



WEBINAR TuSalud



FREMAP, en su firme compromiso con la salud, desarrolla jornadas de formación online para empresas y trabajadores dirigidas a promover la mejora de la salud, concienciando y facilitando criterios y herramientas para su puesta en práctica. A través de diferentes sesiones online, podrás contar con la experiencia y ayuda de nuestros mejores profesionales, configurando así tu propio itinerario de salud.



Cuida tu
mente



Cuida tu
cuerpo



Cuida tu
corazón

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Concienciados con la importancia de la especialización técnica y de favorecer el más alto nivel en cada una de las especialidades, ponemos a tu servicio diferentes contenidos y sesiones online en las que, de la mano de nuestros especialistas, podrás encontrar las últimas actualizaciones y novedades legislativas, así como su aplicación práctica. ¡No te lo pierdas!



Normativa
y Gestión



Seguridad



Ergonomía



Higiene
industrial



E-LEARNING



Los e-learning realizados por FREMAP, son actividades de divulgación encuadradas en el Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social presentado por FREMAP. Están dirigidos a nuestras empresas asociadas y a su personal dependiente, así como a los trabajadores autónomos adheridos. La inscripción no conlleva coste y debe realizarse cumplimentando el boletín de inscripción que figura en cada convocatoria.

Más información sobre todos los e-learning disponibles

WEBINAR TuSalud

Cuida tu **mente**



Habilidades comunicacionales y gestión de conflictos

08 de octubre 10:00h

Raquel Salvador
Beatriz Gil

[Información e inscripción](#)



Mindfulness para la reducción del estrés en el trabajo

5 de noviembre 10:00h

David Piélagos
Raquel Salvador

[Información e inscripción](#)



Bienestar Psicoemocional

19 de noviembre 10:00h

Raquel Salvador
Priscila Rodríguez

[Información e inscripción](#)



Gestión del miedo e incertidumbre

3 de diciembre 10:00h

Raquel Salvador
Marta García Varela

[Información e inscripción](#)



Estrategias frente al malestar emocional

10 de diciembre 10:00h

David Piélagos

[Información e inscripción](#)

WEBINAR TuSalud

Cuida tu **cuerpo**



Ergonomía en el trabajo a distancia

10 de septiembre 10:00h

Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)



Escuela de Espalda

15 de diciembre 10:00h

Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)

[CONSULTA TODA LA PROGRAMACIÓN EN
NUESTRA AGENDA SEMESTRAL](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

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

WEBINAR TuSalud



Cuida tu **corazón**



Deshabituación tabáquica

⌚ 24 de septiembre ⏰ 10:00h

Elisa Moreno
Isabel Cobo Garoz

[Información e inscripción](#)



Actividad física y salud

⌚ 22 de octubre ⏰ 10:00h

Marcos Ríos Molleja
Gonzalo Correa

[Información e inscripción](#)



Salud cardiovascular

⌚ 12 de noviembre ⏰ 10:00h

Gonzalo Correa
Nathalie Lasa

[Información e inscripción](#)



Alimentación y nutrición

⌚ 26 de noviembre ⏰ 10:00h

Nathalie Lasa

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Normativa y gestión de la Prevención



Análisis del accidentes de trabajo. Método 5 porqués

⌚ 20 de noviembre ⏰ 10:00h  Luis Gómez
Tomás Díaz

[Información e inscripción](#)



Buenas prácticas preventivas respecto a la gestión de la responsabilidad empresarial

⌚ 27 de noviembre ⏰ 10:00h  Tania Torremocha

[Información e inscripción](#)

[CONSULTA TODA LA PROGRAMACIÓN EN
NUESTRA AGENDA SEMESTRAL](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

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

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Seguridad



¿Qué debo tener en cuenta para seleccionar y utilizar un determinado tipo de eslinga?

 18 de septiembre

 10:00h

 Francisco Díaz
Rut Maeso

[Información e inscripción](#)



Consignación de máquinas

 2 de octubre

 10:00h

 Christie Cacho
Jesús Martínez

[Información e inscripción](#)



Inspección, mantenimiento y reparación de instalaciones y equipos ATEX. ITC-BT 029

 13 de noviembre

 10:00h

 Juan Cano

[Información e inscripción](#)

[CONSULTA TODA LA PROGRAMACIÓN EN
NUESTRA AGENDA SEMESTRAL](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

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

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales



Posturas forzadas y movimientos repetitivos como factores de riesgos de enfermedad profesional

30 de octubre 10:00h José Ramón Castillo
Sergio Martín Villa

[Información e inscripción](#)

[CONSULTA TODA LA PROGRAMACIÓN EN
NUESTRA AGENDA SEMESTRAL](#)

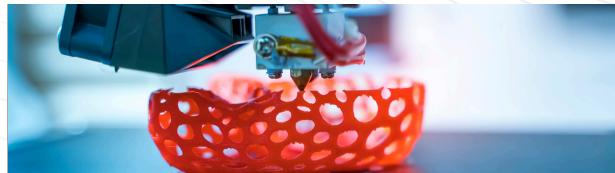
AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

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

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Higiene Industrial



Medidas de control del riesgo químico en procesos de impresión 3D (fabricación aditiva)

16 de octubre 10:00h

Javier Ruiz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)



Radón en el ámbito laboral

11 de diciembre

10:00h

Javier Ruiz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)

CONSULTA TODA LA PROGRAMACIÓN EN
[NUESTRA AGENDA SEMESTRAL](#)

AULA VIRTUAL
DE PREVENCIÓN FREMAP

CANAL DE PREVENCIÓN

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

E-LEARNING





Prevención de trastornos musculoesqueléticos en los trabajos con pantallas de visualización

[Próximas convocatorias](#)



Coordinación de Actividades Empresariales: Aspectos básicos que debes conocer

[Próximas convocatorias](#)



Conducción emocional: conciencia plena para una conducción segura

[Conciencia plena para una conducción segura](#)

[Próximas convocatorias](#)



Pautas básicas para el manejo seguro de agentes químicos

[Próximas convocatorias](#)



Uso profesional de la voz. Aspectos básicos a considerar

[Próximas convocatorias](#)



Trabajos a la intemperie. Aspectos básicos a conocer frente al calor

[Frente al calor, ¡protegete!](#)

[Próximas convocatorias](#)



Conceptos básicos sobre equipos de protección individual

[Próximas convocatorias](#)



Gestión emocional para promover el cuidado de la salud mental

[Próximas convocatorias](#)



Sílice-Criterios de protección en trabajos con exposición a sílice. Aspectos básicos que debes conocer

[Próximas convocatorias](#)