

Curso: Bienestar y salud en la empresa

CURSO ONLINE Y PRESENCIAL



INFORMACIÓN DEL CURSO

1

Descripción general

2

Objetivos

3

¿A quién va dirigido?

4

Duración, fecha, hora y lugar

5

Contenidos y metodología

6

¿Quién lo imparte?

5

Certificación



Descripción general

El bienestar empresarial va más allá de la salud física e incluye dimensiones clave como la salud mental, emocional y social. Dado que las personas pasan una parte significativa de su tiempo en el trabajo, las empresas tienen un papel fundamental en fomentar su bienestar.

Diversos estudios han demostrado que invertir en bienestar no solo mejora la productividad, sino que también reduce el ausentismo y aumenta el compromiso de los empleados. A pesar de ello, muchos entornos laborales enfrentan desafíos persistentes, como el estrés, la obesidad y el sedentarismo. Además, el auge del teletrabajo ha traído nuevos retos, como la dificultad para desconectar del trabajo.

Este curso se enfoca en cuatro áreas esenciales del bienestar: salud emocional, procesos psicosociales, habilidades relacionales y estilo de vida. A través de herramientas prácticas, busca mejorar estas áreas, beneficiando tanto a los empleados como al éxito general de la organización.



Objetivos

- Conocer un modelo integral de Bienestar y Salud laboral y su impacto en los resultados organizacionales.
- Fomentar la reprogramación emocional a través del autoconocimiento y la autorregulación para mejorar el bienestar laboral.
- Entender los procesos psicosociales del entorno laboral y mejorar las habilidades relacionales para promover salud y productividad.
- Comprender aspectos básicos de fisiología y nutrición para adoptar hábitos saludables que impacten en el bienestar y rendimiento laboral.
- Identificar factores osteomusculares que afectan el rendimiento laboral.
- Reprogramar hábitos posturales y lenguaje no verbal para mejorar el bienestar físico y el desempeño en el trabajo.



¿A quién va dirigido?

- Profesionales de cualquier sector empresarial, nivel de responsabilidad, así como personas que ejercen roles de liderazgo (formal o informal) de grupos o equipos de los diferentes departamentos de la organización (ventas, recursos humanos, marketing, técnico, operaciones, logística, finanzas, etc.) y cualquier perfil con potencial para las relaciones interpersonales y el desarrollo de carrera profesional dentro de la organización.



DURACIÓN

Este curso tiene una duración de 39 horas



FECHA

Las fechas de inicio y finalización de los cursos estarán disponibles en la web de CES Institute para profesionales particulares interesados en dar un impulso a su carrera. Para empresas, ofrecemos la posibilidad de definir fechas personalizadas, diseñadas a medida para adaptarse a sus necesidades y objetivos específicos.



HORA

Este curso se imparte en modalidad PRESENCIAL, IN COMPANYY y STREAMING (VIDEOCONFERENCIA).

Los horarios se definen según la modalidad seleccionada.



LUGAR

PRESENCIAL: En las aulas de CES Institute en Barcelona.

STREAMING: A través del Campus Moodle de CES, con clases en tiempo real por videoconferencia.

IN COMPANYY: En las instalaciones de las empresas que lo soliciten.

Los cursos de CES Institute se dirigen tanto a empresas como a profesionales que deseen ampliar sus habilidades de manera personalizada y flexible. También pueden ser impartidos en modalidad TELEFORMACIÓN. Para más información contacte con nuestra área comercial.



Contenidos

Módulo 1: El bienestar y la salud laboral: un nuevo paradigma para su implementación en las organizaciones.

Módulo 2: Reprogramación Emocional y su impacto en la efectividad Empresarial.

Módulo 3: Reprogramación de los Procesos Psicosociales, Habilidades Relacionales y su impacto en Bienestar y la Salud laboral.

Módulo 4: Reprogramación Nutricional y su impacto en el Bienestar y la salud laboral.

Módulo 5: Reprogramación física-corporal y Estilo de vida.

Metodología:

Tanto en la modalidad online como presencial, se aplica la metodología del “aprender haciendo”, creando un ambiente distendido y colaborativo donde, a través del trabajo práctico y la interacción con los compañeros, cada participante descubre su propio lenguaje para comunicar ideas, resolver problemas y trabajar en grupo.

¿Quién lo imparte?

La alianza entre **CES Institute - Creative Engineering Solutions Institute** y el **International Center for Entrepreneurs in Barcelona (ICEB)** combina lo mejor del ámbito técnico industrial y el desarrollo humano. Juntos, ofrecen una propuesta formativa única y diseñada para transformar empresas y potenciar carreras profesionales, respondiendo a las demandas de un mercado competitivo y en constante cambio.



CES Institute se dedica a la formación y consultoría especializada en el ámbito industrial, diseñando programas y proyectos bajo el lema "Evolución industrial con sentido humano", aportando valor a las empresas mediante el conocimiento técnico con un enfoque práctico que pone a las personas en el centro del progreso "haciendo fácil, lo difícil."

La propuesta de **CES** es guiar a empresas y profesionales hacia la especialización y certificación industrial, asegurando competitividad y cumplimiento de los más altos estándares. Sus áreas clave incluyen:

- Asesoramiento en operaciones y mantenimiento según la normativa vigente.
- Inspecciones industriales para certificaciones como UTVA, media tensión y gases COVs
- Proyectos de desarrollo y consultoría Técnica en eficiencia Energética Industrial y de edificación.
- Auditorías para la implementación de sistemas de calidad (ISO 9001), medioambientales (ISO 14001) PRL (ISO 45000) y energía (ISO 50001)
- Impartición de formación en ámbito de Seguridad industrial , Prevención y MA & energía, en industria y servicios, tales como:
 - Operación y mantenimiento de equipos a presión con capacidad e preparación para obtener carnés de operador industrial y certificaciones técnicas.
 - Seguridad Industrial: Reglamentado de Máquinas
 - Seguridad industrial en Instalaciones de Alta Tensión
 - Prevención y safety industrial



Por su parte, el **International Center for Entrepreneurs in Barcelona (ICEB)**, es un centro especializado en la formación, el desarrollo de proyectos de emprendimiento, y que ofrece servicios de apoyo a la gestión para emprendedores y empresas a nivel nacional e internacional.

El objetivo estratégico es el desarrollo del factor humano, combinando innovación y una visión global. Basado en el principio de "aprender haciendo", impulsa a estudiantes y clientes a desarrollar modelos de negocio adaptados a sus realidades, gestionar equipos y construir estrategias efectivas.

Con una marcada proyección internacional, **ICEB** incluye en sus programas una inmersión en mercados clave como Asia, América y Europa, promoviendo una experiencia multicultural que prepara a sus estudiantes para enfrentar desafíos globales. Además, fomenta redes de contacto enfocándose en el talento humano como motor empresarial, y ofreciendo servicios personalizados de diagnóstico y acompañamiento para empresas y startups, alineando sus objetivos estratégicos con el desarrollo de sus equipos.

Comprometido con la formación integral y práctica, el **International Center for Entrepreneurs in Barcelona (ICEB)** es el lugar ideal para transformar ideas en proyectos viables, capacitar equipos de trabajo y formar líderes preparados para el futuro empresarial.



Certificación

La certificación en este curso es una inversión en el desarrollo profesional de los empleados y en el crecimiento de la empresa. Al obtenerla, los profesionales demuestran su compromiso con la excelencia y su capacidad para aplicar los conocimientos adquiridos en el entorno laboral.

Para obtener la certificación de **CES Institute**, el alumnado debe cumplir con los siguientes requisitos:

- Asistencia obligatoria y participación en todos los módulos del curso.
- Superar satisfactoriamente al menos el 80% de las evaluaciones.
- Completar todas las actividades prácticas propuestas.

Este programa de formación ofrece una doble certificación a través del convenio de colaboración de **CES Institute** y el **Centro Internacional para Emprendedores en Barcelona- ICEB**

www.cesinstitute.org

CES Institute: “Evolución industrial con sentido humano.”

 +34 656 95 64 65

 info@cesinstitute.org

