

AfforHealth

# Formación online para la Gestión de Riesgos Psicosociales

Programas de formación para promover  
la salud psicológica en el trabajo



# Nuestros cursos

1. Gestión y Prevención del estrés laboral
2. Gestión emocional para promover la salud psicosocial en el trabajo
3. Factores y riesgos psicosociales en el trabajo
4. Gestión de conflictos y prevención de la violencia laboral
5. Smartworking: Teletrabajo, estrés tecnológico y desconexión digital
6. Liderazgo saludable: Desarrollo de competencias emocionales
7. Autoprotección psicológica
8. *Empowerment*: Fortalecer mi liderazgo
9. Técnicas de comunicación eficaz: promocionando la salud laboral desde la transparencia
10. Igualdad, diversidad e inclusión: el eje transversal para el éxito de la política empresarial
11. Estrategias para desarrollar la resiliencia en el trabajo
12. Programa de Finanzas Personales (Fintonic)
13. Violencias sexuales en el entorno laboral

## El éxito de la gestión de los riesgos psicosociales se encuentra en su prevención

Para ello, es necesario apostar por el desarrollo de las personas y su crecimiento a través de la capacitación como herramienta de cambio y mejora permanente si queremos lograr una correcta gestión psicosocial. Así evitamos en origen la aparición de riesgos psicosociales como el estrés, la fatiga o la violencia laboral.

**En AfforHealth tenemos más de 10 años de experiencia,** impulsando, como gestores de salud, programas de formación en el área de la prevención psicosocial para proporcionar a los empleados estrategias y herramientas prácticas de afrontamiento psicológico. **Esto supone más de 20.000 alumnos y 100.000 horas de formación impartidas.**

**La capacitación de los trabajadores supone una gran oportunidad para la prevención eficaz de los riesgos psicosociales**

# PsicoFLIX

En **AfforHealth** contamos con la tecnología propia, a través de nuestro campus online, para ofrecer programas de formación adecuados a los trabajadores de forma ágil y sencilla.

Nuestros cursos **están creados por un equipo de psicólogos expertos en el ámbito empresarial**, que nos permite mantener actualizados los contenidos y diseñarlos a medida para cada empresa. Además, contamos con una **plataforma de contenidos multimedia de psicoeducación (PsicoFLIX)**.

Además, el hecho de contar con un equipo de psicólogos supone un valor diferencial ya que realizan la dinamización de cada **formación de forma individualizada** lo que garantiza un índice de satisfacción muy alto en el alumnado.

Con el objeto de ofrecer una propuesta flexible y adaptada a las necesidades de cada organización, las tarifas son dinámicas, en función del número de usuarios y la duración elegida.



# Gestión y Prevención del Estrés Laboral

Facilita a tus equipos de trabajo técnicas para manejar el estrés y controlar sus efectos a nivel físico, cognitivo y comportamental

AfforHealth



El ritmo de vida y de trabajo actual, sitúan al estrés como uno de los riesgos psicosociales de mayor presencia en las empresas afectando tanto a la salud de los trabajadores como a la eficiencia de las empresas.

Las respuestas de estrés pueden ser fuente de mayor productividad y concentración a niveles adecuados, pero se convierten en generadores de malestar, bloqueos y síntomas físicos negativos para la salud cuando son más intensos o frecuentes de lo habitual.

**A través de esta formación online para la Gestión y Prevención del Estrés Laboral** se adquieren herramientas para manejar el estrés y controlar sus efectos a nivel físico, cognitivo y comportamental, y se facilita el aprendizaje de técnicas de gestión emocional.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, conseguimos:

- > Aportar estrategias de afrontamiento para la gestión positiva del estrés.
- > Evitar problemas en carga de trabajo (cualitativa y/o cuantitativa) e inadecuado ritmo de trabajo, así como niveles de responsabilidad elevados.
- > Mejorar el clima laboral, reducir el absentismo y aumentar la productividad y satisfacción en el entorno de trabajo, reduciendo el índice de accidentes y lesiones.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Contextualización del estrés como riesgo psicosocial.

**Tema 2:** Tipos de estrés.

**Tema 3:** Premisas.

**Tema 4:** Psicoeducación, conocer el estrés para combatirlo.

**Tema 5:** Los estresores.

**Tema 6:** Herramientas para el manejo cognitivo del estrés (I).

**Tema 7:** Herramientas para el manejo cognitivo del estrés (II).

**Tema 8:** Herramientas para el manejo físico del estrés.

**Tema 9:** Herramientas para el manejo conductual del estrés.

**Tema 10:** Desarrollo del Plan Individual.



Duración  
del curso:  
5 HORAS



Campus  
virtual  
propio




Psicólogos  
expertos  
(24/7)



Formación  
bonificable



Para  
todos los  
empleados



# Gestión emocional para promover la salud psicosocial en el trabajo

Promueve el desarrollo de habilidades  
y competencias emocionales **para lograr  
un entorno productivo y saludable**

Dada la complejidad de un mundo laboral tan exigente y dinámico como el actual, amenazado además por la crisis del COVID-19, se hace necesario poner en juego un conjunto amplio de capacidades y habilidades, basada en la gestión emocional, para ayudar a nuestros equipos de trabajo a estar sanos emocionalmente y motivados para un óptimo desempeño personal y laboral.

Además, se contribuye a crear relaciones interpersonales de calidad, favorecer el clima laboral y una adecuada gestión de los riesgos psicosociales, impactando positivamente en la promoción de la salud mental y el bienestar de los trabajadores (ODS 3).

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, se consigue:

- > Aprender a reconocer y regular los estados emocionales y su influencia en el desarrollo personal y laboral.
- > Desarrollar estrategias y habilidades que permitan afrontar las demandas del entorno laboral de forma saludable.
- > Entrenamiento de competencias interpersonales, empatía y habilidades sociales para un mejor rendimiento profesional de los equipos de trabajo.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Inteligencia emocional.

**Tema 2:** Emociones.

**Tema 3:** Emociones básicas.

**Tema 4:** Las emociones en mi vida personal.

**Tema 5:** Competencias intrapersonales.

**Tema 6:** Bienestar emocional y salud integral.

**Tema 7:** Las emociones en mi vida profesional.

**Tema 8:** Competencias interpersonales y habilidades sociales.



Duración del curso:  
5 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos  
(24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Factores y riesgos psicosociales en el trabajo

**Sensibiliza a tus trabajadores  
en prevención de riesgos psicosociales  
aportándoles herramientas y técnicas  
para evitarlos en origen**



Conocer cuáles son los factores organizacionales presentes en el puesto de trabajo, los riesgos psicosociales y las consecuencias de los mismos, así como el proceso de evaluación que la organización realiza es clave para lograr pasar del diagnóstico del problema a la acción preventiva.

La prevención de los riesgos psicosociales está en manos de todos, tanto de los trabajadores como de la empresa. Por ello, es necesario conocer los factores de riesgo y establecer medidas para evitar situaciones de riesgo que dañen la salud psicológica de las personas en el trabajo.

#### **BENEFICIOS**

Con este programa de formación, conseguirás:

- > Identificar los factores de riesgo psicosocial y diferenciarlos de los riesgos psicosociales.
- > Detectar las situaciones del puesto de trabajo que tienen la potencialidad de generar riesgos para la salud.
- > Diferenciar las situaciones de conflicto con prácticas de acoso laboral.
- > Conocer la importancia de la participación de cada trabajador/a para lograr resultados exitosos y poder así adoptar estrategias de mejora en la organización.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Contextualización del estrés como riesgo psicosocial.

**Tema 2:** Tipos de estrés.

**Tema 3:** Premisas.

**Tema 4:** Psicoeducación, conocer el estrés para combatirlo.

**Tema 5:** Los estresores.

**Tema 6:** Herramientas para el manejo cognitivo del estrés (I).

**Tema 7:** Herramientas para el manejo cognitivo del estrés (II).

**Tema 8:** Herramientas para el manejo físico del estrés.

**Tema 9:** Herramientas para el manejo conductual del estrés.

**Tema 10:** Desarrollo del Plan Individual.



Duración del curso:  
4 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Gestión de conflictos y prevención de la violencia laboral

Proporciona herramientas a tus empleados  
para gestionar conflictos y prevenir la violencia  
laboral en tu organización

AfforHealth



La gestión de conflictos y la violencia laboral son dos elementos diferentes que requieren sistemas de atención e intervención distintos.

El principal fin de esta formación es dotar a los empleados de las herramientas de actuación e intervención necesarias tanto en situaciones de conflictos interpersonales entre los trabajadores como de violencia laboral, aprendiendo a distinguir estas conductas entre sí y a diferenciarlas de otras figuras afines.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, se consigue:

- > El principal fin de esta formación es dotar a los empleados de las herramientas de actuación e intervención necesarias tanto en situaciones de conflictos interpersonales entre los trabajadores como de violencia laboral, aprendiendo a distinguir estas conductas entre sí y a diferenciarlas de otras figuras afines.
- > Proporcionar habilidades y pautas prácticas que les permitan prevenir y gestionar adecuadamente situaciones de conflicto y/o confrontación, impulsando la mediación como su principal herramienta.

## ÍNDICE DEL CURSO

- Tema 1:** La violencia laboral: definición y tipos.
- Tema 2:** El acoso laboral: definición y tipos.
- Tema 3:** El acoso laboral: fases y consecuencias.
- Tema 4:** Gestión de conflictos interpersonales: entendiendo el conflicto.
- Tema 5:** Gestión de conflictos interpersonales: manejando el conflicto.
- Tema 6:** La mediación como principal herramienta de resolución de conflictos.
- Tema 7:** Buenas prácticas empresariales en la prevención del acoso:  
Medidas preventivas.
- Tema 8:** El protocolo de violencia laboral.
- Tema 9:** El protocolo de resolución de conflictos.
- Tema 10:** Agentes intervinientes en una situación de conflicto  
y/o violencia laboral. Guía de actuación.



Duración  
del curso:  
5 HORAS



Campus  
virtual  
propio



Psicólogos  
expertos  
(24/7)



Formación  
bonificable



Para  
todos los  
empleados

# Smartworking: teletrabajo, estrés tecnológico y desconexión digital

**Aporta estrategias para prevenir el tecnoestrés y garantizar la desconexión digital en modalidad de teletrabajo**



Con la irrupción de teletrabajo, la tecnología se ha instaurado totalmente en nuestras vidas, implicando nuevos enfoques a nivel psicológico en la manera en la que afrontamos la realidad, nos relacionamos y trabajamos.

Lo que puede ser una gran ventaja, puede llegar también a provocarnos una gran fuente de estrés que hay que empezar a gestionar. Los cambios de organización del trabajo planteados por el nuevo escenario laboral van a requerir poner el foco en aspectos psicosociales como la carga y tiempo de trabajo, el tecnoestrés o el aislamiento social, entre otros.

Con esta formación, tus equipos de trabajo conocerán pautas y estrategias para un óptimo desempeño de su trabajo en la modalidad de teletrabajo y garantizar la desconexión digital promoviendo así la salud y el bienestar de los empleados.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, se consigue:

- > Conocer las ventajas e inconvenientes del Teletrabajo, así como adquisición de habilidades para gestionar de forma saludable esta modalidad de trabajo.
- > Identificar el estrés tecnológico y desarrollar estrategias de intervención para lograr el bienestar digital.
- > Técnicas para afrontar la Desconexión Digital.

# ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** ¿Qué es el Teletrabajo?

**Tema 2:** Estrés Tecnológico o Tecnoestrés. Estrategias de intervención en el Tecnoestrés.

**Tema 3:** La Desconexión Digital.



Duración del curso:  
3 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos  
(24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Liderazgo saludable: desarrollo de competencias emocionales

Potencia un liderazgo saludable **para tus managers**  
y crea equipos de trabajo **productivos**  
y **comprometidos**



La importancia de los mandos intermedios, como moduladores de los factores psicosociales es clave para gestionar equipos de trabajo, ya que su estilo de liderazgo puede contribuir a generar organizaciones más o menos sanas, y por tanto, influir directamente en la salud emocional de los trabajadores.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación:

- > Conocer qué tipo de líderes tienes en tus equipos de trabajo y cómo impactan en la salud de los empleados.
- > Aprenderás cuáles son las características que deben tener los managers para minimizar los riesgos psicosociales.
- > Y trabajar sobre las principales competencias emocionales para gestionar a los equipos de forma saludable impactando positivamente en su salud..

## ÍNDICE DEL CURSO

- Tema 1:** El impacto del liderazgo en la salud emocional de los empleados.
- Tema 2:** Aproximación al ámbito psicosocial.
- Tema 3:** Factores psicosociales y consecuencias de una inadecuada exposición.
- Tema 4:** Misión y responsabilidad del mando.
- Tema 5:** El liderazgo en las organizaciones.
- Tema 6:** El líder: Funciones, características y conductas.
- Tema 7:** Estilos de mando.
- Tema 8:** Adquisición de competencias emocionales: Soft skills.
- Tema 9:** Claves para promover la salud física y mental en la figura del líder.
- Tema 10:** El líder en tiempos difíciles.



Duración del curso:  
5 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Autoprotección psicológica

Cuida la salud emocional **de los colaboradores**  
aportando **herramientas que creen equipos**  
**de trabajo protegidos**



La autoprotección y los autocuidados psicológicos en la empresa, se están convirtiendo en cuestiones clave en momentos difíciles como la pandemia del COVID-19.

Con esta formación los equipos de trabajo adquirirán conocimientos y herramientas para identificar y solventar situaciones lesivas que se dan en las organizaciones ayudando a cuidar la salud emocional de los empleados.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación se consigue:

- > Conocer el concepto de autoprotección psicológica y los factores que la determinan.
- > Identificar que es el Burnout y el estrés laboral.
- > Utilizar las herramientas prácticas de afrontamiento psicológico.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Autocuidados psicológicos en el ambiente laboral.

**Tema 2:** El síndrome de Burnout: definición, fases, dimensiones y síntomas.

**Tema 3:** El síndrome de Burnout: desencadenantes, consecuencias y caso práctico.

**Tema 4:** Introducción a las técnicas de Autocuidado Psicológico.

**Tema 5:** Estrategias de afrontamiento.

**Tema 6:** Las variables individuales.

**Tema 7:** Hacia una gestión emocional más eficaz.

**Tema 8:** “Los demás” y mi autocrítica: pautas específicas.

**Tema 9:** La importancia de disfrutar.

**Tema 10:** Autocuidado para profesionales de la asistencia.



Duración del curso:  
5 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos  
(24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Empowerment: fortalecer mi liderazgo

Aprovecha las oportunidades que brinda el **empowerment** y facilita la adaptación de tus equipos de trabajo

AfforHealth



La crisis sanitaria ha conllevado consigo multitud de consecuencias que impulsan a la transformación organizacional.

Todo ello ha generado cambios en las demandas de los potenciales usuarios y en lo que respecta a las expectativas y visión que hacen los trabajadores de las estructuras empresariales a las que aspiran o en las que se encuentran desempeñando su labor.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, se consigue:

- > Conocer qué es el modelo de gestión empresarial basado en el empowerment y qué beneficios o ventajas ofrece.
- > Identificar el proceso para su implementación en una organización.
- > Conocer qué tipo de habilidades individuales podemos desarrollar para ayudarnos a funcionar bajo el nuevo paradigma.
- > Descubrir los distintos modelos de liderazgo dirigidos a generar procesos de empowerment dentro de las organizaciones.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Conceptualización de empowerment.

**Tema 2:** Cambios en el paradigma: del modelo tradicional - mecanicista al empowerment.

**Tema 3:** Empowerment en la organización.

**Tema 4:** Selección y capacitación del talento.

**Tema 5:** Cultura empresarial y empowerment.

**Tema 6:** Implementación en la empresa del modelo de empowerment.

**Tema 7:** Técnicas para favorecer el empoderamiento.

**Tema 8:** Liderazgo y empowerment: Enfoques básicos para el desarrollo del autoliderazgo.

**Tema 9:** Procesos de mentoring y diferencias a la hora de ejercer el liderazgo en función de las diferencias culturales.

**Tema 10:** La confianza pieza clave en el empowerment: proceso de construcción de la confianza.



Duración del curso: 5 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# Técnicas de comunicación eficaz: promocionando la salud laboral desde la transparencia

Facilita técnicas para promover  
una **comunicación eficaz**



Una mala comunicación puede conllevar consecuencias importantes para el buen funcionamiento organizacional. En la era que vivimos, la información fluye de manera instantánea y continuada a través de diversos canales sorteando los procesos comunicativos tradicionales y disolviendo las fronteras entre lo formal y lo informal.

Aprovechar las oportunidades que brinda la comunicación desde la transparencia es garantía de: satisfacción laboral, reducción de los conflictos interpersonales, desempeño exitoso del grupo y conforma una habilidad fundamental en las personas encargadas de gestionar equipos. La comunicación es una carta de presentación e imagen hacia el exterior, debe ser capaz no solo de transmitir información sino de compartir significado.

### **BENEFICIOS**

Con esta formación se consigue:

- > Describir las funciones principales de la comunicación y el proceso comunicativo distinguiendo la comunicación formal de la informal.
- > Identificar los elementos y la dirección de la comunicación, así como desarrollar redes de comunicación formal como preventivo a los rumores
- > Analizar las ventajas y dificultades de los nuevos modelos de comunicación y desarrollar habilidades para determinar la elección del canal principal de comunicación identificando las barreras existentes.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Evolución de la comunicación en la empresa: la era de la comunicación.

**Tema 2:** Necesitamos comunicar: Funciones de la comunicación.

**Tema 3:** El proceso de comunicación: elementos de la comunicación.

**Tema 4:** La dirección de la comunicación.

**Tema 5:** Comunicación interpersonal.

**Tema 6:** Comunicación organizacional.

**Tema 7:** Elección del canal de comunicación.

**Tema 8:** Barreras en la comunicación.

**Tema 9:** Claves en la comunicación eficaz, reuniones efectivas y manejo de la asertividad.

**Tema 10:** Establecer un buen rapport: la importancia de la escucha activa. Implicaciones de la comunicación para los gerentes.



Duración del curso: 5 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# **Igualdad, diversidad e inclusión: el eje transversal para el éxito de la política empresarial**

Proporciona a tus empleados estrategias para  
fomentar la **igualdad, diversidad e inclusión**



La igualdad, el respeto a la diversidad y la inclusión son un deber fundamental en las políticas empresariales. El trabajo, es un elemento esencial en la vida de las personas y puede actuar como un elemento clave en ellas: aumentando su autoestima y modificando su rol dentro de la sociedad contribuyendo así activamente en su entorno.

Las empresas son modelos en los que se puede generar un espacio de respeto y heterogeneidad. Algunos datos que reflejan las compañías con altos índices de diversidad e inclusión marcan hitos como: estar mejor preparadas para los cambios, vinculación de sus empleados y mejor capacidad para manejar las dificultades.

\* Dada la temática abordada en este curso, existe la posibilidad de adaptar los contenidos *ad hoc*.

## **BENEFICIOS**

Con este programa de formación, conseguirás:

- > Conocer la terminología básica en materia de: diversidad, inclusión e igualdad de oportunidades, así como, la normativa asociada y los beneficios de aplicarla
- > Identificar los sesgos más comunes y los tipos de discriminación dentro de los entornos laborales.
- > Facilitar estrategias y herramientas de comunicación y adquisición de habilidades a los empleados para generar y mantener equipos igualitarios y diversos.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Autocuidados psicológicos en el ambiente laboral.

**Tema 2:** El síndrome de Burnout: definición, fases, dimensiones y síntomas.

**Tema 3:** El síndrome de Burnout: desencadenantes, consecuencias y caso práctico.

**Tema 4:** Introducción a las técnicas de Autocuidado Psicológico.

**Tema 5:** Estrategias de afrontamiento.

**Tema 6:** Las variables individuales.

**Tema 7:** Hacia una gestión emocional más eficaz.

**Tema 8:** “Los demás” y mi autocrítica: pautas específicas.

**Tema 9:** La importancia de disfrutar.

**Tema 10:** Autocuidado para profesionales de la asistencia.



Duración del curso: 5-10 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# **Estrategias para desarrollar la resiliencia en el trabajo**

**Potencia la resiliencia en el trabajo  
y promueve entornos saludables**



Lograr espacios emocionalmente sanos dentro de nuestras organizaciones, que faciliten el desarrollo de este tipo de características, es muy necesario, ya que está demostrado, que los ambientes que proporcionan y disminuyen riesgos psicosociales, crean entornos más libres y disminuyen de forma notable el estrés laboral o síndromes asociados a él como podría ser en Burnout.

El desarrollo de competencias emocionales, como la resiliencia, para la gestión de equipos en estos tiempos es clave

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación se consigue:

- > Desarrollar competencias claves para gestionar de forma adecuada las adversidades.
- > Entender y modificar las creencias y los paradigmas que guían nuestra conducta.
- > Potenciar nuestro Autoliderazgo y gestionar con eficacia los cambios.
- > Poner en marcha un Plan de Acción con estrategias orientado a potenciar nuestra Resiliencia.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Aproximación al concepto de resiliencia.

**Tema 2:** ¿Qué es la resiliencia?.

**Tema 3:** Como lograr ser más resiliente.

**Tema 4:** La Resiliencia frente a otros patrones de comportamiento.

**Tema 5:** Conociendo nuestros miedos y nuestros límites.

**Tema 6:** Recursos desde el Coaching.

**Tema 7:** Gestión del cambio.

**Tema 8:** Acción para una gestión exitosa de las adversidades y obstáculos.

**Tema 9:** Factores de riesgo y factores de protección de la resiliencia en la Empresa.

**Tema 10:** Síntesis: Decálogo de la resiliencia.



Duración  
del curso:  
5 HORAS



Campus  
virtual  
propio



Psicólogos  
expertos  
(24/7)



Formación  
bonificable



Para  
todos los  
empleados

# **Programa de Finanzas Personales de Fintonic**

**Promueve el bienestar financiero  
y mejora la salud emocional de tus trabajadores**





La salud mental es una de las grandes afectadas cuando se experimenta una situación financiera poco favorable. Las cifras hablan por sí solas: las finanzas son una de las principales causas de estrés en nuestro país.

A su vez, este estrés puede influir en todos los ámbitos de la vida de una persona, incluido el entorno laboral.

Por este motivo, es necesario que las empresas comprendan cómo y con qué herramientas pueden apoyar a sus empleados a la hora de mejorar su salud financiera.

#### **BENEFICIOS**

Con este programa las personas mejoran sus finanzas, aumentan sus ahorros e ingresos y sienten más en control de su dinero, lo que repercute en su bienestar emocional.

#### **EL OBJETIVO ES**

Con esta formación se consigue:

- > Ayudar a las personas con sus finanzas y su educación financiera.
- > Mejorar sus hábitos, que tomen mejores decisiones y aumentar su confianza lo cual genera equilibrio emocional.



El Programa de Finanzas Personales, diseñado por Fintonic, ofrece un entorno formativo online pionero, de carácter interactivo, y apoyado por expertos que facilita la comprensión de conceptos básicos, muestra reglas a seguir y las mejores técnicas de gestión, así como consejos para cambiar los hábitos diarios incorrectos. Esta metodología contrastada permite optimizar el control de la economía doméstica, planificar los ingresos y gastos, gestionar la deuda, ahorrar y aumentar tus ingresos, entre otros aspectos.



Duración del curso:  
20 HORAS (4  
semanas)  
5 h. semana)



Campus  
virtual  
propio



Psicólogos  
expertos  
(24/7)



Formación  
bonificable



Para  
todos los  
empleados

# **Violencias sexuales en el entorno laboral**

**Ofrece protección integral contra las violencias  
sexuales a tu plantilla en el lugar de trabajo**



El principal objetivo de esta formación es sensibilizar y poner en marcha acciones formativas contra la violencia sexual en el lugar de trabajo, de obligado cumplimiento, tras la entrada en vigor el pasado **7 de octubre de 2022, de la Ley Orgánica 10/2022 de garantía integral de la libertad sexual** por la que se hace necesario que las empresas conozcan el marco de derecho antidiscriminatorio y de libertad sexual aplicable, con el fin de evitar conductas constitutivas de violencia sexual en el entorno laboral y garantizar los derechos de todas las víctimas.

#### **BENEFICIOS**

Con esta formación, conseguimos:

- > Aportar conocimiento y concienciar acerca de los tipos de violencia sexuales en el trabajo.
- > Dotar a los empleados de las herramientas de actuación e intervención necesarias en situaciones de violencia sexual.
- > Proporcionar habilidades y pautas prácticas que les permitan prevenir y gestionar conductas de esta índole.

## ÍNDICE DEL CURSO

**Tema 1:** Violencias sexuales: concepto.

**Tema 2:** Tipos de violencias sexuales: Acoso sexual.

**Tema 3:** Los espacios de la empresa y la violencia sexual: físicos y digitales (Ciberacoso).

**Tema 4:** El protocolo de acoso. Procedimientos específicos de prevención de conductas y canalización de quejas y denuncias.



Duración del curso:  
2 HORAS



Campus virtual propio



Psicólogos expertos (24/7)



Formación bonificable



Para todos los empleados

# AfforHealth

