

CURSO PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

Duración	6 horas		
Fechas y Horario	12 y 19 de junio de 2025 (09:30-12:30h)		
Modalidad	Presencial por aula virtual		
Formador	Yolanda Bofill (Area Training)		
Coste del curso		Con bonificación (1)	Sin bonificación (Importe factura)
	Socios	143,93€	300€ (247,93€+IVA)
	Colaboradores	181,12€	345€ (285,12€+IVA)
	No socios	243,11€	420€ (347,11€+IVA)

(1) Coste final descontando el importe teórico máximo bonificable. ASEFAPI no podrá realizar físicamente la gestión de la bonificación en la aplicación de la Fundación Estatal para la formación en el Empleo, pero las empresas podrán contar con el asesoramiento y guía en este proceso por parte de ASEFAPI (solo socios).

LAS REGLAS DE FUNDAE NO PERMITEN LA BONIFICACIÓN EN EL CASO QUE SE GESTIONE A TRAVÉS DE UNA ENTIDAD ORGANIZADORA EXTERNA.

Fecha límite para inscribirse: 05-06-2025

Introducción

Este curso tiene como objetivo fomentar hábitos saludables, proporcionar herramientas para optimizar la gestión del tiempo y destacar la importancia de las relaciones laborales en la creación de un ambiente de trabajo positivo. También se abordará la desconexión digital, enseñando cómo establecer límites saludables en el uso de la tecnología para favorecer el equilibrio entre la vida laboral y personal.

La formación combina contenidos teóricos con herramientas prácticas para que las personas participantes puedan implementar cambios reales en su día a día, mejorando su salud integral.

Destinatarios

Personas trabajadoras de todos los niveles: personal técnico, mandos intermedios y directivos/as que deseen mejorar su equilibrio entre la vida laboral y personal, gestionar el estrés y contribuir a un entorno de trabajo saludable.

Objetivos

1. Concienciar sobre la importancia de los riesgos psicosociales.
2. Identificar y gestionar factores de riesgo como el estrés, el desgaste profesional o la carga emocional.
3. Fomentar relaciones saludables en el entorno laboral.
4. Mejorar el bienestar físico y mental a través de la autorregulación y una planificación personal eficaz.

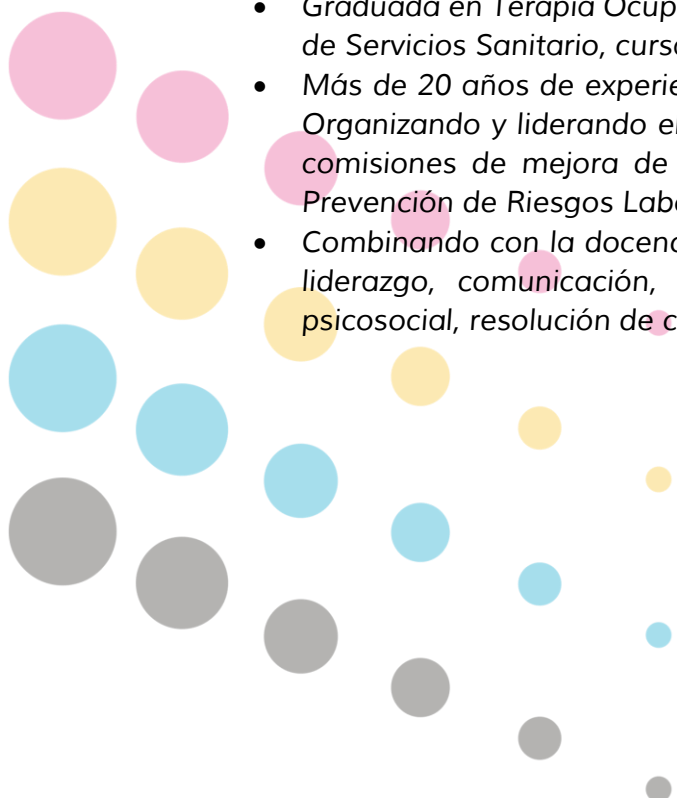
Contenidos

- Introducción a los riesgos psicosociales
 - Contexto actual y cultura preventiva
 - Marco legal y barreras de implantación
 - Qué son los riesgos psicosociales y su impacto
- Hábitos saludables y organización del trabajo
 - Eficiencia vs. Eficacia
 - Autoconocimiento y priorización
 - Planificación basada en capacidades
- Fomento del bienestar integral
 - Estilo de vida saludable
 - Gestión del estrés y las emociones
 - Relaciones interpersonales y motivación
- Desconexión digital
 - Retos personales y organizacionales
 - Estrategias prácticas para desconectar
 - Recursos y herramientas de aplicación real

Formadores:

Yolanda Bofill

- Graduada en Terapia Ocupacional con un Máster en Gestión Hospitalaria y de Servicios Sanitario, cursando Psicología.
- Más de 20 años de experiencia en el sector hospitalario en Salud Mental. Organizando y liderando el área de Rehabilitación, formando parte en las comisiones de mejora de procesos, Docencia e investigación, igualdad, Prevención de Riesgos Laboral y en el área de Calidad.
- Combinando con la docencia por profesionales sanitarios, en las áreas de liderazgo, comunicación, manejo de estrés, técnicas de negociación, psicosocial, resolución de conflictos, gestión del tiempo y mejora personal.



BONIFICACIONES

Según la Resolución de 15 de abril de 2020 (actualmente vigente), en materia de formación profesional para el empleo en el ámbito laboral, se acepta el uso del aula virtual como modalidad presencial en la formación bonificada durante el ejercicio 2025, sujeta a diversos requisitos. Entendemos, según este comunicado, que no debiera haber ningún problema a la hora de justificar dicha formación. No obstante, ASEFAPI no asume responsabilidad en caso de denegación de bonificación por FUNDAE.

CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

Las plazas son limitadas y la reserva se hará por riguroso orden de inscripción. Los administradores al curso recibirán confirmación por escrito.

ANULACIÓN CURSO

ASEFAPI se reserva el derecho a cancelar el curso por falta de participantes. En este caso, se procederá, según decisión de la empresa, a las correspondientes devoluciones o aplicaciones a cursos futuros.

ANULACIÓN RESERVA

ASEFAPI ruega que, si una vez efectuada la reserva de plaza en el curso no desea mantener su solicitud, nos envíe por escrito vía e-mail, la anulación de su reserva.

El titular de la inscripción, en caso de no poder participar, podrá ser sustituido por otro de la misma empresa siempre que se comunique con tres días de antelación al inicio del curso.

ASEFAPI está obligada a aplicar las retenciones siguientes en el caso de:

- Cancelaciones entre 10 y 6 días hábiles antes del comienzo del curso: 30%
- Cancelaciones hasta 5 días hábiles antes del comienzo del curso: 100%

