



**Semana⁺
de la Salud
y Bienestar**
2026

¡Participa!



 Lunes 	 Martes 	 Miércoles 	 Jueves 	 Viernes 
Tamizaje visual Nueva EPS Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: consultorio ocupacional SDG	Tamizaje cardiovascular Nueva EPS Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: pasillo central SDG	Donación de sangre IDCBIS Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: SDG - Móvil	Donación de sangre IDCBIS Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: Metrópolis, salón	Respira sin riesgo Nueva EPS Hora: 10:00 a 11:00 a. m. Lugar: virtual, conéctate
Yoga de la risa Sanitas EPS Hora: 10:00 a 11:00 a. m. Lugar: Metrópolis – Por oficinas	Tips manejo de conflictos Hora: 9:00 a. m. 12:00 m. Lugar: Metrópolis	Tamizaje visual Cooमेva Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: Metrópolis, salón	Rumbaterapia Cooमेva Hora: 10:00 a 11:00 a. m. Lugar: SDG – Por oficinas	Clic aquí 
Capacitación PIC: Gestión riesgos críticos: Cero alcohol, cero distracción Hora: 9:00 a 11:00 a. m. Lugar: virtual, conéctate	Tecnología, desconéctate y reconéctate Cooमेva Hora: 3:00 a 4:00 p. m. Lugar: virtual, conéctate	Defiéndete de la fiebre amarilla Nueva EPS Hora: 10:00 a 11:00 a. m. Lugar: virtual, conéctate	Taller: Decisiones que transforman Actividad SPA Hora: 10:00 a. m. a 12:00 m. Lugar: virtual, conéctate	Kick boxing Cooमेva Hora: 10:00 a 11:00 a. m. Lugar: SDG – Por oficinas
Clic aquí 	Clic aquí 	Clic aquí 	Clic aquí 	

¡Elijo mi salud, protejo mi bienestar!



**Semana⁺
de la Salud
y Bienestar**
2026

¡Participa!



+ Lunes +	+ Martes +	+ Miércoles +	+ Jueves +	+ Viernes +
Tips de higiene del sueño Coomeva Hora: 3:00 a 4:00 p. m. Lugar: virtual, conéctate Clic aquí Simulador bicicleta ARL Positiva Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: pasillo central - SDG Fin día # 1	Cross fit Sanitas EPS Hora: 11:00 a. m. a 12:00 m. Lugar: SDG - Por oficinas Cápsula psicosocial ARL Positiva Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: SDG Fin día # 2	Yoga de la risa Coomeva Hora: 3:00 a 4:00 p. m. Lugar: SDG - Por oficinas Manejo: tenosinovitis de quervain Hora: 3:00 a 4:00 p. m. Lugar: virtual, conéctate Clic aquí Fin día # 3	Riesgo cardiovascular Coomeva Hora: 3:00 a 4:00 p. m. Lugar: virtual, conéctate Clic aquí Simulador patineta Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: pasillo central - SDG Fin día # 4	Gym mental Coomeva Hora: 11:00 a. m. a 12:00 m. Lugar: SDG - Por oficinas Feria de salud y bienestar emprendimientos y Compensar Hora: 8:00 a. m. a 4:00 p. m. Lugar: pasillo central - SDG Fin día # 5

¡Elijo mi salud, protejo mi bienestar!