



Formaciones en
alianza con la
**Universidad de
Protección**



FEBRERO

3

¿Qué es el **Síndrome de Burnout** y cómo prevenirlo?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

6

¿Qué debo comer en pro de mi salud? **Herramientas para una alimentación saludable.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

13

Planeación **tributaria.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

¿Qué es y cómo se desarrolla la **cultura organizacional**?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

MARZO

6

Finanzas personales: Enciende tu genio financiero.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

7

¿Cuándo la **tecnología** nos puede enfermar?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

¿Cuál es el momento adecuado para alimentarnos? Adecuación de tiempos y espacios es pro de una alimentación más saludable.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

13

Enemigos del aprendizaje.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

17

¿Cómo las **emociones** impactan las finanzas?

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

De la idea a la acción: Una guía práctica para **innovar** en el día a día.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

Comer o nutrirse: Alimentación inteligente para el trabajo.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

27

¿Cómo impactan las **emociones** tus finanzas personales?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

ABRIL

3

Trabajo virtual, presencial o mixto: ¿Qué es mejor para las empresas y sus colaboradores?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

4

Estrategia habilidades para la vida - manejo de problemas y conflictos.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

10

Finanzas personales.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

22

Desconectarse del trabajo: **¿Por qué es tan importante?**

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

23

Desde el ser para el hacer. Reconecta contigo y con tus emociones para lograr tus sueños y metas.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

24

Una nueva mirada.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

MAYO

5

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

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

7

Situaciones de duelo: Un abordaje desde el entorno laboral.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

8

Estrategia habilidades para la vida - fluir en la vida: Una manera de comprender las emociones.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

9

Estrategia habilidades para la vida - **manejo de tensiones y estrés.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

13

De la idea a la acción: Una guía práctica para innovar en el día a día.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

15

¡Optimiza tu día! Hábitos para **lograr objetivos!**

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

16

El rastro que dejamos: ¿Cuánto saben de nosotros en la web?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

El valor de tus decisiones.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

Preparación para el **retiro.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

¿Cómo orientar a las empresas en la implementación de un **programa de apoyo al empleado?**

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

21

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

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

27

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

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

JUNIO

3

Liderando mi vida desde hoy.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

5

¿Qué actividad física quiero hacer?

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

7

10

Diagnóstico de riesgo psicosocial: Herramientas para la identificación en Colombia.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

Estrategia de contenidos en la construcción de marca digital.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

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

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

16

Estar presente: Una forma de disfrutar a plenitud el que hacer diario.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

¿Cuál es el rol de los directivos en la prevención de enfermedades **derivadas del estrés laboral?**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

24

Estrategia habilidades para la vida - **toma de decisiones.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

26

Diseña experiencias Wow: Aplicando el diseño de servicios.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

JULIO

3

Prácticas organizacionales para la adopción de hábitos saludables.

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

10

Y tú, ¿Qué quieres ser ahora que eres grande?: Reconecta con tus intereses y entrena para tu salud mental y emocional.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

10

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

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

15

De la idea a la acción: Una guía práctica para innovar en el día a día.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

17

¿Cuándo la tecnología nos puede enfermar?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

22

Finanzas personales.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

23

El rol del lider en la promoción de la **salud mental**.

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

AGOSTO

5

Mi cuerpo en relación con el trabajo: Pausa, posturas, hidratación y estilos de vida saludable.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

13

¡Es hora de hablar de mi declaración!

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

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

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

20

Estrategias de prevención del **Síndrome de Burnout** a través del Engagement.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

SEPTIEMBRE

3

Orden y aseo en acción: Un camino hacia la mejora continua.

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

10

Estrategia habilidades para la vida - **una mente abierta y crítica.**
Pensamiento crítico.

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

¿Cómo promover empleo inclusivo?

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

Bienestar **digital.**

Hora: **4:00 a 5:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

18

Administración efectiva del tiempo - metas cumplidas.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

Fomento de **hábitos saludables** en los entornos laborales.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

Inteligencia artificial (IA) en la SST: Retos, mitos y realidades.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

23

Planeación **tributaria**.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

OCTUBRE

6

Hablemos desde la perspectiva de género y diversidad en el **entorno laboral**.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

12

15

Liderando **mi vida desde hoy.**

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

15

Herramientas para el **desempeño humano.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

24

Importancia de la **promoción de la salud** para la gestión del ausentismo.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

24

Violencia y acoso laboral: Qué es, causas e intervención.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

27

Gestión de las finanzas personales: Ahorro e inversión para un futuro próspero.

Hora: **8:00 a 9:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

31

Estrategia habilidades para la vida - **piensa creativo.**

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

NOVIEMBRE

6

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

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

10

Gestión de **ergonomía en las organizaciones**.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

11

Liderando mi vida desde hoy.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

13

Impacto en el **entorno laboral** por hábitos digitales inadecuados.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

14

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

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)

19

Mindset ágil y Scrum.

Hora: **2:00 a 3:30 p.m.**

[Ingresa aquí](#)

27

Prácticas **movilizadoras** organizacionales.

Hora: **10:00 a 11:30 a.m.**

[Ingresa aquí](#)



