

Gestión de Factores Psicosociales y el Cuidado de la **Salud Mental**

Noviembre 2025



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

Fecha: sábado, 1 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Estrategia habilidades para la vida - La magia de comunicarnos bien.

Fecha: martes, 4 de noviembre	Hora: 8:00 a 9:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Promoción de la sana convivencia y gestión de las **violencias en el entorno laboral.**

Fecha: miércoles, 5 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a comité de Convivencia y líderes.	Ingresar aquí

.....

Estrategia habilidades para la vida - Me conecto con el otro, soy empático.

Fecha: jueves, 6 de noviembre	Hora: 8:00 a 9:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

Ocho estrategias para favorecer el **bienestar personal y laboral.**

Fecha: jueves, 6 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a todo público.	Ingresar aquí

.....

Habilidades digitales para el trabajo: una estrategia para la reducción de la carga y el estrés laboral.

Fecha: viernes, 7 de noviembre	Hora: 8:00 a 9:30 a.m.
Dirigido a todo público.	Ingresar aquí

.....

Estrategia habilidades para la vida - **Conócese a ti mismo.**

Fecha: lunes, 10 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Primeros auxilios psicológicos para el abordaje de crisis en el trabajo.

Fecha: martes, 11 de noviembre	Hora: 8:00 a 9:30 a.m.
Dirigido a líderes y grupos de apoyo.	Ingresar aquí

Reincorporación de trabajadores con trastornos mentales: **Formación para talento humano.**

Fecha: martes, 11 de noviembre	Hora: 4:00 a 6:00 p.m.
Dirigido a Directivos, directores de gestión humana y coordinadores de seguridad y salud en el trabajo.	Ingresar aquí

.....

¿Cómo las emociones impactan las finanzas?

Fecha: miércoles, 12 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Gestión de la carga cognitiva en el entorno laboral: una mirada desde la organización.

Fecha: viernes, 14 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a directivos, directores de Gestión Humana y coordinadores de SST.	Ingresar aquí

.....

Gestión del sueño en la movilidad: una manera de prevenir la accidentalidad.

Fecha: martes, 18 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a Coordinadores de SST / Gestión Humana, mandos medios, coordinadores de ruta o supervisores que tengan responsabilidad en la administración del sistema de transporte de las empresas y/o conductores.	Ingresar aquí

Diagnóstico de riesgo psicosocial: **herramientas para la identificación en Colombia.**

Fecha: miércoles, 19 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a directivos, directores de Gestión Humana y coordinadores de SST.	Ingresar aquí

.....

Estrategia habilidades para la vida - Manejo de tensiones y estrés.

Fecha: miércoles, 19 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

El rol del líder en la promoción de la salud mental.

Fecha: viernes, 21 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a responsables de SST, Talento Humano y líderes con personal a cargo.	Ingresar aquí

.....

Estrategia habilidades para la vida - Fluir en la vida: una manera de comprender las emociones.

Fecha: sábado, 22 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

Estrategia habilidades para la vida - El poder de las relaciones en mi vida.

Fecha: lunes, 24 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Ley 2365 de 2024: Acoso Sexual Laboral.

Fecha: lunes, 24 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a SST y áreas responsables.	Ingresar aquí

.....

Programa de prevención de las adicciones en el entorno laboral.

Fecha: martes, 25 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a Directivos, directores de Gestión Humana y coordinadores de SST.	Ingresar aquí

.....

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

Fecha: miércoles, 26 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

Prácticas movilizadoras organizacionales.

Fecha: jueves, 27 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a equipos de talento humano, SST y COPASST.	Ingresar aquí

.....

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

Fecha: jueves, 27 de noviembre	Hora: 4:00 a 5:30 p.m.
Dirigido a directivos, directores de Gestión Humana y coordinadores de SST.	Ingresar aquí

.....

El valor de tus decisiones.

Fecha: viernes, 28 de noviembre	Hora: 8:00 a 9:30 a.m.
Dirigido a colaboradores en general.	Ingresar aquí

.....

Prevención de las violencias tipo II en el trabajo. Roles de atención al usuario.

Fecha: viernes, 28 de noviembre	Hora: 2:00 a 3:30 p.m.
Dirigido a SST y áreas responsables.	Ingresar aquí

Promoción, prevención e intervención de factores psicosociales.

Fecha: sábado, 29 de noviembre	Hora: 10:00 a 11:30 a.m.
Dirigido a directivos, directores de Gestión Humana y coordinadores de SST.	Ingresa aquí

