la temporada de verano es normal que el agua encuentre la forma de entrar a su sala o patio gracias a piscinas colocadas para mitigar el calor. Recuerde mantener

un especial cuidado a sus alfombras si estas están expuestas al exterior o en los baños.

La humedad puede ocasionar que las alfombras se dañen o se desarrollen hongos poniendo

en riesgo la salud de sus familiares.

El mejor consejo a seguir es quitar las mismas de todo espacio que pueda generar que estas se mojen. Si ya se encuentran mojadas lo mejor es sacarlas de inmediato para que reciban sol y puedan secarse de manera rápida.

Es importante que de igual forma se tome tiempo para lavar sus alfombras y evitar que el polvo genere insectos o agraven las alergias de miembros de su familia.

El color de las alfombras se ve afectado cuando no se tiene un cuidado adecuado, si los colores que mantiene son claros o el material es delicado como ser el peluche o fibras parecidas debe tener un cuidado especial.

Hay varios productos en el mercado que le pueden ayudar a combatir las manchas en las alfombras ●●



ANUNCIO DE VACANTE: LAN ASOCIADO(A)

ANUNCIO DE VACANTE: Job ID: 25505
FECHA DE CIERRE: 24 de abril de 2019 (5:00 pm hora local)
CATEGORÍA / GRADO: Fixed Term Appointment / GS-7
LUGAR DE TRABAJO: Tegucigalpa, Honduras
DURACIÓN: 1 año— (Renovable sujeto a disponibilidad de fondos y evaluación de desempeño).

Postulación abierta solamente para nacionales hondureños o personas legalmente autorizadas para trabajar en el país.

El Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) es un organismo de cooperación internacional para el desarrollo que trabaja en Honduras desde 1996, contribuyendo a un mundo donde cada embarazo sea deseado, cada parto sea sin riesgo y que cada persona joven alcance su pleno desarrollo.

Contexto Organizacional:

Bajo la supervisión de la Gerente de Operaciones, el/la LAN Asociado(a) es responsable de implementar las políticas y estándares de Info-Tecnología (IT) establecidos por la Sede; proporciona servicios de apoyo administrativo y de IT al personal de la oficina de País del UNFPA; proporciona soporte técnico a los usuarios de herramientas de gestión de la información e infraestructura tecnológica; brinda servicios de calidad en la implementación efectiva y eficiente de los procesos de adquisición de acuerdo con las reglas y regulaciones del UNFPA y en línea con las mejores prácticas en la contratación pública y brinda apoyo y orientación a los proyectos respaldados por la Oficina de País.

Calificaciones requeridas:

Educación: Se requiere educación de nivel secundario completado. Licenciatura en informática deseable.

Experiencia:

- 7 a años de experiencia laboral relevante, incluida la administración de redes, soporte para la administración de plataformas de hardware y software, instalaciones de telecomunicaciones, conocimiento de paquetes/aplicaciones basados en Windows;
- Buen conocimiento de los sistemas operativos PC / LAN, Microsoft Windows, seguridad corporativa de las IT y sistemas de protección contra virus, ERP
- Iniciativa, fuertes habilidades conceptuales y analíticas, buen juicio, gran interés en el trabajo de desarrollo, especialmente con la misión del UNFPA y con los principios de las Naciones Unidas.
- Experiencia en procedimientos de adquisiciones de la ONU deseable
- Capacidad de interpretar reglas, procedimientos y regulaciones de manera clara y concisa.

Requisitos de idioma: Fluidez en inglés oral y escrito es esencial

Como aplicar:

Como aplicar: (Favor notar: si Usted no cumple con los requisitos o su aplicación está incompleta, Usted no será considerada) para la vacante).

Se invita a los/as candidatos/as a postularse a través del siguiente vínculo a más tardar el 24 de abril de 2019 a las 5:00 pm:

https://erecruit.partneragencies.org/psc/UNDPPIHRE/EMPLOYEE/HRMS/c/HRM_HRAM_HRS_CE.GBL?Page=HRS_CE_JOB_DTL&Action=A&JobOpeningId=22505&Sitel=1&PostingSeq=1

El UNFPA proporciona un entorno de trabajo que refleja los valores de la igualdad de género, la diversidad en todas sus formas, la integridad y un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida. El UNFPA promueve la igualdad de oportunidades para todas las personas con discapacidad. El UNFPA no solicita ninguna información y/o test relativos al HIV/Sida y no discrimina sobre el estatus de HIV/Sida de las personas.



Universidad Nacional Autónoma de Honduras
Ciudad Universitaria
Tegucigalpa, M.D.C. Honduras, C.A.

AVISO DE LICITACIÓN
LLAMADO A LICITACIÓN PÚBLICA NACIONAL No.03-2019-SEAF-UNAH

"SERVICIOS DE LIMPIEZA PARA LOS EDIFICIOS: CIENCIAS DE LA SALUD, CENTRO DE ARTE Y CULTURA "CAC", CENTRO DE INFORMACIÓN, SERVICIOS ESTUDIANTILES "CISE" Y EL PALACIO UNIVERSITARIO DE LOS DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE HONDURAS"

La Universidad Nacional Autónoma de Honduras, invita a las diferentes Empresas Mercantiles legalmente constituidas en el país, a presentar ofertas en sobres cerrados para que puedan participar en la LICITACIÓN PÚBLICA NACIONAL No.03-2019-SEAF-UNAH, que tiene por objeto la contratación de los "SERVICIOS DE LIMPIEZA PARA LOS EDIFICIOS: CIENCIAS DE LA SALUD, CENTRO DE ARTE Y CULTURA "CAC", CENTRO DE INFORMACIÓN, SERVICIOS ESTUDIANTILES "CISE" Y EL PALACIO UNIVERSITARIO DE LOS DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE HONDURAS", misma que será financiada con Fondos Nacionales.

Los interesados en participar deberán adquirir el Documento de Licitación (Pliego de Condiciones) pagando la cantidad de **QUINIENTOS LEMPIRAS EXACTOS (L.500.00)** no reembolsables, esta suma deberá pagarse en las ventanillas del BANCO LAFISE, ubicada en el Primer Piso del antiguo Edificio Administrativo de la Ciudad Universitaria, José Trinidad Reyes.- Este documento también podrá ser examinado en el portal del Sistema de Información de Contratación y Adquisiciones del Estado de Honduras "HONDUCOMPRAS".

El Documento de Licitación (Pliego de Condiciones) estará disponible a partir del día **MIÉRCOLES DIEZ (10) DE ABRIL DE 2019**, en el horario de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 3:30 p.m. en las oficinas del Departamento de Adquisiciones Mayores de la Secretaría Ejecutiva de Administración y Finanzas, ubicadas en el **SEXTO** nivel del edificio Rectoría-Administrativo ALMA MATER, Ciudad Universitaria "José Trinidad Reyes", Boulevard Suyapa, Tegucigalpa, M.D.C. la entrega del documento se efectuará contra la presentación del comprobante de pago.

Las ofertas deberán presentarse en sobre cerrado, la recepción y apertura de las mismas se efectuará en un solo acto público en el Salón de usos Múltiples de la Secretaría Ejecutiva de Administración y Finanzas, ubicada en el sexto nivel del Edificio Alma Mater, de Ciudad Universitaria José Trinidad Reyes, el día **VEINTE (20) DE MAYO DE 2019**, la hora límite de recepción de ofertas será hasta las 10:00 a.m., hora oficial de la República de Honduras, acto seguido se procederá a la apertura de los sobres que contengan las ofertas. No se recibirán ofertas después de las 10:00 a.m.

La oferta deberá estar acompañada de una Garantía de Mantenimiento de Oferta en Original. La garantía deberá tener una vigencia mínima de **NOVENTA (90)** días calendario contados a partir de la fecha estipulada para la Recepción y Apertura por un monto equivalente al menos por el dos por Ciento (2%) del valor total de la oferta expresada en Lempiras. El acto de apertura se efectuará en presencia de representantes de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH) y los Licitantes o sus Representantes.

CONSULTAS:
Para consultas o información diríjase al Departamento de Adquisiciones Mayores: Teléfono: (504) 2216-61 00. Extensiones **No. 110111, 110112, 110113, 110105 y 110633.** Correo Electrónico: licitaciones@unah.edu.hn

FRANCISCO JOSÉ HERRERA ALVARADO
RECTOR-INTERINO- UNAH