

PROGRAMACIÓN OCTUBRE

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN A LOS EVENTOS DEL MES DE OCTUBRE

WEBINAR SALUD



MINDFULNESS PARA LA REDUCCIÓN DEL ESTRÉS EN EL TRABAJO

Beneficios en la práctica del Mindfulness. Prácticas formales e informales. La respiración.

2 de octubre

[Inscríbete](#)

ERGONOMÍA EN EL TRABAJO A DISTANCIA

Ergonomía en el trabajo en casa. Ajustando la mesa y la silla. Uso correcto de los dispositivos. Bienestar psicológico y emocional



16 de octubre

[Inscríbete](#)



GESTIÓN DEL MIEDO E INCERTIDUMBRE

Definición de miedo. Emociones y utilidad. Aprender a conocer. Importancia de estilos de afrontamiento. La actitud.

30 de octubre

[Inscríbete](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

PUEDES ACCEDER A TODA LA PROGRAMACIÓN EN NUESTRO CANAL

WEBINAR PREVENCIÓN

RESPONSABILIDADES Y REQUISITOS ESENCIALES PARA LA COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES EN CONSTRUCCIÓN

09 de octubre
EMPRESAS

[Inscríbete](#)



10 de octubre
T. AUTÓNOMOS

[Inscríbete](#)



GESTIÓN DE LOS RIESGOS DERIVADOS DEL AMIANTO: NOVEDADES DE LA DIRECTIVA (UE) 2023/2668

Efectos del amianto. Normativa de aplicación. Localización y diagnóstico. Plan de gestión.

10 de octubre

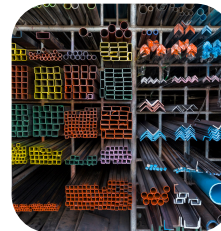
[Inscríbete](#)

TENGO ESTANTERÍAS METÁLICAS ¿QUÉ ASPECTOS DEBO TENER EN CUENTA PARA REALIZAR UN ALMACENAMIENTO SEGURO?

Requisitos. Documentación. Consideraciones. Seguridad.

17 de octubre

[Inscríbete](#)



¿QUÉ TENGO QUE CONSIDERAR PARA PREVENIR LESIONES DE ESPALDA DEBIDO AL MANEJO MANUAL DE CARGAS?

Conceptos. Lesiones dorsolumbares. Factores de riesgo. Análisis y evaluación.

24 de octubre

[Inscríbete](#)

OBLIGACIONES DE COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES POR LA CONTRATACIÓN DE SERVICIOS

22 de octubre
EMPRESAS

[Inscríbete](#)

23 de octubre
T. AUTÓNOMOS

[Inscríbete](#)



E-LEARNING



COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES.

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

7 de octubre

[Inscríbete](#)

USO PROFESIONAL DE LA VOZ: ASPECTOS BÁSICOS A CONOCER

Respiración. Fonación, Resonancia. Práctica de registros vocales. Grabación. Recomendaciones.

14 de octubre

[Inscríbete](#)



"Uso profesional de la voz. Aspectos a considerar".

CONDUCCIÓN EMOCIONAL. CONSCIENCIA PLENA.

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

21 de octubre

[Inscríbete](#)



Conducción emocional

Consciencia plena para una conducción segura



MANEJO DE AGENTES QUÍMICOS. PAUTAS BÁSICAS.

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

28 de octubre

[Inscríbete](#)



TRABAJOS A LA INTEMPERIE. ASPECTOS BÁSICOS A CONOCER FRENTE AL CALOR.

Estrés por calor. Posibles daños. Primeros auxilios. Factores de mayor vulnerabilidad. Medidas.

[Próximas convocatorias](#)

PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN A LOS
EVENTOS DEL MES DE NOVIEMBRE

WEBINAR SALUD

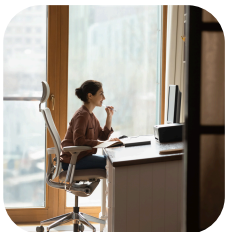


SUEÑO Y DESCANSO

Importancia del sueño. Horarios y ritmos cardiacos. Buenos hábitos para mejorar el sueño.

13 de noviembre

[Inscríbete](#)



CUIDADO POSTURAL: ERGONOMÍA EN CASA Y EN EL TRABAJO

Higiene postural en las actividades de la vida diaria. Importancia del estiramiento. Pautas de desarrollo.

20 de noviembre

[Inscríbete](#)

[PUEDES ACCEDER A TODA LA PROGRAMACIÓN EN NUESTRO CANAL](#)

WEBINAR PREVENCIÓN



CÓMO GESTIONAR LOS RIESGOS DE LOS PRODUCTOS QUÍMICOS DE LIMPIEZA

Daños para la salud. Obligaciones de la empresa. Aspectos a tener en cuenta en el etiquetado. Buenas prácticas.

07 de noviembre

[Inscríbete](#)

SENSIBILIZACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DEL ACOSO PSICOLÓGICO, SEXUAL Y POR RAZÓN DE SEXO EN EL ENTORNO LABORAL

PRL y violencia en el trabajo. Acoso sexual. Efectos.

14 de noviembre

[Inscríbete](#)



¿QUÉ DEBO CONOCER ANTES DE ADQUIRIR UNA MÁQUINA?

Obligaciones del empresario. Requisitos legales de comercialización y puesta en servicio. Documentación exigible. Comprobaciones.

21 de noviembre

[Inscríbete](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

E-LEARNING

PREVENCIÓN DE TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS.

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

04 de noviembre

[Inscríbete](#)



COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES.

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

11 de noviembre

[Inscríbete](#)

USO PROFESIONAL DE LA VOZ: ASPECTOS BÁSICOS A CONOCER

Respiración. Fonación, Resonancia. Práctica de registros vocales. Grabación. Recomendaciones.

18 de noviembre

[Inscríbete](#)



CONDUCCIÓN EMOCIONAL. CONSCIENCIA PLENA.

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

25 de noviembre

[Inscríbete](#)

