

## Miercoles

# 20

### Taller de fortalecimiento del piso pélvico

Espacio para cuidar tu bienestar, mejorar tu calidad de vida y aprender a conectar con tu cuerpo.

🕒 10:00 a 11.00 a. m.

📍 Virtual -> **Conéctate y participa**

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

## Viernes

# 22

### Jornada de actualización: Acciones para la garantía y restablecimiento de derechos en el marco del SNBF

Capacítate con la Subdirección de  
Autoridades Administrativas - SNBF

🕒 9:00 a 11:00 a. m.

📍 Virtual -> **Conéctate y participa**

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

[Clic aquí](#)

### Charla: estrategias para la libertad, manejo inteligente de deudas y créditos

Espacio práctico orientado a fortalecer tus  
habilidades en el manejo de las finanzas  
personales. **Apoya:** ARL Positiva

🕒 9:00 a 11:00 a. m.

📍 **Aplicativo virtual de ARL Positiva**

Actividad para las y los colaboradores en todo el país.

**Evento de previa inscripción**

[Clic aquí](#)