

Cambio de hábitos. Nuevos objetivos. El camino hacia la mejora de la productividad y la salud.



Valencia, 30 de mayo de 2023 - 10:00 horas

Lugar de celebración: Salón de actos de Ibermutua

Calle Serrería, 12

46011 Valencia



Para confirmar asistencia:

D. Jorge Ramón Casas

e-mail: jorgeramoncasas@ibermutua.es

Teléfono: 963 16 44 61

Presentación

El establecimiento de costumbres, hábitos y conductas que parecen inamovibles suponen un importante freno para el avance de las organizaciones y de desarrollo profesional de sus trabajadores. La resistencia a modificar conductas establecidas supone un factor de riesgo ante la implantación de nuevos modos de control de actitudes y procesos inseguros y, por tanto, de una adecuada gestión preventiva.

En este taller se abordarán conocimientos y habilidades con objeto de:

- Reconocer, para dismantelar, la zona de procrastinación.
- Determinar cómo nace un hábito, cómo se arraiga en nuestro preconsciente, cómo se estructura y actúa para descontrolar vuestra voluntad.
- Reconocer los hábitos perniciosos, descomponerlos, cambiarlos.
- Descubrir y manejar la emocionalidad ligada a la (im)productividad.
- Definir cómo establecer nuevos hábitos y, desde estos, nuevos objetivos.
- Entender la relación entre Hábitos - Productividad - Salud Laboral.

Está destinado a cualquier persona dentro de la organización y en particular a responsables y técnicos de prevención; directivos de RR.HH. y responsables de felicidad; responsables y/o líderes de equipos.

Programa

10:00 h. Bienvenida y presentación

D. Jorge Ramón Casas - Director de zona de Relación con Mutualistas de Ibermutua

10:10 h. Cambio de hábitos. Nuevos objetivos. El camino hacia la mejora de la productividad y la salud

D. Carlos Javier Duarte Sánchez - Director en Commsense D&S

- Zona de confort vs. zona de procrastinación
- Descubrir hábitos "habituales" e improductivos. Descomponer nuestros hábitos para cambiarlos.
- Emociones y hábitos.
- Estructurar nuevos hábitos, individuales y colectivos, desde sus componentes. Fijar hábitos según el valor.
- Hábitos y salud laboral.

13:50 h. Programa de gestión de la prevención para Pymes y micro Pymes

D. Jesús Martínez Matarredona - Técnico de Prevención de Ibermutua

Prevención 10 del INSST

14:00 h. Fin de la jornada



Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social 2023