



# PLAN DE EDUCACIÓN CON **INTÉRPRETE DE LENGUA DE SEÑAS COLOMBIANA**

---





# Plan de educación con **intérprete de lengua de señas colombiana**



En SURA, enfrentamos el desafío de comprender cómo las nuevas tendencias impactan y transforman los entornos laborales en la gestión de riesgos empresariales. Nuestro objetivo es continuar desarrollando estrategias educativas incluyentes que promuevan la construcción de entornos laborales saludables en un sistema dinámico, donde las conversaciones en las empresas valoren tanto el desarrollo empresarial como el bienestar de las personas.

## ***¡Tenemos una buena noticia para tu empresa!***

Queremos presentarte los planes Educativos que apoyan los procesos de capacitación y entrenamiento de las formaciones virtuales, en las cuales tendremos transmisión con lenguaje de señas para los colaboradores con discapacidad auditiva.

En esta cartilla encuentras la programación mensual de todas las capacitaciones y su horario. Próximamente, en nuestro sitio web

**<https://www.arlsura.com/index.php/cartillas-de-educacion-para-el-cuidado>** en la sección "Plan con interprete de lengua de señas colombiana", encontrarás los links de inscripción de cada formación.

Te invitamos a sacar provecho de esta oferta de formaciones virtuales, para continuar fortaleciendo las capacidades de tus equipos de trabajo.



| E N E R O |

Jueves 25 de enero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de tensiones y estrés.

Martes 30 de enero  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de problemas y conflictos.

Martes 30 de enero  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de riesgos laborales, notificación de incidentes, accidente y enfermedad laboral.

Miércoles 31 de enero  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Orden y Aseo en Acción: Un Camino hacia la Mejora Continua.

| F E B R E R O |

Jueves 1 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 1: Legislación y bioseguridad.

Jueves 8 de febrero  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Promoción, prevención e intervención de factores psicosociales.

Martes 6 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Promoción de la sana convivencia y gestión de las violencias.

Viernes 9 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Fluir en la vida: una manera de comprender las emociones.

Miércoles 7 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Primeros auxilios básicos.

Lunes 12 de febrero  
10:00 a.m. a 12:00 p.m.

Diferencias entre consumo, abuso y adicción a sustancias psicoactivas y estrategias para su prevención.

Jueves 8 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 2: Sistema comando de incidentes y brigada de emergencia.

Jueves 15 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 3: Valoración primaria y manejo de heridas.

Jueves 15 de febrero  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Me conecto con el otro,  
soy empático.

Martes 27 de febrero  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - La magia de  
comunicarnos bien.

Jueves 15 de febrero  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Prevención de accidentes en la  
manipulación y movilización de  
cargas - Prevención del dolor de  
espalda.

Jueves 29 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
5: Inmovilización y vendajes.

Jueves 22 de febrero  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
4: Quemaduras y fracturas.

Jueves 29 de febrero  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Identificación de peligros,  
evaluación, valoración,  
clasificación y control de riesgos  
laborales.

## | MARZO |

Viernes 1 de marzo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Gestión de factores psicosociales  
reconociendo las características  
demograficas de los  
colaboradores (genero y ciclo de  
vida)

Jueves 7 de marzo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Conócete a ti mismo.

Martes 5 de marzo  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Prevención y control del fuego.

Viernes 8 de marzo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de  
riesgos laborales, notificación de  
incidentes, accidente y  
enfermedad laboral.

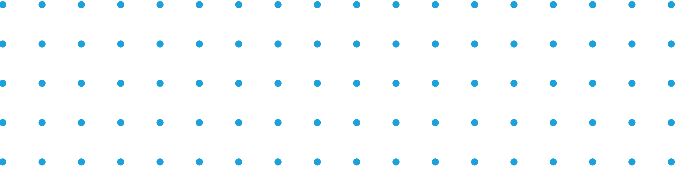
Jueves 7 de marzo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
6: Teoría del fuego y manejo de  
extintores.

Lunes 11 de marzo  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Promoción de la sana convivencia  
y gestión de las violencias.





Martes 12 de marzo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Una mente abierta y critica. Pensamiento crítico.

Lunes 18 de marzo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Qué es el síndrome de Burnout y como prevenirlo?

Miércoles 13 de marzo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estrategias para la prevención de accidentes por caídas a nivel.

Martes 19 de marzo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - El poder de las relaciones en mi vida.

Miércoles 13 de marzo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Comité Paritario del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo. COPASST.

Jueves 21 de marzo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Primeros auxilios básicos.

Jueves 14 de marzo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

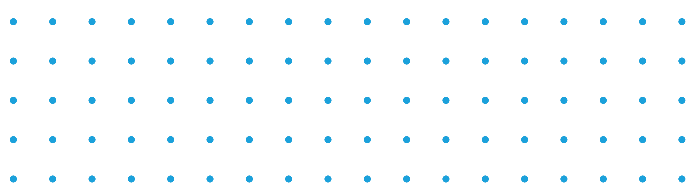
Primeros auxilios psicológicos .

Viernes 22 de marzo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Fomento de hábitos saludables en los entornos laborales.

Lunes 18 de marzo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

SGSST - Módulo No 2. Administración en la inducción, entrenamiento y capacitación en SGSST.



## | ABRIL |

Lunes 1 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Cómo las emociones impactan las finanzas?

Viernes 5 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Piensa creativo.

Miércoles 3 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 1: Legislación y bioseguridad.

Lunes 8 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

SGSST - Módulo No 3. Implementación basada en la gestión del riesgo.

Miércoles 3 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

¿Qué debo comer en pro de mi salud? Herramientas para una alimentación saludable.

Miércoles 10 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Identificación y evaluación de los factores de riesgo psicosocial.

Jueves 4 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Plan Prevención, Preparación y Atención ante Emergencias.

Miércoles 10 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 2: Sistema comando de incidentes y brigada de emergencia.

Jueves 4 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Preparación ante las vivencias y manejo del duelo.

Jueves 11 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Optimización del Sueño en Trabajadores por Turnos: Técnicas y Estrategias Efectivas.

Jueves 4 de abril  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Movilidad Segura: Motociclista.

Jueves 11 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

¿Cuál es el momento adecuado para alimentarnos? Adecuación de tiempos y espacios es pro de una alimentación mas saludable.



Lunes 15 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

SGSST - Módulo No 4. Gestión de contratistas en el SGSST.

Miércoles 24 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 4: Quemaduras y fracturas.

Lunes 15 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Mi cuerpo en relacion con el trabajo; Pausas y posturas.

Miércoles 24 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Dormir bien; una manera de estar en conexión con los desafíos de la cotidianidad.

Jueves 18 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Abordaje Integral de Enfermedades infecciosas Transmitidas por Vectores acorde con las rutas de atención RIAS.

Miércoles 24 de abril  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

El arte de respirar como un mecanismo que favorece el equilibrio y la regulación emocional.

Lunes 22 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

SGSST - Módulo No 5. Verificación y mejora del SGSST.

Viernes 26 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de tensiones y estrés.

Martes 23 de abril  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de problemas y conflictos.

Viernes 26 de abril  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Prevención y control del fuego.

Miércoles 24 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estrategias organizacionales para promover el equilibrio vida personal - vida laboral.

Martes 30 de abril  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Ruta Integral para la Atención en Salud (RIAS) - Enfermedades infecciosas trasmitidas por vectores (por micro y macro organismos)

Martes 30 de abril  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
5: Inmovilización y vendajes.

Martes 30 de abril  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Primeros auxilios básicos.

## | MAYO |

Jueves 2 de mayo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Plan prevencion, preparacion y  
atencion ante emergencias -  
Módulo No 1 Análisis de Amenazas  
y Vulnerabilidad: Identificación de  
amenazas y Vulnerabilidad.

Martes 7 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Promoción de la sana convivencia  
y gestión de las violencias.

Jueves 2 de mayo  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Prevención de accidentes en la  
manipulación y movilización de  
cargas - Prevención del dolor de  
espalda.

Miércoles 8 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
6: Teoría del fuego y manejo de  
extintores.

Viernes 3 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estar presente, una forma de  
disfrutar a plenitud el que hacer  
diario.

Miércoles 8 de mayo  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

El Valor de tus decisiones.

Viernes 3 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Practicas organizacionales para la  
adopción de hábitos saludables.

Jueves 9 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Fluir en la vida: una  
manera de comprender las  
emociones.

Lunes 6 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención del riesgo mecánico en  
maquinaria industrial y  
atrapamiento por energías  
peligrosas.

Jueves 9 de mayo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Plan prevencion, preparacion y  
atencion ante emergencias -  
Módulo No 2 Roles y  
Responsabilidades del Comité de  
gestión del riesgo, brigada y  
coordinadores de evacuación en  
general.



Viernes 10 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención del acoso y todo tipo de violencia (perspectiva de género)

Jueves 23 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Me conecto con el otro, soy empático.

Martes 14 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - La magia de comunicarnos bien.

Lunes 27 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Identificación de peligros, evaluación, valoración, clasificación y control de riesgos laborales.

Jueves 16 de mayo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Plan prevención, preparación y atención ante emergencias - Módulo No 3 Simulaciones y simulacros de emergencia.

Martes 28 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Hablemos de género y diversidad en el entorno laboral.

Viernes 17 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de riesgos laborales, notificación de incidentes, accidente y enfermedad laboral.

Miércoles 29 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Diferencias entre consumo, abuso y adicción a sustancias psicoactivas y estrategias para su prevención.

Lunes 20 de mayo  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

¿Qué actividad física quiero hacer?

Jueves 30 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Comité Paritario del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo. COPASST.

Jueves 23 de mayo  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Factores protectores y de riesgo asociados al consumo problemático.

Viernes 31 de mayo  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Herramientas para el cuidado de mi salud mental después de un accidente de trabajo.

|JUNIO|

Martes 4 de junio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Primeros auxilios básicos.

Miércoles 12 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por caídas a nivel – Módulo 1. Conceptualización, identificación y caracterización de las caídas a nivel.

Miércoles 5 de junio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Primeros auxilios psicológicos.

Jueves 13 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 2: Sistema comando de incidentes y brigada de emergencia.

Miércoles 5 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Estrategias para la prevención de accidentes por caídas a nivel .

Lunes 17 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Programa de gestión para la prevención de lesiones por sobreesfuerzos.

Jueves 6 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 1: Legislación y bioseguridad.

Martes 18 de junio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Prevención y control del fuego.

Viernes 7 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Qué es el síndrome de Burnout y como prevenirlo?

Martes 18 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Fomento de hábitos saludables en los entornos laborales.

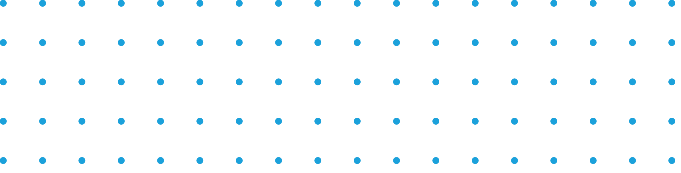
Viernes 7 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Gestión de factores psicosociales reconociendo las características demograficas de los colaboradores (genero y ciclo de vida)

Miércoles 19 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por caídas a nivel – Módulo 2. Estrategias para la prevención y control del riesgo de caídas a nivel.





Jueves 20 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Medidas para prevenir accidentes por mordeduras de serpientes, picaduras de insectos (abejas, avispas) y animales ponzoñosos (arañas)

Jueves 27 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 4: Quemaduras y fracturas.

Jueves 20 de junio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 3: Valoración primaria y manejo de heridas.

Viernes 28 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Qué debo comer en pro de mi salud? Herramientas para una alimentación saludable.

Martes 25 de junio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Medidas para la prevención de enfermedades transmitidas por vectores y animales - Zoonosis (dengue, chikungunya, zika, malaria, leishmaniasis, enfermedad de chagas, brucelosis)

## | JULIO |

Martes 2 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - El poder de las relaciones en mi vida.

Jueves 4 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 5: Inmovilización y vendajes.

Miércoles 3 de julio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

¿Cuál es el momento adecuado para alimentarnos? Adecuación de tiempos y espacios es pro de una alimentación mas saludable.

Lunes 8 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

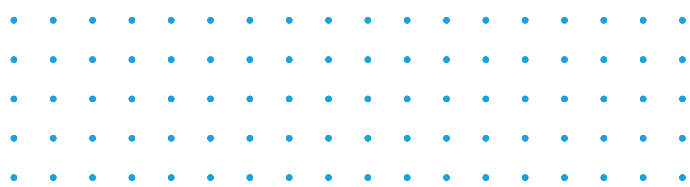
¿Cuándo la tecnología nos puede enfermar?

Jueves 4 de julio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Mi cuerpo en relacion con el trabajo; Pausas y posturas.

Miércoles 10 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Movilidad Segura: Motociclista.



Jueves 11 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Conócelte a ti mismo.

Lunes 22 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

SGSST - Módulo No 1. Planeación  
de SGSST.

Jueves 11 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
6: Teoría del fuego y manejo de  
extintores.

Martes 23 de julio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Preparación ante las vivencias y  
manejo del duelo.

Viernes 12 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Cómo las emociones impactan  
las finanzas?

Jueves 25 de julio  
10:00 a.m. a 11:00 a.m.

Cómo afrontar un incidente  
cibernético desde tu rol de  
empleado.

Lunes 15 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Dormir bien; una manera de estar  
en conexión con los desafíos de la  
cotidianidad.

Lunes 29 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

SGSST - Módulo No 2.  
Administración en la inducción,  
entrenamiento y capacitación en  
SGSST.

Miércoles 17 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de  
riesgos laborales, notificación de  
incidentes, accidente y  
enfermedad laboral.

Lunes 29 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

El arte de respirar como un  
mecanismo que favorece el  
equilibrio y la regulación  
emocional.

Jueves 18 de julio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Manejo de tensiones y  
estrés.

Martes 30 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Primeros auxilios básicos.



Miércoles 31 de julio  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estrategias organizacionales para promover el equilibrio vida personal - vida laboral.

Miércoles 31 de julio  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención y control del fuego.

Miércoles 31 de julio  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de problemas y conflictos.

| AGOSTO |

Viernes 2 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estar presente, una forma de disfrutar a plenitud el que hacer diario.

Jueves 8 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por caídas a nivel - Módulo 1. Conceptualización, identificación y caracterización de las caídas a nivel.

Lunes 5 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

SGSST - Módulo No 3. Implementación basada en la gestión del riesgo.

Jueves 8 de agosto  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Primeros auxilios psicológicos .

Martes 6 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

El Valor de tus decisiones.

Viernes 9 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Fluir en la vida: una manera de comprender las emociones.

Martes 6 de agosto  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Prevención de accidentes en la manipulación y movilización de cargas - Prevención del dolor de espalda.

Lunes 12 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

SGSST - Módulo No 4. Gestión de contratistas en el SGSST.

Lunes 12 de agosto  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Identificación de peligros,  
evaluación, valoración,  
clasificación y control de riesgos  
laborales.

Viernes 16 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención del acoso y todo tipo  
de violencia (perspectiva de  
género)

Martes 13 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Promoción de la sana convivencia  
y gestión de las violencias.

Martes 20 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Una mente abierta y  
crítica. Pensamiento crítico.

Martes 13 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Seguridad en almacenamiento y  
bodegaje.

Martes 20 de agosto  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Comité Paritario del Sistema de  
Gestión de Seguridad y Salud en el  
Trabajo. COPASST.

Miércoles 14 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
1: Legislación y bioseguridad.

Miércoles 21 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
2: Sistema comando de incidentes  
y brigada de emergencia.

Miércoles 14 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

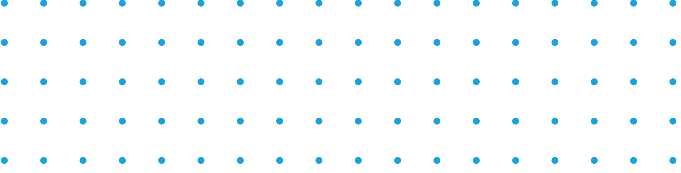
Fomento de hábitos saludables en  
los entornos laborales.

Miércoles 21 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Me conecto con el otro,  
soy empático.

Jueves 15 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por  
caídas a nivel - Módulo 2.  
Estrategias para la prevención y  
control del riesgo de caídas a  
nivel.



Lunes 26 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

SGSST – Módulo No 5. verificación y mejora del SGSST.

Jueves 29 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - La magia de comunicarnos bien.

Martes 27 de agosto  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Estrategias para la prevención de accidentes por caídas a nivel.

Jueves 29 de agosto  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Primeros auxilios básicos.

Miércoles 28 de agosto  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 3: Valoración primaria y manejo de heridas.

Viernes 30 de agosto  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

¿Qué actividad física quiero hacer?

## | SEPTIEMBRE |

Martes 3 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Ruta Integral para la Atención en Salud (RIAS) – Enfermedades infecciosas transmitidas por vectores (por micro y macro organismos)

Lunes 9 de septiembre  
2:00 p.m. a 4:00 p.m.

¿Qué es el síndrome de Burnout y como prevenirlo?

Miércoles 4 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 4: Quemaduras y fracturas.

Martes 10 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

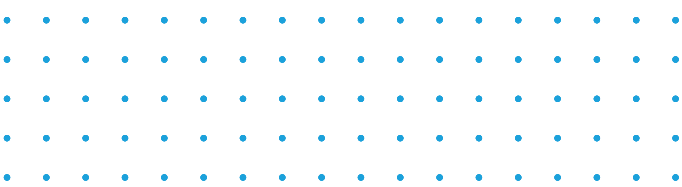
¿Qué hacer desde el entorno laboral ante situaciones de muerte por suicidio?

Jueves 5 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Optimización del Sueño en Trabajadores por Turnos: Técnicas y Estrategias Efectivas.

Miércoles 11 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 5: Inmovilización y vendajes.



Viernes 13 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Gestión Tareas de Alto Riesgo -  
Módulo 3. Gestión y control del  
riesgo.

Martes 24 de septiembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de  
riesgos laborales, notificación de  
incidentes, accidente y  
enfermedad laboral.

Martes 17 de septiembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Piensa creativo.

Miércoles 25 de septiembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención y control del fuego.

Miércoles 18 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
6: Teoría del fuego y manejo de  
extintores.

Jueves 26 de septiembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Primeros auxilios básicos.

Jueves 19 de septiembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Factores protectores y de riesgo  
asociados al consumo  
problemático.

Viernes 27 de septiembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Herramientas para el cuidado de  
mi salud mental después de un  
accidente de trabajo.

|OCTUBRE|

Martes 1 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Plan prevencion, preparacion y  
atencion ante emergencias -  
Módulo No 3 Simulaciones y  
simulacros de emergencia.

Miércoles 2 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Identificación y evaluación de los  
factores de riesgo psicosocial.

Miércoles 2 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención de accidentes en  
medios alternativos (patinetas,  
bicis)

Miércoles 2 de octubre  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Gestión de factores psicosociales  
reconociendo las características  
demograficas de los  
colaboradores (genero y ciclo de  
vida)



Viernes 4 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Hablemos de género y diversidad en el entorno laboral.

Jueves 10 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Promoción, prevención e intervención de factores psicosociales.

Lunes 7 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Dormir bien; una manera de estar en conexión con los desafíos de la cotidianidad.

Viernes 11 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de tensiones y estrés.

Lunes 7 de octubre  
2:00 p.m. a 4:00 p.m.

Diferencias entre consumo, abuso y adicción a sustancias psicoactivas y estrategias para su prevención.

Miércoles 16 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

¿Cuál es el momento adecuado para alimentarnos? Adecuación de tiempos y espacios es pro de una alimentación mas saludable.

Martes 8 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

¿Qué debo comer en pro de mi salud? Herramientas para una alimentación saludable.

Jueves 17 de octubre  
9:00 a.m. a 10:00 a.m.

La seguridad un compromiso de todos: Desde tu rol de empleado, ¿cómo contribuyes en la seguridad de la información de tu compañía?

Miércoles 9 de octubre  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Plan Prevención, Preparación y Atención ante Emergencias.

Jueves 17 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Capital Psicológico: ¿qué es y cómo fomentarlo en los entornos laborales?

Jueves 10 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Preparación ante las vivencias y manejo del duelo.

Jueves 17 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 1: Legislación y bioseguridad.

Viernes 18 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Primeros auxilios psicológicos.

Viernes 25 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estar presente, una forma de disfrutar a plenitud el que hacer diario.

Viernes 18 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Practicas organizacionales para la adopción de hábitos saludables.

Viernes 25 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Cómo las emociones impactan las finanzas?

Lunes 21 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

¿Cuándo la tecnología nos puede enfermar?

Lunes 28 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Comité Paritario del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo. COPASST.

Miércoles 23 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Seguridad en almacenamiento y bodegaje.

Miércoles 30 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Mi cuerpo en relacion con el trabajo; Pausas y posturas.

Jueves 24 de octubre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estrategias organizacionales para promover el equilibrio vida personal- vida laboral .

Miércoles 30 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de problemas y conflictos.

Jueves 24 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 2: Sistema comando de incidentes y brigada de emergencia.

Jueves 31 de octubre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 3: Valoración primaria y manejo de heridas.

# |NOVIEMBRE|

Viernes 1 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Primeros auxilios básicos.

Martes 12 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por caídas a nivel - Módulo 1. Conceptualización, identificación y caracterización de las caídas a nivel.

Viernes 1 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Prevención del acoso y todo tipo de violencia (perspectiva de género)

Martes 12 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Inducción al sistema general de riesgos laborales, notificación de incidentes, accidente y enfermedad laboral.

Martes 5 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Conócete a ti mismo.

Martes 12 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Manos Seguras en el Trabajo: Estrategias Empresariales para la Prevención de Accidentes y el Manejo de Herramientas Manuales.

Miércoles 6 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Prevención y control del fuego.

Miércoles 13 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

El Valor de tus decisiones.

Jueves 7 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No 4: Quemaduras y fracturas.

Miércoles 13 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Medidas para prevenir accidentes por mordeduras de serpientes, picaduras de insectos (abejas, avispas) y animales ponzoñosos (arañas)

Miércoles 8 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Fomento de hábitos saludables en los entornos laborales.

Jueves 14 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Estrategias para la prevención de accidentes por caídas a nivel.

Jueves 14 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
5: Inmovilización y vendajes.

Viernes 22 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Me conecto con el otro,  
soy empático.

Viernes 15 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - Fluir en la vida: una  
manera de comprender las  
emociones.

Viernes 22 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

¿Qué actividad física quiero hacer?

Lunes 18 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Movilidad Segura: Peatones,  
pasajeros de transporte público y  
acompañantes de vehículo.

Lunes 25 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Programa de gestión para la  
prevención de lesiones por  
sobresfuerzos.

Martes 19 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Gestión del Agente de Riesgo por  
caídas a nivel - Módulo 2.  
Estrategias para la prevención y  
control del riesgo de caídas a  
nivel.

Martes 26 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - El poder de las  
relaciones en mi vida.

Miércoles 20 de noviembre  
8:00 a.m. a 9:45 a.m.

Promoción de la sana convivencia  
y gestión de las violencias.

Miércoles 27 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

Medidas para la prevención de  
enfermedades transmitidas por  
vectores y animales - Zoonosis  
(dengue, chikungunya, zika,  
malaria, leishmaniasis,  
enfermedad de chagas,  
brucelosis)

Jueves 21 de octubre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

Brigada de Emergencia Módulo No  
6: Teoría del fuego y manejo de  
extintores.

Viernes 29 de noviembre  
10:00 a.m. a 11:45 a.m.

ESTRATEGIA HABILIDADES PARA  
LA VIDA - La magia de  
comunicarnos bien.

Jueves 21 de noviembre  
4:00 p.m. a 5:45 p.m.

Identificación de peligros,  
evaluación, valoración,  
clasificación y control de riesgos  
laborales.

Viernes 29 de noviembre  
2:00 p.m. a 3:45 p.m.

El arte de respirar como un  
mecanismo que favorece el  
equilibrio y la regulación  
emocional.



Línea de atención: 01 8000 511 414

[Te asesoramos](#)



/arlsura

[arlsura.com](http://arlsura.com)

