

---

**From:** Mike Heitmann  
**Sent:** Friday, March 20, 2020 1:52 PM  
**Subject:** COVID-19 Update - 3-20-20 SPANISH VERSION

Buenas tardes empleados-propietarios:

A continuación, se muestra una actualización de nuestra respuesta al COVID-19. La primera parte es información adicional, y la segunda parte contiene respuestas a las preguntas que se han recibido:

#### **INFORMACIÓN ADICIONAL:**

- La sección de El COVID- 19 de nuestro sitio en línea se ha establecido. Estos correos electrónicos y otra información importante se publicarán en dicho sitio a medida que estén disponibles. El enlace es <https://www.garney.com/covid19/>.
- Se envió un mensaje de texto con un enlace a nuestros empleados-propietarios que los dirige a esta sección de nuestro sitio en línea. El primer mensaje de texto salió ayer por la tarde, así que esperamos que todos lo hayan recibido. Con el fin de evitar un exceso de información enviada a los teléfonos celulares de nuestra gente, no planeamos enviar mensajes de texto diariamente. Los textos solo se enviarán cuando haya noticias importantes.
- Adjunto incluimos un documento de Life Matters (programa de asistencia al empleado) que les puede ser útil:
  - La Vida Importa (Life Matters) – El Camino para Salir Adelante
- Este correo electrónico ahora se está enviando (como BCC ó Copia Oculta) a las direcciones de correo electrónico de empleados-propietarios de campo pagados por hora existentes en el archivo.

#### **PREGUNTAS RECIBIDAS:**

- 1. ¿Deben tomarse precauciones adicionales, tales como un aislamiento de (5) días del sitio de un proyecto cuando un empleado-propietario regresa a proyecto después de viajar por uno o varios aeropuertos dentro de los Estados Unidos?**

RESPUESTA: No. Garney está siguiendo las pautas de viaje indicadas por los Centros para el control y prevención de enfermedades (CDC) y la Organización Mundial de la Salud (WHO). Actualmente no hay prohibición de viajar dentro de los Estados Unidos. Si se emiten nuevas pautas, Garney seguirá esas pautas. Sin embargo, recuerde que no se recomienda viajar innecesariamente.

- 2. Tenemos un empleado de campo pagado por hora con niños que no van a volver a la escuela por el resto del año. Él está intentando encontrar un equilibrio entre trabajar aquí, el que su esposa trabaje y cuidar a sus hijos. ¿Es posible que él trabaje hasta el mediodía que es cuando su esposa va a trabajar y que él obtenga los 2/3 de pago por el resto del día, ó que trabaje lunes, miércoles y viernes y se le pague los 2/3 por el resto del tiempo?**

RESPUESTA: Sí, este beneficio no necesita ser utilizado en días consecutivos. Sus beneficios finalizarán después de usar 60 días (el equivalente a 12 semanas) o cuando se declare el final de la pandemia, lo que ocurra primero.

- 3. ¿Puede alguno de estos beneficios ser aplicado a los empleados sindicalizados?**

RESPUESTA: No, debido a sus convenios colectivos en vigencia.

**4. Tenemos un nuevo empleado propietario programado para comenzar la próxima semana que actualmente se encuentra de viaje en México. México no está en la Lista de Nivel 3: ¿Se puede incorporar al trabajo?**

RESPUESTA: Si. Garney está siguiendo las pautas de viaje como se indica por los Centros para el control y prevención de enfermedades (CDC) y la Organización Mundial de la Salud (WHO). Actualmente no hay prohibición de viajar hacia y desde México. Si se emiten nuevas pautas, Garney seguirá esas pautas. Sin embargo, recuerde que no se recomienda viajar innecesariamente.

¡Muchas cosas están sucediendo, pero estamos haciendo lo posible por adelantarnos a todo! Gracias a todos por sus esfuerzos en estos tiempos de prueba - su dedicación a Garney es sumamente valorada.

Como siempre, por [favor](#) continúe enviando sus preguntas a [covid19@garney.com](mailto:covid19@garney.com) - ¡Gracias!

**Mike Heitmann**

*Employee-Owner Since 1990*

**GARNEY CONSTRUCTION** *Advancing Water*

# El Camino para Salir Adelante

Es importante entender que cada uno de nosotros tiene formas diferentes de salir adelante con noticias y situaciones difíciles. Es imposible predecir cómo tú, tus seres queridos y otras personas pueden reaccionar.

No hay una forma correcta o equivocada de sentir. Cuando te topas con experiencias difíciles puedes sentir cosas como:

- **Shock** cuando te enteras de una noticia que no tiene sentido para ti.
- **Incredulidad** de que lo que pasó realmente es verdad.
- **Impotencia** porque puedes querer “arreglar” lo que pasó y no puedes hacer nada para cambiar lo sucedido.
- **Tristeza** sobre la noticia y compasión por las personas, familias y seres queridos afectados.
- **Enojo** por la noticia y sus implicaciones.
- **Ansiedad** por todas las preguntas sin respuesta que puedes tener o por lo que otras personas te puedan pedir.
- **Confusión** sobre los sentimientos encontrados que puedes estar experimentando, especialmente cuando los sentimientos parecen venir como olas.
- **Pesar** por esta noticia y también porque puede provocar recuerdos de otras pérdidas.

## Pasos a dar para cuidarte tú incluyen:

- **Busca apoyo** de tus amigos, de tus amigas, de tu familia o de Asuntos de Vida. Déjale saber a las personas que se preocupan por ti lo que te ayuda y lo que no.
- **Evita el chisme.** No lo escuches ni te involucres en él. Haz que los demás estén conscientes de que involucrarse en chismes no ayuda.
- **Reconoce** que es posible que nunca haya respuestas para algunas de las preguntas que tú y otras personas puedan tener en relación a la situación.
- **Reflexiona** en lo que te ha ayudado a salir adelante con situaciones difíciles en el pasado y determina si te puede ayudar ahora.
- **Ten** un sueño, dieta y rutinas de ejercicios saludables.
- **Evita** conductas impulsivas o destructivas tales como beber o comer en exceso, así como el uso de drogas.
- **Limita tu exposición** a los medios de comunicación, a los blogs en línea o a otros foros que encuentres perturbadores si el evento está en las noticias. Está consciente de que es probable de que salgan más noticias a la luz.
- **Sé paciente.** Date tiempo para recuperarte. Dale a los demás tiempo para recuperarse.

*Profesionales de Asuntos de Vida están disponibles las 24 horas del día, cada día del año.  
Llama en cualquier momento al 1-800-634-6433 o visita [mylifematters.com](http://mylifematters.com).*