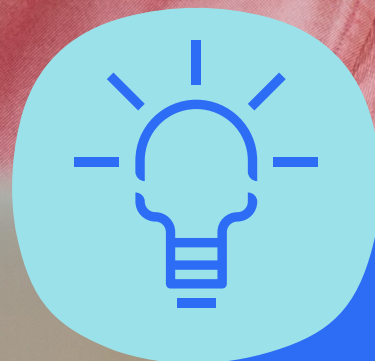


ARL

sura 



Jornada virtual
demostración
práctica



Cuerpo en Movimiento: Prevención del Riesgo Biomecánico

Objetivo

Aplicar prácticas ergonómicas para reconocer y controlar riesgos biomecánicos asociados a posturas, movimientos repetitivos y esfuerzos físicos, fortaleciendo el autocuidado y el desempeño laboral mediante actividades prácticas y vivenciales.

Dirigido a

Trabajadores en general, Coordinadores, jefes de seguridad y salud en el trabajo, personal con responsabilidades en promoción y prevención para este agente de riesgo.

6 de abril
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

29 de abril
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

13 de mayo
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

2 de junio
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

5 de agosto
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de septiembre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

22 de septiembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de octubre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

18 de noviembre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de diciembre
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)



Manos Seguras: Uso Correcto de Herramientas Manuales

Objetivo

Aplicar técnicas seguras para el uso de herramientas manuales, identificando riesgos, corrigiendo prácticas inadecuadas y desarrollando habilidades prácticas mediante ejercicios vivenciales que fortalecen el desempeño y la prevención de lesiones.

Dirigido a

Trabajadores expuestos a riesgo mecánico, personal que maneje herramientas manuales, SST, Coordinadores, jefes de seguridad y salud en el trabajo, personal con responsabilidades en promoción y prevención para este agente de riesgo.

9 de abril
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

30 de abril
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

12 de mayo
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

20 de mayo
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

5 de junio
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

18 de junio
9:00 a 10:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

17 de julio
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de agosto
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

20 de agosto
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

4 de septiembre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de septiembre
10:30 a 11:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

5 de octubre
10:30 a 11:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

28 de octubre
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de noviembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de diciembre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)



Mecánica Segura: Control de Riesgos en Equipos y Máquinas

Objetivo

Identificar y controlar riesgos mecánicos en equipos y máquinas, reconociendo fallas comunes y aplicando procedimientos seguros que reduzcan incidentes y mejoren la operación en el entorno laboral.

Dirigido a

Directivos, directores de gestión humana, coordinadores de seguridad y salud en el trabajo, líderes de todas las áreas y comités paritarios.

9 de abril
10:30 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

27 de abril
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

14 de mayo
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

1 de junio
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de junio
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de julio
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

21 de agosto
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

15 de septiembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

5 de octubre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

22 de octubre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

11 de noviembre
7:30 a 11:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)



Movilidad Segura: Prevención de Incidentes en Desplazamientos

Objetivo

Identificar riesgos en la movilidad laboral y tomar decisiones viales seguras mediante el uso de herramientas didácticas que simulan rutas, comportamientos y situaciones de tránsito.

Dirigido a

Trabajadores en general, Coordinadores, jefes de seguridad y salud en el trabajo, personal con responsabilidades en promoción y prevención para este agente de riesgo.

15 de abril
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

4 de mayo
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

22 de mayo
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

3 de junio
9:00 a 10:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

24 de junio
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

3 de agosto
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

20 de agosto
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

1 de septiembre
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

14 de septiembre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

13 de octubre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

26 de octubre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

26 de noviembre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

10 de diciembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)



Paso Seguro: Prevención de Caídas en el Entorno Laboral

Objetivo

Identificar y controlar los factores que generan caídas en el entorno laboral, aplicando prácticas seguras, técnicas de prevención y acciones inmediatas para reducir incidentes y mejorar la movilidad segura.

Dirigido a

Todo público.

10 de abril
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

7 de mayo
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de junio
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

13 de julio
2:00 a 3:30 p.m.

[Conéctate aquí](#)

11 de agosto
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

9 de septiembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)

26 de octubre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

25 de noviembre
3:30 a 5:00 p.m.

[Conéctate aquí](#)



Prevención de riesgos en espacios confinados: Seguridad en Ambientes de Riesgo

Objetivo

Aplicar procedimientos seguros para la identificación, evaluación y control de riesgos en espacios confinados, fortaleciendo el uso adecuado de protocolos, equipos de emergencia y prácticas seguras a través de experiencias vivenciales que mejoren el desempeño y la cultura preventiva.

Dirigido a

Trabajadores en general, Coordinadores, jefes de seguridad y salud en el trabajo, personal con responsabilidades en promoción y prevención para este agente de riesgo.

17 de abril
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

27 de mayo
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

18 de junio
7:30 a 9:00 a.m.

[Conéctate aquí](#)

23 de septiembre
10:00 a 11:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

25 de noviembre
8:00 a 9:30 a.m.

[Conéctate aquí](#)

