

## Hábitos hacia la productividad y la salud integral de las personas y las organizaciones

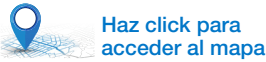


**Palma de Mallorca, 7 de noviembre de 2023 - 10:00 horas**

**Lugar de celebración:** Salón de actos de Ibermutua  
C/ Blanquerna, 2- 07003 Palma de Mallorca

**Para confirmar asistencia:**

**D. Luis Barceló Montaner**  
e-mail: [luisbarcelo@ibermutua.es](mailto:luisbarcelo@ibermutua.es)  
Teléfono: 971 76 30 92



Haz click para acceder al mapa

## Programa

Ahondando en los contenidos sobre “Psicología positiva y salud laboral” y los de “Hábitos saludables y productividad” presentados en talleres desarrollados previamente, el objeto de este taller es profundizar en el desarrollo de una “Ecuación Vital” de una las tres variables mencionadas: Empresa Saludable – Efectividad Laboral - Hábitos Productivos.

Las personas asistentes a este programa aprenderán a descubrir cuándo están siendo efectivos y cuándo no; entender si la causa de ello son hábitos deshabitados y perniciosos; manejar la emoción asociada a ello y promover nuevos hábitos según las circunstancias y necesidades derivadas de los cambios en sus contextos laborales, cada vez más virtualizados. Proponer objetivos para asentar el cambio de hábitos y avanzar.

Por tanto, en este taller se abordarán conocimientos y habilidades con objeto de:

- Reconocer, para desmantelar, las áreas de infelicidad e improductividad laboral.
- Identificar los hábitos responsables de tales situaciones y proponer otros más efectivos.
- Trazar una “Ecuación Vital” para ver y vivir cada elemento de su organización empresarial “con otra mirada”.
- Transmitir y extender este conocimiento a toda la empresa.

Está destinado a cualquier persona dentro de la organización y en particular a Responsables y Técnicos de Prevención; Directivos de RRHH y Responsables y/o Líderes de Equipos.

## Programa

### 10:00 h. Bienvenida y presentación

**D. Eduardo Zurdo Palacios** - Director de Ibermutua en Palma de Mallorca

### 10:10 h. Cambio de hábitos. Nuevos objetivos. El camino hacia la mejora de la productividad y la salud

**D. Carlos Javier Duarte Sánchez** - Director en Commsense D&S

- Zona de confort vs zona de Procrastinación
- Descubrir hábitos improductivos para cambiarlos
- Emociones y hábitos
- Estructurar nuevos hábitos, individuales y colectivos, en el ámbito de la organización empresarial
- Hábitos y salud Laboral

### 13:50 h. Programa de gestión de la prevención para Pymes y micro Pymes

**D. Jesús Martínez Mataredonda** - Técnico de Prevención de Ibermutua

Prevención 10 del INSST

### 14:00 h. Fin de la jornada



Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social 2023

Síguenos en



**900 23 33 33**  
[www.ibermutua.es](http://www.ibermutua.es)

