



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

📅 16 de septiembre ⌚ 10:00h 👤 Raquel Salvador Beatriz Gil

[Información e inscripción](#)



Gestión del miedo e incertidumbre

📅 30 de septiembre ⌚ 10:00h 👤 Raquel Salvador Marta García Varela

[Información e inscripción](#)



Mindfulness para la reducción del estrés en el trabajo

📅 11 de noviembre ⌚ 10:00h 👤 David Piélago Raquel Salvador

[Información e inscripción](#)



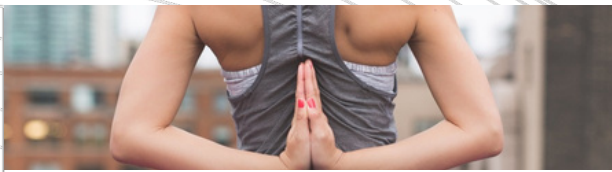
Estrategias frente al malestar emocional

📅 18 de noviembre ⌚ 10:00h 👤 David Piélago




[Información e inscripción](#)

WEBINAR TuSalud

Cuida tu **cuerpo**






Escuela de Espalda

 23 de septiembre  10:00h  Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)



Cuidado postural: Ergonomía en casa y en el trabajo

 28 de octubre  10:00h  Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)

WEBINAR TuSalud



Cuida tu **corazón**



Salud cardiovascular

14 de octubre 10:00h Gonzalo Correa
Nathalie Lasa

[Información e inscripción](#)



Deshabitación tabáquica

25 de noviembre 10:00h Elisa Moreno
Isabel Cobo Garoz

[Información e inscripción](#)



Actividad física y salud

2 de diciembre 10:00h Marcos Ríos Molleja
Gonzalo Correa

[Información e inscripción](#)



Alimentación y nutrición

16 de diciembre 10:00h Pepa Aranda
Nathalie Lasa




[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Seguridad



¿Qué aspectos tengo que considerar para apilar correctamente productos y materiales?

 15 de septiembre  10:00h  Paco Díaz Cerrato
Rut Maeso

[Información e inscripción](#)



¿Qué novedades introduce el nuevo Reglamento (UE) 2023/1230 relativo a las máquinas?

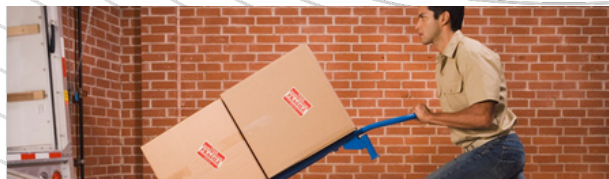
 3 de noviembre  10:00h  Christie Cacho
Jesús Martínez

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales



Ergonomía



Ergonomía y edad

📅 29 de septiembre ⌚ 10:00h 👤 José Ramón Castillo
Nuria Rodríguez

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Higiene Industrial



Del pictograma a la FDS: cómo interpretar la información para prevenir riesgos

📅 13 de octubre ⌚ 10:00h 👤 Javier Ruíz
Javier Martínez Barahona

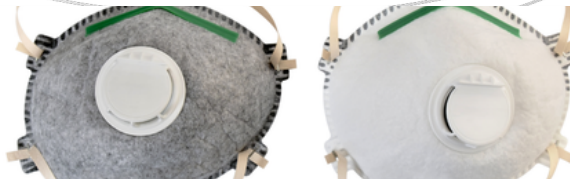
[Información e inscripción](#)



Gestión de los riesgos derivados del Amianto. Novedades legislativas

📅 17 de noviembre ⌚ 10:00h 👤 Javier Ruíz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)



Buenas prácticas y conclusiones del segundo estudio I+d+i sobre la selección, uso y eficacia de las mascarillas autofiltantes

📅 1 de diciembre ⌚ 10:00h 👤 Javier Ruíz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales



Psicosociales



Claves para la reducción de los riesgos psicosociales en el teletrabajo (orientado a responsables de equipos)

6 de octubre 10:00h Ana Arcega

[Información e inscripción](#)



Técnicas cualitativas

20 de octubre 10:00h David Piélagos

[Información e inscripción](#)



¿Sabes como prevenir las situaciones de acoso en tu empresa?"

15 de diciembre 10:00h David Piélagos

[Información e inscripción](#)

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

Próximas convocatorias



Pautas básicas para el manejo seguro de agentes químicos

Próximas convocatorias



Uso profesional de la voz. Aspectos básicos a considerar

Próximas convocatorias



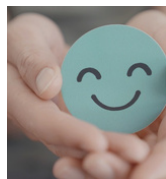
Trabajos a la intemperie. Aspectos básicos a conocer frente al calor

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