



WEBINAR TuSalud



FREMAPP, en su firme compromiso con la salud, desarrolla jornadas de formación online para empresas y trabajadores dirigidas a promover la mejora de la salud, concienciando y facilitando criterios y herramientas para su puesta en práctica. A través de diferentes sesiones online, podrás contar con la experiencia y ayuda de nuestros mejores profesionales, configurando así tu propio itinerario de salud.



Cuida tu mente



Cuida tu cuerpo



Cuida tu corazón

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Concienciados con la importancia de la especialización técnica y de favorecer el más alto nivel en cada una de las especialidades, ponemos a tu servicio diferentes contenidos y sesiones online en las que, de la mano de nuestros especialistas, podrás encontrar las últimas actualizaciones y novedades legislativas, así como su aplicación práctica. ¡No te lo pierdas!



Normativa y Gestión



Seguridad



Ergonomía



Higiene industrial



E-LEARNING



Los e-learning realizados por FREMAP, son actividades de divulgación encuadradas en el Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social presentado por FREMAP. Están dirigidos a nuestras empresas asociadas y a su personal dependiente, así como a los trabajadores autónomos adheridos. La inscripción no conlleva coste y debe realizarse cumplimentando el boletín de inscripción que figura en cada convocatoria.

Más información sobre todos los e-learning disponibles

WEBINAR TuSalud

Cuida tu **mente**



Bienestar Psicoemocional

11 de febrero 10:00h Raquel Salvador Priscila Rodríguez

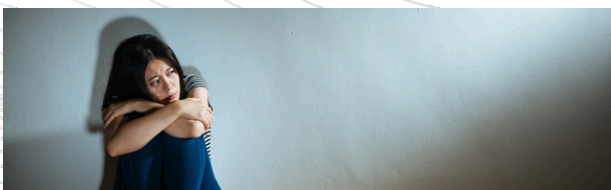
[Información e inscripción](#)



Mindfulness para la reducción del estrés en el trabajo

25 de febrero 10:00h David Piélago Raquel Salvador

[Información e inscripción](#)



Gestión del miedo e incertidumbre

15 de abril 10:00h Raquel Salvador Marta García Varela

[Información e inscripción](#)



Habilidades comunicacionales y gestión de conflictos

29 de abril 10:00h Raquel Salvador Beatriz Gil

[Información e inscripción](#)



Adaptación al cambio

17 de junio 10:00h Raquel Salvador

[Información e inscripción](#)

Cuida tu **cuerpo**



Sueño y descanso

📅 28 de enero ⌚ 10:00h 👤 David Piélagos
Teresa Clar

[Información e inscripción](#)



Ergonomía en el trabajo a distancia

📅 25 de marzo ⌚ 10:00h 👤 Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)



Escuela de Espalda

📅 27 de mayo ⌚ 10:00h 👤 Sebastián Bianchi
Elsa Señor Galan

[Información e inscripción](#)

WEBINAR TuSalud

Cuida tu **corazón**



Actividad física y salud

4 de marzo 10:00h Marcos Ríos Molleja
Gonzalo Correa

[Información e inscripción](#)



Alimentación y nutrición

13 de mayo 10:00h Nathalie Lasa

[Información e inscripción](#)



Salud cardiovascular

10 de junio 10:00h Gonzalo Correa
Nathalie Lasa

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Normativa y gestión de la Prevención



¿Cómo afecta el programa compliance en la PRL de mi empresa?

📅 5 de febrero ⌚ 10:00h 👤 Tania Torremocha

[Información e inscripción](#)



Grupos vulnerables. Gestión del riesgo durante el embarazo, lactancia y otras actividades sensibles a determinadas personas trabajadoras.

📅 9 de abril ⌚ 10:00h 👤 Tomás Díaz Saavedra

[Información e inscripción](#)



**Análisis de accidentes.
Método del árbol de causas**

📅 21 de mayo ⌚ 10:00h 👤 Luis Gómez
Tomás Díaz Saavedra

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Seguridad



**El documento de protección contra explosiones.
RD 681-2003**

22 de enero 10:00h Juan Cano

[Información e inscripción](#)



**Tengo carretillas, traspaleas y otros equipos
automotores ¿qué debo tener en cuenta para garantizar
un uso seguro?**

4 de junio 10:00h Ana Chamero
Blanca Gonzalez

[Información e inscripción](#)



**¿Qué debo conocer antes de adquirir una
máquina?**

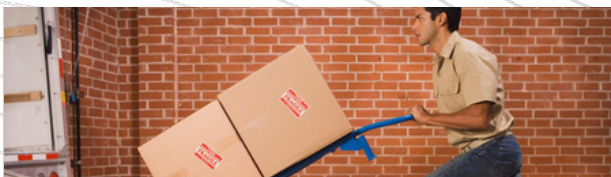
11 de junio 10:00h ChristieCacho
Jesús Martínez

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales



Ergonomía



¿QUÉ ES UNA POSTURA FORZADA? ¿Y POSTURA MANTENIDA? ¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENEN?

📅 19 de febrero ⌚ 10:00h 👤 José Ramón Castillo
Adriana Ruíz

[Información e inscripción](#)



Factores a considerar para identificar movimientos repetidos en miembros superiores

📅 7 de mayo ⌚ 10:00h 👤 José Ramón Castillo
Julio Sanz

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales

Higiene Industrial



Evaluación del riesgo químico: criterios técnicos y prevención de patologías laborales

5 de marzo 10:00h Javier Ruíz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)



Novedades en la selección de protección ocular o facial. Norma EN ISO 16321

23 de abril 10:00h Javier Ruíz
Javier Martínez Barahona

[Información e inscripción](#)

WEBINAR Prevención de Riesgos Laborales



Psicosociales



Evaluación de los riesgos psicosociales en la pequeña empresa

📅 19 de marzo ⌚ 10:00h 👤 Nuria Rodríguez
Sergio Martín Vila

[Información e inscripción](#)

E-LEARNING



Prevención de trastornos musculoesqueléticos en los trabajos con pantallas de visualización

Próximamente



Coordinación de Actividades Empresariales: Aspectos básicos que debes conocer

Próximamente



Conducción emocional: conciencia plena para una conducción segura

Próximamente



Pautas básicas para el manejo seguro de agentes químicos

Próximamente



Uso profesional de la voz. Aspectos básicos a considerar

Próximamente



Trabajos a la intemperie. Aspectos básicos a conocer frente al calor

Próximamente



Conceptos básicos sobre equipos de protección individual

Próximamente



Gestión emocional para promover el cuidado de la salud mental

Próximamente



Sílice-Criterios de protección en trabajos con exposición a sílice. Aspectos básicos que debes conocer

Próximamente