ARL

sura

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



Noviembre 2026

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

**Martes, 3 de noviembre**
9:00 a.m. a 10:30 a.m.

Ingresa aquí

### Herramientas para la gestión psicosocial y el cuidado de la salud mental posterior a un accidente de trabajo.

**Miércoles, 4 de noviembre**
8:00 a.m. a 9:30 a.m.

Ingresa aquí

### Movimiento Inteligente: Estrategias de Acondicionamiento Físico para la Salud Laboral.

**Jueves, 5 de noviembre**
8:00 a.m. a 9:30 a.m.

Ingresa aquí

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

**Jueves, 5 de noviembre**
3:30 p.m. a 5:00 p.m.

Ingresa aquí

### Aprendamos sobre la diversidad y la inclusión: Perspectiva de género y diversidad en el entorno laboral.

**Viernes, 6 de noviembre**
2:00 p.m. a 3:30 p.m.

Ingresa aquí

### ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de problemas y conflictos.

**Martes, 10 de noviembre**
8:00 a.m. a 9:30 a.m.

Ingresa aquí

### Técnicas y estrategias para la gestión del sueño en trabajos con turnos nocturnos y con rotaciones.

**Miércoles, 11 de noviembre**
3:30 p.m. a 5:00 p.m.

Ingresa aquí

### El valor de tus decisiones en la esfera financiera.

**Viernes, 13 de noviembre**
2:00 p.m. a 3:30 p.m.

Ingresa aquí

## Programa SOLVE de la OIT: VIH / SIDA en el lugar de trabajo.

**Martes, 17 de noviembre**
3:30 p.m. a 5:00 p.m.

Ingresa aquí

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

**Viernes, 20 de noviembre**
8:00 a.m. a 9:30 a.m.

Ingresa aquí

## Situaciones de duelo, un abordaje desde el entorno laboral.

**Lunes, 23 de noviembre**
2:00 p.m. a 3:30 p.m.

Ingresa aquí

## ESTRATEGIA HABILIDADES PARA LA VIDA - Manejo de tensiones y estrés.

**Miercoles, 25 de noviembre**
2:00 p.m. a 3:30 p.m.

Ingresa aquí

## ¿Cómo las emociones impactan las finanzas?

**Lunes, 30 de noviembre**
10:00 a.m. a 11:30 a.m.

Ingresa aquí



