

Martes

20

Socialización de violencias basadas en género y rutas de atención

Participa en esta charla con la **Secretaría Distrital de la Mujer** y fórmate en estas temáticas que te ayudan a conocer y ejercer tus derechos.

🕒 10:00 a. m. a 12:00 m.

📍 **Virtual -> Conéctate y participa**

Actividad para los colaboradores de Antioquia, Caldas, Córdoba, Guainía, Quindío, Risaralda, Santander.

Clic aquí

Programa de artes escénicas >> Clases básicas de salsa

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

🕒 4:00 a 5:00 p. m.

📍 **Casino de la Sede de la Dirección General**

Actividad para los colaboradores en la Sede de la Dirección General.

Clic aquí

Jueves

22

Jueves de visita >> Compensar

Acércate al punto de atención y conoce el portafolio de medicina prepagada

🕒 11:00 a. m. a 1:00 p. m.

📍 **Pasillo central – Sede de la Dirección General**

Actividad para los colaboradores en la Sede de la Dirección General.

[Participa](#)

Socialización de violencias basadas en género y rutas de atención

Participa en esta charla con la **Secretaría Distrital de la Mujer** y fórmate en estas temáticas que te ayudan a conocer y ejercer tus derechos.

🕒 10:00 a. m. a 12:00 m.

📍 **Virtual --> Conéctate y participa**

Actividad para los colaboradores de Atlántico, Bolívar, La Guajira, Magdalena, San Andrés, Sucre, Arauca.

[Clic aquí](#)

Jueves

22

Taller de mecánica corporal

Aprende sobre prevención de lesiones y molestias musculoesqueléticas, mejora de postura, reducción de fatiga asociada a la carga física y cultura de autocuidado.

🕒 10:00 a 11:00 a. m.

📍 **Virtual --> Conéctate y participa.
Apoya el PVEPDM**

Actividad para los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

Programa de artes escénicas

>>Iniciación de folclor

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

🕒 4:00 a 5:00 p. m.

📍 **Casino de la Sede de la Dirección General**

Actividad para los colaboradores en la Sede de la Dirección General.

[Clic aquí](#)

Viernes

23

En el mes de la salud mental

Hoy es el día **rojo** que se identifica con la emoción de la ira. Participa en las actividades que buscan pausarla y activar la calma.

 Durante la jornada.

 **En todas las sedes a nivel nacional.**

Actividades para los colaboradores en todo el país.

Participa

Manejo integral de incapacidades y normatividad aplicable para servidores públicos y contratistas

Se abordarán aspectos técnicos, administrativos y legales relacionados con la gestión de incapacidades laborales, el reconocimiento de prestaciones económicas y la aplicación de la normatividad vigente. Invita COPASST SDG.

 10:00 a. m. a 12:00 m.

 **Virtual --> Conéctate y participa – Apoya ARL Positiva**

Actividad para los colaboradores en todo el país.

Clic aquí 