

Programa Formativo

ACCIÓN DE FORMACIÓN:

CURSO LA SEGURIDAD EMPIEZA POR TI (CHARLA Y ACTIVIDAD 1)

DURACIÓN:

2.00 horas [2.00 hora(s) teórica(s) y 0.00 hora(s) práctica(s)]

OBJETIVO GENERAL:

PROPÓSITO:

DIRIGIDO A:

UNIDADES PROGRAMÁTICAS

UNIDAD 1: Autocuidado

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Darse cuenta de la importancia del autocuidado personal como compromiso y valor de vida.	1) ¿Qué considera importante en su vida? 2) La importancia del autocuidado . 3) El cuidado del compañero 4) La familia, el amor, el autoestima y el auto compromiso como valores de vida 5) Compromiso personal con el autocuidado.	1.00 horas teóricas y 0.00 horas prácticas (1.00 horas totales)

UNIDAD 2: ¿Qué pasaría si?

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Darse cuenta de las consecuencias que puede conllevar el perder una mano, un pie o si se queda imposibilitado para caminar.	1) Las consecuencias de perder una mano, un pie o si se pierde la capacidad de caminar.	1.00 horas teóricas y 0.00 horas prácticas (1.00 horas totales)