

## PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN A LOS EVENTOS DEL MES DE NOVIEMBRE

### WEBINAR SALUD



#### ERGONOMÍA EN EL TRABAJO A DISTANCIA

Ergonomía en el trabajo en casa. Organizar el espacio de trabajo. Ajustar mesa y silla. Correcto uso de los dispositivos. Postura.

8 de noviembre [Inscríbete](#)

#### HABILIDADES COMUNICACIONALES Y GESTIÓN DE CONFLICTOS

Emociones y comunicación. Comunicación verbal y no verbal. Conflicto. Barreras de comunicación.

15 de noviembre [Inscríbete](#)



#### ADAPTACIÓN AL CAMBIO: AFRONTAMIENTO ANTE LA ADVERSIDAD

La vida como proceso de cambio. Estrategia. Aceptación.

22 de noviembre [Inscríbete](#)

#### SUEÑO Y DESCANSO

Importancia del sueño. Cantidad y calidad. Horarios y ritmos circadianos. Buenos hábitos.

29 de noviembre [Inscríbete](#)



### WEBINAR PREVENCIÓN

#### SÍLICE CRISTALINA RESPIRABLE. ACTUALIZACIÓN DE CRITERIOS.

Normativa de aplicación. Puestos de trabajo afectados. Criterios y medidas de prevención.

16 de noviembre [Inscríbete](#)



#### USO DE LAS BATERÍAS IÓN-LITIO. ¿CÓMO DEBO ACTUAR?

Estadísticas. Riesgo de incendio. Gestión del riesgo (CTE Y RSCIEI). Gestión desde el punto de vista preventivo.

23 de noviembre [Inscríbete](#)

#### LIDERAZGO SOSTENIBLE PARA LA UNIVERSIDAD SEGURA Y SALUDABLE.

Conceptos básicos. Fortalezas de trabajar de la persona. Valores institucionales. Herramientas.

28 de noviembre [Inscríbete](#)



#### AULA VIRTUAL DE PREVENCIÓN FREMAP

PUEDES ACCEDER A TODA LA PROGRAMACIÓN EN NUESTRO CANAL

**CANAL DE PREVENCIÓN**

### E-LEARNING



#### MANEJO DE AGENTES QUÍMICOS. PAUTAS BÁSICAS.

Vías de entrada. Peligro de los productos. Identificación de los peligros y buenas prácticas.

6 de noviembre [Inscríbete](#)

#### PREVENCIÓN DE TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS.

Cómo sentarse. Dispositivos portátiles. Ejercicios de estiramiento. Atención plena y sedentarismo.

13 de noviembre [Inscríbete](#)



#### COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES.

Concepto. Obligaciones de las empresas. Medios de coordinación. Participación y responsabilidades.

20 de noviembre [Inscríbete](#)

#### CONDUCCIÓN EMOCIONAL. CONSCIENCIA PLENA.

Conceptos. Emociones y conducción. Consciencia plena para la conducción.

27 de noviembre [Inscríbete](#)



Consulta toda la programación en nuestra agenda semestral

NOVIEMBRE						
L	M	J	V	S	D	
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## PROGRAMACIÓN DICIEMBRE INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN A LOS EVENTOS DEL MES DE DICIEMBRE

### WEBINAR SALUD



#### SALUD CARDIOVASCULAR

Enfermedades. Impacto y afectación. Principales factores de riesgo. Prevención de enfermedades cardiovasculares.

13 de diciembre

[Inscríbete](#)

#### BIENESTAR PSICOEMOCIONAL

Estrés: afectación y afrontamiento. Conocer, reconocer, gestionar las emociones. Pensamientos distorsionados y actitud positiva.

20 de diciembre

[Inscríbete](#)



### WEBINAR PREVENCIÓN

#### RADÓN EN EL ÁMBITO LABORAL.

Origen y lugares donde encontrarlo. Peligros para la salud. Legislación aplicable. Evaluación y soluciones.

14 de diciembre

[Inscríbete](#)



### E-LEARNING



#### MANEJO DE AGENTES QUÍMICOS. PAUTAS BÁSICAS.

Vías de entrada. Peligro de los productos. Identificación de los peligros y buenas prácticas.

4 de diciembre

[Inscríbete](#)

AULA VIRTUAL  
DE PREVENCIÓN FREMAP

PUEDES ACCEDER A TODA LA  
PROGRAMACIÓN EN NUESTRO CANAL

[CANAL DE PREVENCIÓN](#)

Consulta toda la  
programación en nuestra  
agenda semestral

DICIEMBRE						
L	M	M	J	V	S	D
						1
						2
						3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31