

23 al 27 de Agosto de 2021

Lunes 23 de Agosto

9-10 ^A_M

ALIMENTACIÓN
SALUDABLE
[Nueva EPS](#)

10-11 ^A_M

JUGO TERAPIA
[ARL Positiva](#)

11-12 ^M

2-3 ^P_M

EMOCIONES
INTELIGENTES
[ARL Positiva](#)
SPA MENTAL-
MIDFULNESS
[ARL Positiva](#)

3-4 ^P_M

TALLER DE
RESPIRACIÓN
[ARL Positiva](#)
ERGOYOGA
[ARL Positiva](#)

4-5 ^P_M

ESTRATEGIA
4*4
[Nueva EPS](#)



Ing. José

9-10 ^A_M

SPA MENTAL-
MIDFULNESS
[ARL Positiva](#)

10-11 ^A_M

TALLER DE
RESPIRACIÓN
[ARL Positiva](#)

11-12 ^M

ERGOYOGA
[ARL Positiva](#)

3-4 ^P_M

MANEJO DEL
ESTRÉS
[Nueva EPS](#)

ESCUELA DE
ESPALDA
[FAMISANAR](#)

TERAPIA ANTI-ESTRÉS
(Manejo de ansiedad -
risoterapia - ser feliz)
[FAMISANAR](#)

2-3 ^P_M

EMOCIONES
INTELIGENTES
[ARL Positiva](#)

TALLER CUIDANDO
MI SALUD MENTAL
(Escuela de valores
+ autoestima +
mis emociones)
[FAMISANAR](#)

4-5 ^P_M

TÉCNICA PARA
EL MANEJO
DE ANSIEDAD
[MEDIMAS](#)

Miércoles 25 de Agosto

9-10 ^A_M

SPA MENTAL-
MIDFULNESS
[ARL Positiva](#)

10-11 ^A_M

JUGO TERAPIA
[ARL Positiva](#)
FACTORES
PROTECTORES
DE LA SALUD
MENTAL
[ALIANSAUD](#)

11-12 ^M

GIMNASIA
CEREBRAL
[ARL Positiva](#)

2-3 ^P_M

ERGOYOGA
[ARL Positiva](#)
TERAPIA
ANTI-ESTRÉS
(Manejo de ansiedad -
risoterapia - ser feliz)
[FAMISANAR](#)

3-4 ^P_M

ALIMENTACIÓN
SALUDABLE
[Nueva EPS](#)
ERGOYOGA
[ARL Positiva](#)

4-5 ^P_M

MANEJO DEL
ESTRÉS
[Nueva EPS](#)



Jueves 26 de Agosto

9-10 ^A_M

MANEJO DEL ESTRÉS
Nueva EPS

10-11 ^A_M

TALLER DE RESPIRACIÓN
ARL Positiva

TALLER CUIDANDO MI SALUD MENTAL
(Escuela de valores + autoestima + mis emociones)
FAMISANAR

11-12 ^M

ERGOYOGA
ARL Positiva

2-3 ^P_M

EMOCIONES INTELIGENTES
ARL Positiva

ESCUELA DE ESPALDA
FAMISANAR

3-4 ^P_M

ESTRATEGIA 4*4
Nueva EPS

SPA MENTAL-MIDFULNESS
ARL Positiva

4-5 ^P_M

CONVIVENCIA CON CONSCIENCIA
MEDIMAS



Doc. Francisca



Viernes 27 de Agosto



9-10 ^A_M

ESTRATEGIA 4*4
Nueva EPS

10-11 ^A_M

JUGO TERAPIA
ARL Positiva

PREVENCIÓN DE RIESGOS CARDIOVASCULARES
ALIANSA

11-12 ^M

GIMNASIA CEREBRAL
ARL Positiva

3-4 ^P_M

RISOTERAPIA
ARL Positiva

ERGOYOGA
ARL Positiva

2-3 ^P_M

SPA MENTAL-MIDFULNESS
ARL Positiva

EMOCIONES INTELIGENTES
ARL Positiva

4-5 ^P_M

MANEJO DEL ESTRÉS
Nueva EPS

El Subsistema de Gestión de la seguridad y salud en el trabajo espera que disfruten de esta variedad de actividades que en alianza con las EPS y la ARL Positiva tienen preparadas para ustedes, buscando que como trabajadores de nuestra institución tengan espacios de esparcimiento para salir de la rutina y aprender a cuidar nuestra salud.

¡PARTICIPA!

SG-SST

Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Semana de la

SALUD



Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo