



Plan Nacional
de Educación
Multimodal
en SST 2026

Talentos que **hacen país**

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN FELICIDAD Y CONSCIENCIA POR LA VIDA

**SESIÓN 1:
REINICIA TU MENTE - LIBÉRATE
Y VUELVE A BRILLAR**



ROBERTO JOSE MACHADO RIVERO

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN FELICIDAD Y
CONSCIENCIA POR LA VIDA



roberto171@gmail.com



350 849 2513

Perfil profesional:

Embajador Mundial De La Risa y Conferencista Certificado Internacional De Alto Impacto. Además, es Life Coach, Master Practitioner Pnl, Coach Ontológico Empresarial y Hipnoterapeuta. Actualmente, está cursando el Diplomado en Felicidad Organizacional y Gestión de Personas en Uandes.



Ruta del conocimiento



01

SESIÓN 1:
REINICIA TU MENTE -
LIBÉRATE Y VUELVE A
BRILLAR



02

SESIÓN 2:
AUTOCOMPASIÓN - EL
NUEVO LENGUAJE DEL ÉXITO



03

SESIÓN 3:
INTELIGENCIA EMOCIONAL
DIGITAL - CALMA EN UN
MUNDO CONECTADO



04

SESIÓN 4:
PRESENCIA CONSCIENTE -
ATENCIÓN PLENA PARA VIVIR
MEJOR



05

SESIÓN 5:
CONECTA CON TU
PROPÓSITO - TRABAJA CON
SENTIDO

Ruta del conocimiento



06

SESIÓN 6:
OPTIMISMO REALISTA -
FUERZA INTERNA ANTE
LOS CAMBIOS



07

SESIÓN 7:
MICRODESCANSOS
CONSCIENTES - ENERGÍA Y
BIENESTAR DIARIO



08

SESIÓN 8:
BIENESTAR SOSTENIBLE -
CUIDA TU ENERGÍA, CUIDA
EL PLANETA



09

SESIÓN 9:
RESILIENCIA COLECTIVA -
EQUIPOS QUE SE LEVANTAN
JUNTOS



10

SESIÓN 10:
ALEGRÍA COMO CULTURA -
AMBIENTES QUE INSPIRAN Y
TRANSFORMAN

Evaluémonos



**“El año no cambia cuando cambia el calendario.
Cambia cuando cambias tu mente.”**

Roberto Machado

Contenido

01. ¿Qué significa reiniciar la mente?

02. Cargas mentales invisibles.

03. El poder de liberar.

04. Reprogramación consciente.

05. Activando tu brillo.

06. Compromiso 2026.



01.

Identificar pensamientos limitantes.

02.

Aplicar estrategias para liberar cargas emocionales.

03.

Definir un compromiso consciente para el 2026.

Objetivo



¿QUÉ SIGNIFICA REINICIAR LA MENTE?



**Pausar patrones
automáticos.**

**Revisar creencias
heredadas.**

**Desactivar
pensamientos
repetitivos.**

**Elegir respuestas
conscientes.**





CARGAS MENTALES INVISIBLES

EL PODER DE LIBERAR

Liberar es:



Aceptar



Aprender



Soltar
resentimiento.



Elegir paz

REPROGRAMANDO CREENCIAS



**Detecta la
creencia.
limitante.**

Cuestionála.

Sustitúyela.

Repítela.

ACTIVANDO TU BRILLO INTERIOR

Tu brillo se activa cuando:



Te aceptas.



**Reconoces
avances.**



**Practicas
gratitud.**



**Actúas alineado
con tus valores.**

COMPROMISO CONSCIENTE 2026

Mi compromiso este año será:



Pensar con
intencion.



Hablar con
responsabilidad.



Actuar con
coherencia.



Liberar
lo que me pesa.

Bibliografías

- El hombre en busca de sentido - Viktor Frankl <https://h1.nu/1kr0F>
- Como un hombre piensa - James Allen <https://h1.nu/1pwVz>
- Meditaciones - Marco Aurelio <https://h1.nu/1pwVL>
- De la brevedad de la vida – Séneca <https://h1.nu/1pwVQ>
- Deja de ser tú – Joe Dispenza <https://h1.nu/1pwVU>
- Usted puede sanar su vida – Louise Hay <https://h1.nu/1kr1f>

Evaluémonos



Preguntas



Recuerda que Positiva tiene para ti:



posipedia

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



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVA's



Guías



Mailings



Videos



¿Quieres profundizar tus conocimientos y potenciar tus competencias en SST?

¡Capacítate y fortalece la seguridad de tu empresa!

CURSOS

**VIRTUALES SG-SST
DE 50 Y 20 HORAS**

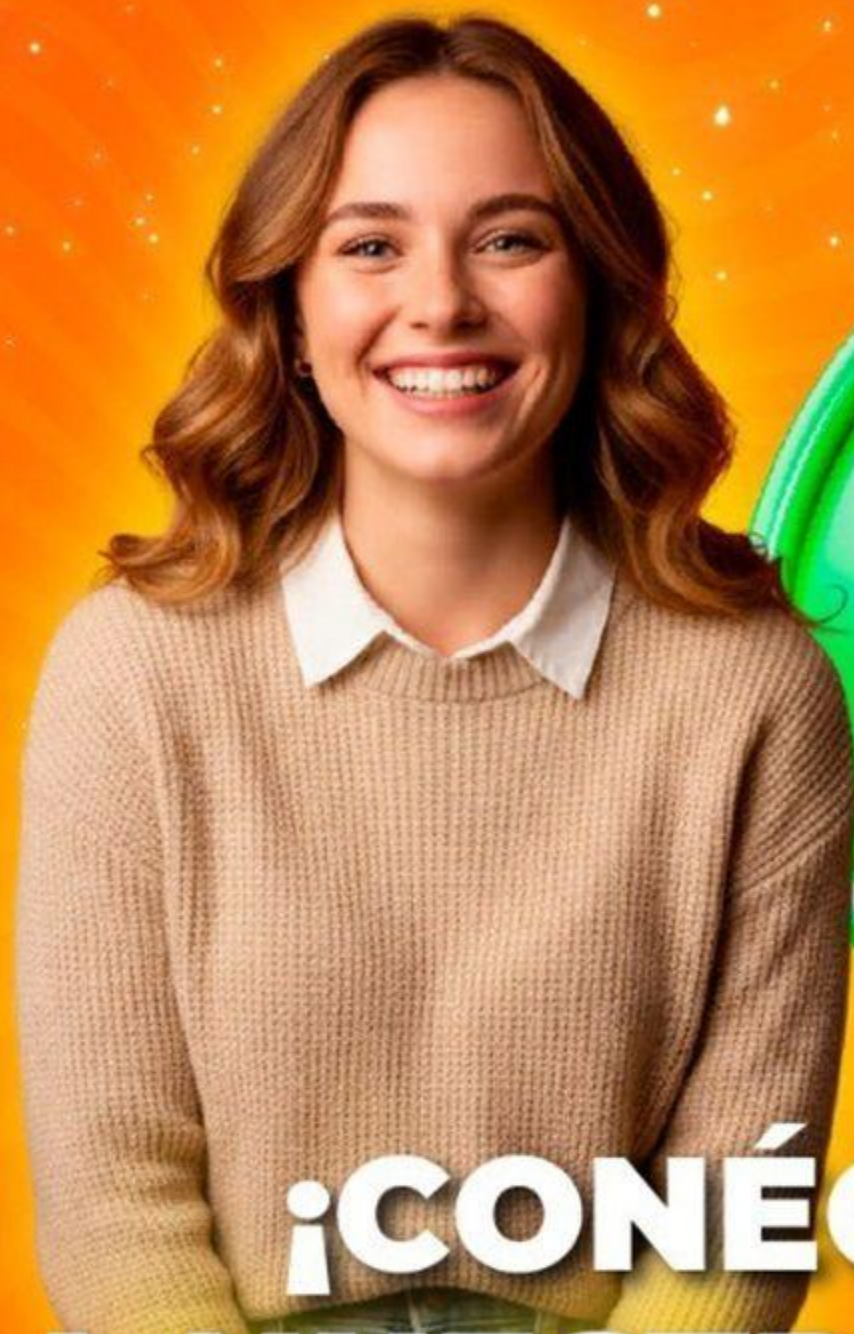
Escanea e insíbete



Para trabajadores de todas las empresas, áreas y sectores.

¡TE ESPERAMOS!





**¡CONÉCTATE
A NUESTRO CANAL
de WhatsApp!**

POSITIVA PREVENCIÓN



Descubre campañas, novedades y tips en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) que te ayudarán a fortalecer tu bienestar y la cultura de prevención laboral.

**¡Únete y sé parte de la
comunidad de Positiva!**

¡Síguenos en nuestra COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código QR para entrar
a nuestro Canal de Whatsapp