



Comunidad Nacional de Conocimiento:

En prevención de peligros
en el servicio doméstico

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

Comunidad Nacional de Conocimiento en:

**Prevención de Peligros en el
Servicio Doméstico**



**Viviendo mi propósito de vida al
100% con salud y bienestar integral**



Experto Líder

*de la comunidad, prevención de
peligros en el servicio doméstico*

Hilda Janice Velasco Alarcón

Abogada. Esp. Derecho Constitucional / Prof. SST

Correo: consultoriarucsgi@gmail.com

Contacto: 315-8875972

Ruta de conocimiento

01

GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD PARA UNA VIDA MAS PLENA

02

DERECHOS Y DEBERES EN RIESGOS LABORALES DE LOS TRABAJADORES DOMÉSTICOS

03

SG-SST EN TRABAJADORES DEL SERVICIO DOMÉSTICO Y EN TRABAJADORES VINCULADOS MEDIANTE TEMPORALES

04

¿QUÉ HACER SI EL TRABAJADOR DEL SERVICIO DOMÉSTICO SUFRE UN ACCIDENTE DE TRABAJO?

05

¿QUÉ HACER SI EL TRABAJADOR DEL SERVICIO DOMÉSTICO TIENE SINTOMAS DE PRESUNTA ENFERMEDAD LABORAL?

06

REQUISITOS LEGALES EN LAS MODALIDADES DE TRABAJO Y TIPOS DE CONTRATACION SECTOR DOMESTICO

07

IDENTIFICACIÓN Y CONTROL DE LOS FACTORES DE RIESGO Y PELIGROS EN EL SERVICIO DOMÉSTICO

08

COMUNICACIÓN Y LIDERAZGO PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS PERSONALES Y LABORALES

09

VIVIENDO MI PROPOSITO DE VIDA AL 100% CON SALUD Y BIENESTAR INTEGRAL

10

PREVENCIÓN DE MECANISMOS DE ACOSO LABORAL

“ Todo pasa
Todo llega
Todo se acomoda
Todo tiene un PROPÓSITO ”



Tabla de contenidos



Bienvenida y
“Evaluémonos”

Momento 1



Espacio para
responder
inquietudes

Momento 2



Evaluación de la
eficacia de la
acción educativa

Momento 3

Objetivo general

Compartir algunas reflexiones desde el SER, que nos ayuden a concretar el PARA QUÉ de nuestro PROPÓSITO.



Objetivos específicos



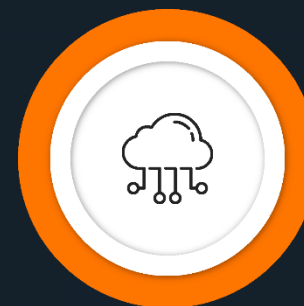
Objetivo 1

Reconocer los elementos básicos del IKIGAI (Filosofía Japonesa)



Objetivo 2

Tips para conectar con el propósito de vida



Objetivo 3

Alineación de lo aprendido en nuestra vida personal

EVALUÉMONOS





Se dice “cisne negro” a un suceso inesperado y de **gran impacto** que determina un **antes** y un **después**.



EL PROPÓSITO es la **determinación firme** de hacer o dejar de hacer algo.

- ✓ Para qué he nacido ?
- ✓ En qué soy realmente buen@ ?
- ✓ Qué **DONES** y **TALENTOS** tengo para poner a disposición de los demás ?



Alguna vez has sentido que estás "atrapad@" en un laberinto y que no es fácil encontrar la salida ? .



Y es cuando precisamos una brújula que nos oriente el camino correcto... Aquella que nos ayude a encontrar el sentido que guíe nuestras vidas.

Ikigai (Razón de SER – Razón de VIVIR)

Tener un IKIGAI claro y definido, una gran pasión, da satisfacción, felicidad, significado a la vida y nos ayuda a LEVANTAR todos los días a hacer y disfrutar de lo que hacemos...





Fórmula de Resultados

$$R = P \times H \times M$$

P: Personalidad

H: Habilidades

M: Motivación

Fórmula de Resultados

$$R = E \times e \times C$$

E: Estrategia

e: ejecución

C: Confianza

Saber CUIDAR...

De SI
mism@



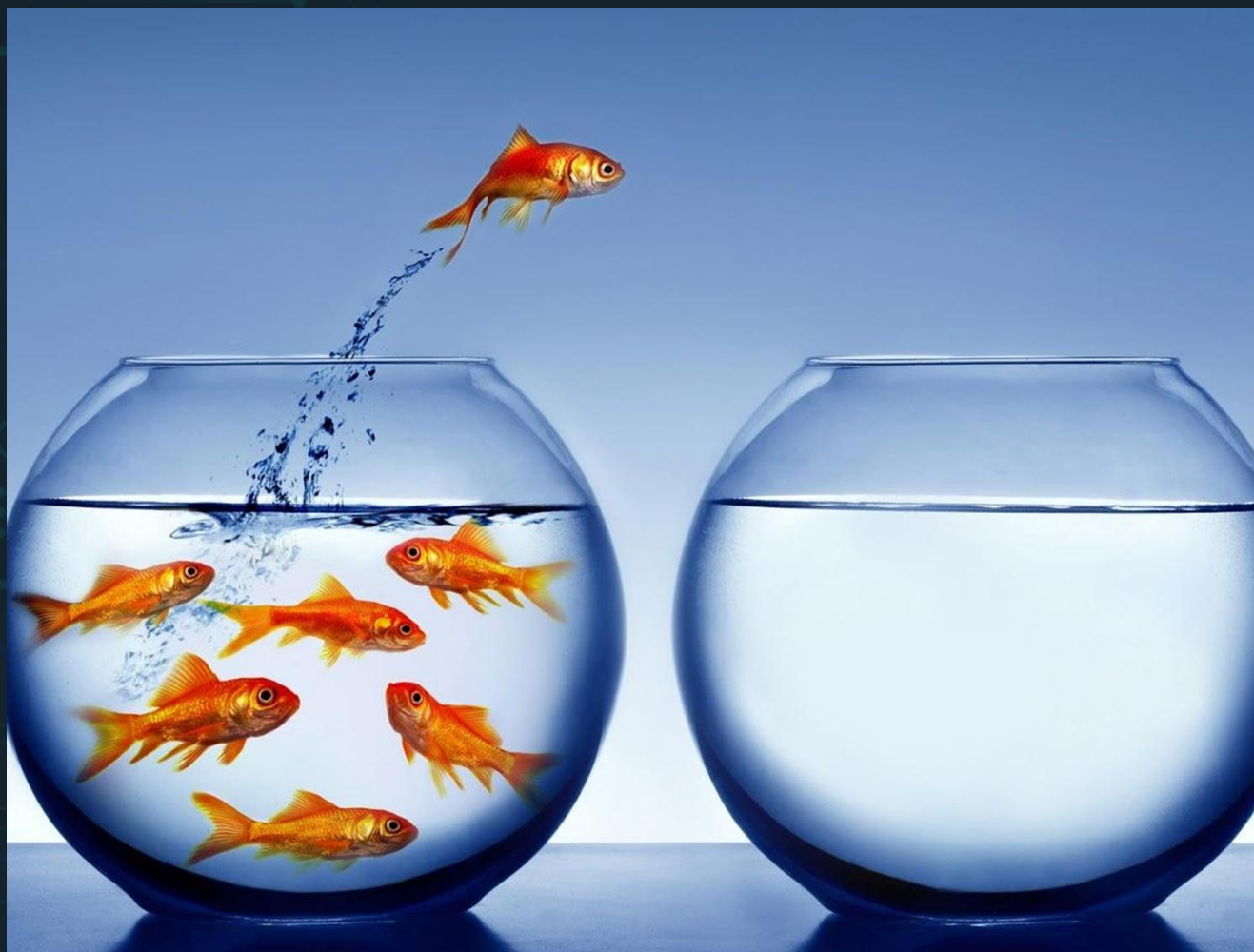
Del OTRO

Del Entorno...

Ejercicios para encontrar y disfrutar Tu "IKIGAI"



Momento Esperanza...



Momento Esperanza...

- Identifica y trabaja en tus creencias limitantes
- Para, observate y regálate feedback continuo
 - Encuentra y manten tu foco
 - “Salta de la pecera” y animate a explorar nuevas experiencias
 - Sigue a mentores exitosos
- Desarrolla el pensamiento lateral y tu inteligencia emocional (Koan).
 - Potenciar tu blink (inteligencia intuitiva).
- Estar atento a lo inesperado puede llevarte a valiosos descubrimientos y hallazgos. Permitir que las cosas fluyan naturalmente. Tolerar la incertidumbre (Serendipia).
- Cultiva diariamente la capacidad de atención plena y poder concentrarte en algo, sin dispersión.

Cambia tu lenguaje interno y tu entorno cambiará...

- ✓ En lugar de " me siento humillado"...podemos decir..."me siento sorprendido"
- ✓ En lugar de " me siento estúpido"... "Estoy descubriendo"
- ✓ En lugar de " me siento perdido"... "estoy buscando"
- ✓ En lugar de " me siento solo"... "Estoy disponible"
- ✓ En lugar de " me siento abrumado"... "me siento desafiado/movilizado, etc."



BIBLIOGRAFIA

1

<https://www.bancosantander.es/blog/economia-finanzas/teoria-cisne-negro#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%20cisne%20negro%20es%20una%20met%C3%A1fora%20que%2C%20en,un%20gran%20impacto%20y%20repercusiones>

2

<https://diegonoriega.co/ikigai-el-framework-japones-para-encontrar-tu-plenitud-personal-y-profesional/>

3

https://www.cuerpamente.com/psicologia/desarrollo-personal/ikigai-secreto-japones-vivir-mas-mejor_1204

EVALUÉMONOS



PREGUNTAS

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**





Experto Líder

*de la comunidad, prevención de
peligros en el servicio doméstico*

Hilda Janice Velasco Alarcón

Abogada. Esp. Derecho Constitucional / Prof. SST

Correo: consultoriarucsgi@gmail.com

Contacto: 315-8875972

Disponemos para ti los
canales de atención del:

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN SST **2023**



Educación virtual
+1.000 cursos virtuales y
Curso obligatorio cumplimiento

educavirtual@positiva.gov.co



**Educación presencial y
talleres web**
Congresos Nacionales

Positiva.educa@positiva.gov.co

Todo lo tienes con Positiva

Entra aquí, y descubre lo

<https://posipedia.com.co/>



Presentaciones
Técnicas



Juegos
Digitales



Ludo
Prevención

Positiva siempre contigo

La magia comienza aquí

<https://posipedia.com.co/>



Audios



Videos



Mailings

