

# Agenda de eventos

## Abril



Lunes

# 27

### Jornadas de Actualización: ¡Hablar claro es nuestro deber!

Capacítate con la Dirección de Relación con el Ciudadano.

🕒 9:00 a 11:00 a. m.

📍 Virtual -> Conéctate y participa

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

### Pausas activas divertidas

Entre 5 y 7 minutos en los que combinamos movimiento y juego para reducir el estrés.

🕒 9:00 a. m. a 12:00 m.

📍 Oficinas sede Metrópolis (dependencias) - Apoya: Coomeva

Actividad para las y los colaboradores de la sede Metrópolis.

[Participa](#)

Martes

# 28

### Simuladores de realidad virtual SST

Vive la seguridad desde otra óptica. Por a prueba tus decisiones, identifica riesgos y aprende a cuidarte.

🕒 8:00 a. m. a 12:00 m.

📍 Pasillo Sede de la Dirección General

Actividad para las y los colaboradores de SDG y Metrópolis.

[Participa](#)



### Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo

### Pausas activas divertidas

Entre 5 y 7 minutos en los que combinamos movimiento y juego para prevenir la fatiga muscular.

🕒 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

📍 Sede de la Dirección General (dependencias) - Apoya Coomeva

Actividad para las y los colaboradores en SDG.

[Participa](#)

### ¡Muévete con Smart Truck!

La actividad física también cuida de tu salud mental y tu bienestar laboral.

🕒 11:00 a. m. - 12:00 m.

📍 Parqueadero Sede de la Dirección General

Actividad para las y los colaboradores de SDG y Metrópolis.

[Participa](#)

Martes

### Actividad: Palabras que sanan

🕒 11:00 a. m. - 12:00 m.

📍 Sede de la Dirección General

Actividad para las y los colaboradores de SDG y Metrópolis.

[Participa](#)

### Capacitación: Estilos de vida saludables

Fomentaremos el autocuidado, la actividad física, la nutrición adecuada y cómo prevenir enfermedades crónicas.

🕒 3:00 a 4:00 p. m.

📍 Virtual -> Conéctate y participa Apoya Coomeva

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

### Programa de artes escénicas >> Clases de salsa básica

Tómate una pausa y actívalte para el baile. Asiste con ropa cómoda.

🕒 4:00 a 5:00 p. m.

📍 Auditorio de la Sede de la Dirección General

Actividad para las y los colaboradores en SDG.

[Clic aquí](#)

Miércoles

# 29

### Jornadas de Actualización: Inteligencia emocional en la vida diaria y en el trabajo

Capacítate con la Dirección de Talento Humano y un invitado externo.

🕒 9:00 a. m. - 12:00 m.

📍 Virtual -> Conéctate y participa

Actividad para las y los servidores públicos en todo el país.

[Clic aquí](#)

### Capacitación en gestión de riesgos críticos: velocidad segura y prevención de la fatiga.

Programas fundamentales para reducir accidentes y eventos graves. Apoya ARL Positiva.

🕒 9:30 a 11:30 a. m.

📍 Virtual -> Conéctate y participa

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

Jueves

# 30

### Charla: Cuidarme para cuidar

Prevención del riesgo psicosocial con enfoque de género.

🕒 10:00 a. m.

📍 Virtual -> Conéctate y participa

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

### Programa de artes escénicas >> Iniciación de folclor colombiano

Tómate una pausa y actívalte para los bailes tradicionales. Asiste con ropa cómoda.

🕒 4:00 a 5:00 p. m.

📍 Auditorio de la Sede de la Dirección General

Actividad para las y los colaboradores en SDG.

[Clic aquí](#)

