



PROGRAMA JORNADAS EMPRESA SALUDABLE

2 jornadas de presentación

5 talleres prácticos



Patrocinan:

Euskadi, auzolana, bien común



Colabora:



LA EMPRESA SALUDABLE EN EL SIGLO XXI

SEA Empresas Alavesas presenta 7 jornadas prácticas para conocer de la mano de los principales referentes en la materia, las claves para que una empresa pueda considerarse “Empresa Saludable”.

Cada sesión se desarrollará de acuerdo con el siguiente formato:

- Las sesiones que excepto en la jornada de presentación durarán **1 hora y 30 minutos**, tendrán lugar vía **ZOOM**
- La presentación de cada una de las sesiones correrá a cargo de los organizadores
- Tras la presentación tendrá lugar una **mesa redonda** en la que participarán expertos en cada materia y empresas que sean ejemplo de buenas prácticas
- Coloquio entre los participantes
- Los participantes en las sesiones recibirán el documento en el que se recoge el “**Modelo SEA de Empresa Saludable**”
- Aforo máximo: **40 personas**
- Inscripciones vía **newsletter**



JORNADA PRESENTACIÓN

DÍA: 17 de septiembre

HORARIO: 9.30h. 10.30h.

APERTURA: Presentación del proyecto y manual

MESA REDONDA: “**Empresa saludable: ¿Hay un antes y un después de la Covid19?**”

CLAUSURA

TALLERES TÉCNICOS

TALLER 1. ALIMENTACIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO. MENÚS SALUDABLES

DÍA: 17 de septiembre

HORARIO: 10.30h. 11.45h.

TALLER 2. ACTIVIDAD FÍSICA Y TRABAJO. ESTILOS DE VIDA CARDIOSALUDABLES

DÍA: 30 de SEPTIEMBRE

HORARIO: 9.30h. 11.00h.

TALLER 3. EL ENTORNO PSICOSOCIAL. LA IMPORTANCIA DE LOS NUEVOS MODELOS DE RELACIONES LABORALES

DÍA: 15 de OCTUBRE

HORARIO: 9.30h. 11.00h.

TALLER 4. HIGIENE POSTURAL

DÍA: 29 DE OCTUBRE

HORARIO: 9.30h. 11.00h.

TALLER 5. ADICCIONES EN EL ENTORNO LABORAL

Prevención de adicciones: Adicciones con sustancias (tábaco, alcohol, fármacos). Adicciones sin sustancia: juegos de azar, on line, apuestas)

DÍA: 12 de NOVIEMBRE

HORARIO: 9.30h. 11.00h.

JORNADA DE CLAUSURA

DÍA: 26 de NOVIEMBRE

HORARIO: 9.30h. 11.00h.

APERTURA

PRESENTACIÓN HERRAMIENTA DE DIAGNÓSTICO

PONENCIA DE CLAUSURA