

CATÁLOGO DE CURSOS DISPONIBLES



ASOCIADO CON:

OFRECEN FORMACIÓN DE:

¿Qué es la formación Bonificada?

Toda empresa que cotice por sus trabajadores en el Régimen General de la Seguridad Social, dispone de una cuota para financiar la formación de sus empleados. Para empresas de 1 a 5 trabajadores dicha cantidad es de 420 euros/año y para empresas de más de 5 trabajadores consulte aquí:

Calcula tus créditos
formativos



Otras formas de denominar a la formación bonificada:

Sistema de bonificaciones, formación de demanda, créditos formativos...

¿De dónde nace este tipo de formación?

A partir del 1 de Enero de 2004, entró en vigor el nuevo Sistema de Formación Profesional continua, regulado actualmente por el Real Decreto 395/2007, de 23 de Marzo de 2007, y que se desarrolla por la Orden Tas 2307/2007, de 27 de Julio. Este sistema consiste en facilitar a las empresas, el desarrollo de programas de formación para sus trabajadores, mediante un procedimiento que les permita llevar a cabo y planificar la formación que necesiten sin tener que ajustarse a las convocatorias anuales con un catalogo de cursos cerrado.

Cada empresa dispone de un Crédito para la formación, que podrá hacer efectivo mediante la aplicación de bonificaciones de la Seguridad Social, una vez realizada la formación.

La Cantidad de Crédito resulta de aplicar a la cantidad ingresada por la empresa en concepto de formación profesional en el ejercicio anterior.

¿Quién puede beneficiarse?

Todo trabajador dado de alta en el Régimen General de la Seguridad Social tiene derecho a poder formarse a través de este sistema siempre y cuando la empresa cumpla con los requisitos formales establecidos, siempre y cuando exista un acuerdo con la misma y la representación legal de los trabajadores RLT (si existiera).

Requisitos para la empresa

Para acceder necesitas cumplir los requisitos legales para acogerse al programa de Formación Continua mediante el sistema de Créditos Formativos a través de Bonificaciones en las cotizaciones de su empresa a la Seguridad Social que son:

1. La empresa debe tener Crédito Formativo suficiente para utilizarlo en formación.
2. La empresa debe de estar dada de alta en el Registro Mercantil durante todo el periodo del curso.
3. La empresa debe de estar al corriente con los pagos de Hacienda y de la Seguridad Social.

Requisitos para el trabajador

Estar dado de alta en el Régimen General de la Seguridad Social (trabajadores por cuenta ajena). Los trabajadores en Régimen Especial de Autónomos no se pueden acoger a la bonificación.

Pasos a seguir: Documentación

- **Información sistema de créditos formativos para empresas** (es un documento que contiene información sobre la realización y posterior ejecución de la formación a través del sistema formativo de las bonificaciones a la Seguridad Social).
- **Modelo del convenio de agrupación y Anexo I** (convenio establecido con la empresa de formación para la asunción por parte de la empresa formadora del buen desarrollo de la actividad formativa)
- **Declaración jurada de estar al corriente de pagos en la Seguridad Social y Hacienda**(documento necesario para la ejecución de los cursos por esta modalidad)
- **Información sobre la formación continua al representante legal de los trabajadores**(todo representante de la empresa debe de estar al corriente de la ejecución de la formación a través de este sistema)

- **Ficha de inscripción del alumno.**
- **Comunicado del procedimiento de bonificación del crédito formativo** (breve explicación del procedimiento burocrático a seguir)
- **Datos de bonificación** (son los datos de la empresa beneficiada)

¿Cómo se hace la bonificación?

Se podrá contabilizar en una subcuenta específica dentro de la cuenta 649 “*Otros gastos sociales*” que se denomine “*Gastos en Formación Continua (Créditos Formativos) Real Decreto 395/2007*”

A su vez las bonificaciones que se apliquen a cada empresa (bonificaciones/ deducciones en los TC1).

Se podrá contabilizar en una subcuenta específica dentro de la cuenta 778 “*Ingresos excepcionales*” que se denomine “*Bonificación de la Seguridad Social por Formación Continua (Créditos Formativos) Real Decreto 395/2007*”.

Para obtener la bonificación en las cotizaciones de la Seguridad Social, una vez recibida la correspondiente formación (curso a bonificar) , al cumplimentar el TC1 del mes de notificación, en la casilla 601 “*Bonificaciones, Subvenciones y Compensaciones Desemp. Parcial*” (si se utiliza el formato papel) y si se utiliza el sistema red diferenciar en un apartado “*Bonificación formación Continua*” donde se reflejará la bonificación correspondiente.

La factura emitida por la entidad impartidora, correspondiente a la cuota de bonificación imputada se quedará en custodia de la entidad beneficiaria ante posibles inspecciones.

¿Tiene costes para mí?

Es totalmente gratuito para el trabajador.

La empresa deberá abonar una factura por el coste de la formación que con posterioridad y una vez verificado que el alumno ha finalizado satisfactoriamente en curso al que se inscribió, podrá ser bonificada en los pagos a la Seguridad Social en el mes siguiente a la finalización del curso, siempre y cuando la empresa realice el procedimiento de bonificación correctamente.

Requisitos para una correcta bonificación

En cursos presenciales, es obligatorio que todos los alumnos inscritos asistan al 75% del total de las horas. Respecto a la formación on-line, será necesario realizar un mínimo de accesos al curso de forma periódica, acorde a las necesidades formativas del curso a desarrollar además del 75 % del total de preguntas abiertas estipuladas hasta el momento, que vendrá indicado en el envío del material del alumno.

Tarjeta Profesional de la Construcción (TPC), Seguridad en la construcción



Descripción del curso

La TPC (Tarjeta Profesional de la Construcción) es una formación obligatoria según Convenio Colectivo de la Construcción y/o Acuerdo Estatal del Metal. Esta formación consta de un Primer Ciclo y Segundo Ciclo. El primer ciclo o Aula Permanente son 8 horas presenciales comunes a todos los oficios de construcción y te dan acceso a la Tarjeta Profesional. El Segundo Ciclo consta de 20 horas específicas para cada oficio y para su acceso es necesario disponer previamente de las 8 horas.

A partir del 01/01/2012 es obligatorio que todos los trabajadores tengan las 8 horas y las 20 específicas para poder entrar en la obras.

Las especialidades son las siguientes:

- RESPONSABLES DE OBRA Y TÉCNICOS DE EJECUCIÓN

(Para encargados de la vigilancia de la ejecución de obras).

- **DELEGADOS DE PREVENCIÓN**.(Para los enlaces sindicales de las empresas).

- **ALBAÑILERÍA** (Fachadas, fabricación ladrillos, revestimiento cemento, distribución interior, materiales cerámicos, cartón – yeso, escayola, etc.).

- **TRABAJOS DE DEMOLICIÓN Y REHABILITACIÓN** (Demoliciones de estructuras, cerramientos, cubiertas...).

Curso de técnicas para el estudio



Obtén buenos resultados en tus estudios

La mayoría de los estudiantes empiezan el curso con ganas e ilusión, deseosos de obtener buenos resultados y conseguir así el reconocimiento de padres, profesores y compañeros.

Estas buenas intenciones iniciales, sin embargo, chocan a menudo con la realidad cotidiana cuando fallan factores básicos del proceso de aprendizaje. Algunos de ellos, anteriores a este mismo proceso, tienen que ver con el desarrollo de la autoestima, imprescindible para alcanzar el nivel de confianza en las propias posibilidades que refuerce la resistencia a la frustración frente a las dificultades y los inevitables tropiezos o fracasos.

Otros se refieren al desarrollo de las habilidades de interacción social necesarias para conseguir una buena integración en la familia y en el colegio o instituto, cuyos efectos se dejan notar mucho en el rendimiento escolar.

Por último, un tercer grupo de factores, más relacionados con el aprendizaje mismo, lo conforman las técnicas de estudio, desde la planificación del tiempo y la organización del material, hasta la forma de afrontar el estudio para conseguir los mejores resultados.

Objetivos

- Desarrollar el nivel de **autoestima**, para afrontar el estudio con seguridad y confianza en las propias posibilidades.
- Entrenamiento de las **habilidades sociales** y de **autocontrol**, necesarias para conseguir una interacción positiva y enriquecedora en el medio familiar y escolar.
- Aprender técnicas de **organización**, tanto respecto al material de trabajo (clasificación y archivo), como al horario (hábitos y tiempos de estudio y de descanso).
- Aprender técnicas de **planificación** de las actividades diarias, estableciendo prioridades y objetivos a corto y medio plazo.
- Aprender técnicas de estimulación de los procesos cognitivos de la **atención, concentración y memoria**.
- **Aprender técnicas de estudio generales y aplicadas a cada asignatura para conseguir un rendimiento acorde con la propia capacidad.**

Metodología

Comienzan siempre con la aplicación a cada estudiante de un **cuestionario de hábitos de estudio**. En general, cada sesión se estructura en tres partes:

- La primera se dedica a analizar los factores que influyen en el aprendizaje, como la motivación, la atención y la memoria, la lectura, la planificación y organización...
- La segunda se centra en la autoestima, las habilidades sociales y algunas técnicas de autocontrol.

- Por último, en la tercera se trabajan las técnicas de estudio propiamente dichas, descubriendo la forma más apropiada para afrontar el estudio de las diversas asignaturas, a la vez que se estimula a cada participante a encontrar el método de estudio que mejor se adapte a sus aptitudes, hábitos, intereses y dificultades.

Los cursos son eminentemente prácticos, con muchos ejercicios de aplicación para cada nuevo concepto introducido; de esta manera, el estudiante aprende desde el principio no ya lo que debe hacer, sino cómo hacerlo, que es de lo que se trata.

Operador de Carretilla Elevadora



Adquiere los conocimientos habilidades y aptitudes necesarias para poder manipularlo [...]

Duración

Cursos de 20 horas mixtas

Dirigido a

El curso de carretillero va dirigido a empresas y particulares.

Metodología

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teórica con la práctica.

Objetivos

Potenciar la cultura de seguridad, promoviendo los comportamientos seguros

- Informar y sensibilizar sobre el riesgo del uso de las carretillas elevadoras
- Difundir un referencial de conducción y uso para detectar los posibles riesgos
- Adecuarse a las exigencias legales en el marco de la Ley de Prevención de riesgos laborales

Temario

- Introducción al curso carretillero (carnet de carretillo).
- Partes y tipos de carretillas.
- Características principales de las carretillas elevadoras.
- Identificación de los componentes, dispositivos y elementos de maniobra
- Identificación de los componentes, dispositivos y elementos
- Dispositivos de seguridad de las carretillas elevadoras.
- Reglas en la utilización de las carretillas elevadoras.
- La carga y la seguridad del carretillero.
- La zona de trabajo y la seguridad.
- El carretillero y su seguridad.
- Equipo de protección personal -E.P.I.-.
- Inspecciones periódicas obligatorias de las carretillas elevadoras.
- Riesgos y su prevención en la conducción y manipulación de carretillas.
- Prácticas con carretillas elevadoras.

Operario de Camión Pluma Autocargante



Duración

Cursos Teórico- Práctico de 5 horas presenciales y 15 horas a distancia.

Dirigido a

El curso de Camión Pluma autocargante impartido en Sevilla va dirigido a empresas y particulares. Grupo Trebform Formación lucha por los intereses de las personas que se forman con nosotros y seguimos fieles al lema: con grandes grupos y precios pequeños.

Metodología

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teórica con la práctica.

Objetivos

- Comportamientos seguros en la utilización de la máquina.
- Informar y sensibilizar sobre los riesgos de utilización de los equipos y las medidas de prevención y protección más adecuadas.
- Detectar los riesgos, anticiparse a ellos, medirlos y poner en práctica técnicas de prevención que permitan evitar los accidentes.

- Adecuarse a las exigencias legales en el marco de la ley de prevención de Riesgos Laborales y del Real Decreto 1215/97.
- Toma de contacto y prácticas con el camión pluma autocargante.

Temario

- Conceptos básicos de Seguridad y salud.
- El operador de Camión pluma
- Grúa autocargante sobre camión. Definición y Normas generales.
- Comunicación para las operaciones de Grúas.
- Riesgos generales del camión pluma y medidas preventivas.
- Riesgos, medidas preventivas y recomendaciones en las operaciones del Camión pluma autocargante.
- Normas de seguridad.
- Mantenimiento del Camión pluma.
- Prácticas con el Camión pluma autocargante.

Sistemas De Energías Renovables



La generación, transporte y uso de la energía es una de las actividades del hombre con mayor repercusión negativa en el Medio Ambiente.

Sin embargo, frente a las fuentes convencionales, las energías renovables, recursos limpios e inagotables que nos proporciona la naturaleza, tienen un impacto prácticamente nulo y siempre reversible.

Las energías renovables, además, por su carácter autóctono contribuyen a disminuir la dependencia de nuestro país de los suministros externos, aminoran el riesgo de un abastecimiento poco diversificado y favorecen el desarrollo tecnológico y la creación de empleo.

Curso de plataforma elevadora



Duración

Cursos Teórico- Práctico de 5 horas presenciales y 15 horas a distancia.

Dirigido a

El curso de Plataforma elevadora impartido en Sevilla va dirigido a empresas y particulares. Grupo Trebform Formación lucha por los intereses de las personas que se forman con nosotros y seguimos fieles al lema: con grandes grupos y precios pequeños.

Metodología

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teórica con la práctica.

Objetivos

- Comportamientos seguros en la utilización de la máquina.
- Informar y sensibilizar sobre los riesgos de utilización de los equipos y las medidas de prevención y protección más adecuadas.
- Detectar los riesgos, anticiparse a ellos, medirlos y poner en práctica técnicas de prevención que permitan evitar los accidentes.
- Adecuarse a las exigencias legales en el marco de la ley de prevención de Riesgos Laborales y del Real Decreto 1215/97.
- Toma de contacto y prácticas con la plataforma elevadora.

Temario

- Conceptos básicos de Seguridad y salud.
- El operador de Plataforma elevadora
- Definición y Normas generales.
- Riesgos generales y medidas preventivas.
- Medidas preventivas y recomendaciones en las operaciones de la plataforma elevadora.
- Normas de seguridad.
- Mantenimiento.
- Prácticas con la Plataforma Elevadora.

Puente grúa



Duración

Cursos Teórico- Práctico de 5 horas presenciales y 15 horas a distancia.

Dirigido a

El curso de carretillero impartido en Sevilla va dirigido a empresas y particulares.

Metodología

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teórica con la práctica.

Objetivos

- Comportamientos seguros en la utilización de la máquina.
- Informar y sensibilizar sobre los riesgos de utilización de los equipos y las medidas de prevención y protección más adecuadas.
- Detectar los riesgos, anticiparse a ellos, medirlos y poner en práctica técnicas de prevención que permitan evitar los accidentes.
- Adecuarse a las exigencias legales en el marco de la ley de prevención de Riesgos Laborales y del Real Decreto 1215/97.
- Toma de contacto y prácticas con el manipulador telescópico.

Temario

- Introducción.
- Objetivo.
- Descripción de Puentes Grúa.
- Normativa de referencia.
- Instrucciones operativas.
- Riesgos, medidas preventivas y recomendaciones en las operaciones con el Puente Grúa.
- Mantenimiento.

- Prácticas con el Manipulador telescópico.

Manipulador Telescópico (Manitou)



Aprende a prevenir riesgos y el manejo básico de la [...]

Duración

Cursos Teórico- Práctico de 5 horas presenciales y 15 horas a distancia.

Dirigido a

El curso de carretillero va dirigido a empresas y particulares.

Metodología

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teórica con la práctica.

Objetivos

- Comportamientos seguros en la utilización de la máquina.
- Informar y sensibilizar sobre los riesgos de utilización de los equipos y las medidas de prevención y protección más adecuadas.

- Detectar los riesgos, anticiparse a ellos, medirlos y poner en práctica técnicas de prevención que permitan evitar los accidentes.
- Adecuarse a las exigencias legales en el marco de la ley de prevención de Riesgos Laborales y del Real Decreto 1215/97.
- Toma de contacto y prácticas con el manipulador telescópico.

Temario

- Introducción.
- Objetivo.
- Definición. Tipos y componentes.
- Principios básicos de equilibrado de cargas y estabilidad.
- Instrucciones operativas.
- Riesgos, medidas preventivas y recomendaciones en las operaciones con el operador telescópico.
- Equipos de protección individual.
- Prácticas con el Manipulador telescópico.

CURSO DE TÉCNICA DE VENTA



Desarrollo de competencias comerciales

Curso de 100 horas en importante plataforma de telemarketing dirigido al desarrollo de habilidades comerciales y de atención al cliente, gestión del estrés y desarrollo de la automotivación.

Objetivos del curso

- Adquirir conocimientos para una efectiva comunicación telefónica.
- Desarrollar habilidades para una optimización de resultados en la venta telefónica y en la atención al cliente.
- Gestionar de manera eficaz las quejas y reclamaciones identificando la causa y focalizando la solución con Empatía y Asertividad.
- Determinar los factores que provocan el estrés dentro de la organización o equipo de trabajo, analizar las diferentes maneras de tratarlos y corregirlos de manera eficaz.
- Profundizar sobre la importancia de la automotivación como herramienta catalizadora de nuestras emociones para desarrollar o reforzar nuestra propia motivación.

Atención al cliente



Aprenderá a atender al cliente de forma satisfactoria

Justificación/Descripción del curso

El curso de “ATENCIÓN AL CLIENTE” demuestra cómo no hay empresa viable sin atención al cliente y sin la calidad del servicio que se debe ofrecer. Por ello, para poder estar presente en un mercado cada vez más competitivo, las empresas tienen que apostar por la calidad del servicio.

Es muy importante analizar cómo percibe el cliente la calidad y los medios que existen para satisfacerla. Además, queremos conocer las herramientas que facilitarán la relación cara a cara con el cliente.

Hemos de pensar en el cliente como el centro permanente de nuestro trabajo. Tenemos que ir más allá de nuestra concepción anterior del servicio como una técnica, e incorporar los mejores intereses del cliente en el corazón mismo de nuestra empresa. Objetivos:

Aprender a responder con claridad a las necesidades del cliente, teniendo en cuenta sus circunstancias.

Conocer cómo se ha de comunicar claramente al cliente las características y prestaciones de nuestros productos y servicios.

Saber cómo buscar dentro de la propia empresa los recursos que se necesiten para llegar al cliente y satisfacer sus necesidades.

Saber detectar aquellos errores que pueden hacer fracasar el servicio al cliente.

Conocer herramientas prácticas para analizar cómo atender al cliente.

Requisitos de acceso al curso

Los cursos estarán apoyados por la tecnología y soporte permanente de ComuNET, proveedores directos de la plataforma de teleformación NETcampus. Toda la infraestructura técnica de servidores, conexión a Internet, alojamiento de contenidos, etc. estará soportada de manera permanente por la propia ComuNET, a través de sus servicios habituales de Hosting.

Los accesos al sistema y al curso se realizará por cada participante desde sus equipos remotos, los cuales deberán contar con una conexión a Internet a través de módem, RDSI, ADSL, u otros.

El equipo mínimo recomendado para poder acceder al curso de manera óptima es el siguiente:

Memoria mínima requerida: 64Mb.

Procesador: Pentium III.

Sistema operativo: Windows 95, Windows 98, Windows NT o Windows 2000, Windows XP u otros.

Tarjeta gráfica.

Resolución mínima 800X600.

Conexión a Internet vía módem (56K), RDSI o superior (Garantizando 4 kbps de acceso).

Navegador Explorer 5.0 o superior o Netscape 7.0 o superior.

Temario cubierto por el curso

Módulo 1: LA RELACIÓN CON EL CLIENTE

1. La calidad en la atención al cliente.
 - 1.1. Importancia del cliente.
 - 1.2. Punto de vista del cliente.
 - 1.3. Preparación para atender al cliente.
2. Los tipos de cliente.
 - 2.1. Clientes con Actitud Dominante.
 - 2.2. Clientes con Actitud Sumisa.
 - 2.3. Clientes con Actitud Indiferente.
 - 2.4. Clientes con Actitud Amistosa.
 - 2.5. Tratamiento de las Actitudes de los Clientes.
 - 2.6 Costes de la mala atención al cliente: costes directos e indirectos.

Módulo 2: MOMENTOS DE LA VERDAD EN LA ATENCIÓN AL CLIENTE

1. Concepto de momento de la verdad de la prestación de un servicio bancario.
 - 1.1. Ejercicio Práctico
2. Actitudes positivas en la relación con el cliente.
 - 2.1. Escucha activa.
 - 2.2. Diálogo.
 - 2.3. Confianza.
 - 2.4. Empatía.
 - 2.5. Manejo lenguaje.

- 2.6. Recursos lingüísticos.
- 3. Cómo informar al cliente.
 - 3.1. Conocimiento del cliente.
 - 3.2. Argumentación de productos bancarios.
 - 3.3. Técnicas más adecuadas.
- 4. Atención de las reclamaciones.
 - 4.1. Importancia de las reclamaciones.
 - 4.2. Proceso de atención de las reclamaciones.
- 5. Aspectos comunicativos de la atención al cliente por teléfono.
 - 5.1. Características de la atención telefónica.
 - 5.2. Componentes de la atención telefónica.
 - 5.3. En emisión de llamada.
 - 5.4. En recepción de llamada.

Módulo 3: LAS DIEZ DIMENSIONES DE LA CALIDAD EN LA ATENCIÓN AL CLIENTE.

- 1. Fiabilidad.
- 2. Profesionalidad.
- 3. Accesibilidad.
- 4. Seguridad.
- 5. Capacidad de Respuesta.
- 6. Cortesía.
- 7. Comunicación.
- 8. Credibilidad.
- 9. Comprensión y conocimiento del cliente.
- 10. Elementos tangibles.

Curso de Higiene Industrial (Higiene en el trabajo).



Resumen del curso

En la actualidad vivimos en un mundo muy competitivo, donde la producción de bienes y servicios esta enmarcada, por una dura competencia entre los productores de los mismos.

Índice de contenidos

1. En busca de la Calidad Total
2. Aplicación
3. Reingeniería
4. Desarrollo Sostenible
5. Benchmarking
6. Aspectos
7. Empowerment
8. Bases de la Implantación del Empowerment
9. Mantenimiento productivo total
10. Las 5s Japonesas
11. Conclusión
12. Bibliografía

Prevención Riesgos Laborales



Con el grado superior en PRL obtendrás un título de formación profesional: **técnico superior en prevención de riesgos laborales**. Para acceder a estos cursos debes contar con el título de bachillerato o un título de grado medio.

Temas a tratar en la formación en PRL

- Conceptos básicos de salud y seguridad en el trabajo
- Comprender las causas por las que se producen los accidentes en el trabajo por falta de seguridad en los procesos de producción y establecimiento de modelos de actuación preventivos en todos los niveles.
- Prevención de riesgos generales
- Conocer los riesgos ligados al medio ambiente.
- Análisis de la carga de trabajo, la fatiga y la insatisfacción laboral como factores de riesgo. Medidas para disminuir los efectos.
- Control de la salud del trabajador por medio de ajustes ergonómicos.
- Conocimientos básicos de planes de emergencia y evacuación. Comunicación de dichos planes a todo el personal y realización de simulacros para que el personal pueda reaccionar de forma correcta en caso de emergencia, disminuyendo las pérdidas lo más posible.
- Gestión de la prevención de riesgos a través de los organismos públicos que se encuentran relacionados con la salud y seguridad del personal
- Primeros auxilios.
- Evaluaciones iniciales de riesgos

Salidas laborales como técnico en PRL

El departamento de Recursos Humanos de una empresa es una opción viable para tu salida laboral, desde ahí te encargas de la comunicación de la normatividad a todo el personal de la empresa.

Como técnico en prevención de riesgos laborales podrás colaborar en la formación de brigadas de emergencia en tu empresa.

El departamento de producción de una empresa es otra opción para desarrollarte profesionalmente. Desde esta área de trabajo, es posible documentar los procesos de producción para identificar los riesgos existentes y vigilar el cumplimiento de las medidas de control de acuerdo con la normatividad vigente del sector.

Curso de Reiki



Reiki manos que curan.(Mejora tu vida)

El reiki es una palabra japonesa, formada por dos partes por una lado, rei: que quiere decir universo y por otro lado ki: que significa energía, por lo tanto de la unión etimológica de ambas, tenemos que reiki = energía universal.

Esta técnica energética permite trabajar nuestra dimensión energética, equilibrando nuestros centros energéticos llamados “chakras”. El reiki es un alivio para las enfermedades, mediante la imposición de manos en determinadas zonas del cuerpo conseguiremos magníficos

resultados. Siempre debemos tener en cuenta que reiki no sustituye a ningún profesional de la medicina, más bien lo complementa, de hecho numerosos centros hospitalarios incluyen las sesiones de reiki, como una potente herramienta de sanadora, tal y como se explica en este video. La técnica reiki esta basada en la imposición de manos y en el tratamiento **energético** de los chakras de la persona. Suelen existir varias modalidades de reiki, tenemos el Usui Tibetano, celta, Karuna y Egipcio. Este último nos permiten trabajar todos los chakras utilizando la energía de la tierra y el universo.

La técnica reiki por regla general se suele estructurar en varios niveles, concretamente en dos niveles y la maestría. Es una técnica que se aprende en un tiempo relativamente corto, las iniciaciones en cada nivel se pueden realizar en cursos de unas 10 horas, si bien, el dominio de esta técnica requiere una práctica continuada, así como un trabajo de crecimiento personal comprometido. Solo la práctica hace al maestro.

Risoterapia (Mantente sano riendo)



Todos sabemos que reír es muy **saludable**. No siempre tenemos ganas o motivos, pero si supiésemos fehacientemente cuánto bien le hace a nuestro cuerpo y nuestra alma, lo haríamos más seguido, aún sin motivo. Cada vez son más los estudios que avalan el poder **curativo** de la risa. El tema de esta semana nos adentra en este mundo donde sonreír puede llegar a reemplazar remedios y terapias. Empecemos el año conociendo el valor curativo de la risa y propongámonos que éste sea nuestro mejor remedio para cualquier mal.

Risoterapia

La Risoterapia nos ayuda, por medio de la risa, a eliminar bloqueos emocionales, físicos, sanar nuestra infancia y en un proceso de crecimiento personal. Después de una sesión de Risoterapia nos sentiremos amorosos, tiernos, llenos de energía vital, etc.

¿Qué es la Risoterapia?

La Risoterapia es una hermosa puerta para lograr la relajación, abrir nuestra capacidad de sentir, de amar, de llegar al silencio, al éxtasis, a la creatividad, sencillamente utilizando la risa como camino.

Se utilizan técnicas que ayudan a liberar las tensiones del cuerpo y así poder llegar a la carcajada, entre ellas: la expresión corporal, el juego, la danza, ejercicios de respiración, masajes, técnicas para reír de manera natural, sana, que salga del corazón, del vientre, de un modo simple como los niños.

¿En qué se basa la Risoterapia?



Científicamente, se ha comprobado que la risa franca, la carcajada, aporta múltiples beneficios: rejuvenece, elimina el estrés, tensiones, ansiedad, depresión, colesterol, adelgaza, dolores, insomnio, problemas cardiovasculares, respiratorios, cualquier enfermedad. Nos aporta aceptación, comprensión, alegría, relajación, abre nuestros sentidos, ayuda a transformar nuestros pautas mentales.

Recientes estudios sobre la capacidad de las carcajadas para combatir todo tipo de enfermedades indican que mientras reímos liberamos gran cantidad de endorfinas, responsables en gran parte de la sensación de bienestar.

¿En qué nos puede ayudar la Risoterapia?

Se utiliza la risa con el fin de eliminar bloqueos emocionales, físicos, mentales, sexuales, sanar nuestra infancia, como proceso de crecimiento personal. Se crea un espacio para estar con uno mismo, vivir el aquí y ahora, estar en el presente, ya que cuando reímos es imposible pensar, nos ayuda a descubrir nuestros dones, abrirnos horizontes, vencer los miedos, llenarnos de luz, de fuerza, de ilusión, de sentido del humor, de gozo y aprender a vivir una vida positiva, intensa, sincera y total, como los niños.

Después de una sesión de dos horas, es inevitable sentirse pleno, amoroso, tierno, alegre, vital, energético y un sinfín de sentimientos positivos. Parece mentira cómo un método tan sencillo como es la risa puede aportarnos tanto: la risa es Magia, es Alquimia, es la mejor medicina.

“La vida es en su totalidad una gran broma cósmica. No es algo serio, tómala seriamente y la perderás. Compréndela únicamente a través de la Risa”. OSHO.

Origen y evolución de la Risoterapia

Diferentes corrientes filosóficas conocen desde hace siglos la importancia de la risa y el sentido del humor y lo promueven de manera práctica.

Hace más de 4000 años en el antiguo imperio chino, había unos templos donde las personas se reunían para reír con la finalidad de equilibrar la **salud**. En la India también se encuentran templos sagrados donde se puede practicar la risa.

En culturas ancestrales de tipo tribal, existía la figura del “doctor payaso” o “payaso sagrado”, un hechicero vestido y maquillado que ejecutaba el poder terapéutico de la risa para curar a los guerreros enfermos.

Sigmund Freud atribuyó a las carcajadas el poder de liberar al organismo de energía negativa, algo que ha sido científicamente demostrado al descubrir que el córtex cerebral libera impulsos eléctricos negativos un segundo después de comenzar a reír. En los últimos 30 años se ha avanzado mucho en la aplicación de la risa como terapia.

En los años 70, un doctor californiano aplicó la alegría y el buen humor como apoyo en la recuperación y tratamiento de enfermedades, obteniendo beneficiosos resultados. A partir de entonces se comenzó a utilizar la técnica de la terapia de la risa en hospitales de EEUU, Suiza, Alemania y Francia.

Curso de Manipulador de Alimentos



Duración

Cursos de 5 horas mixtas o de 10 horas mixtas.

Dirigido a

Personas que, por su actividad laboral, tienen contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio.

Manipuladores de mayor riesgo

Manipuladores de alimentos cuyas prácticas de manipulación pueden ser determinantes en relación con la seguridad y salubridad de los alimentos.

Se considerarán manipuladores de mayor riesgo los dedicados a las siguientes actividades:

- a) Elaboración y manipulación de comidas preparadas para venta, suministro y servicio directo al consumidor o a colectividades.
- b) Aquellas otras que puedan calificarse como de mayor riesgo por la autoridad sanitaria competente, según datos epidemiológicos, científicos o técnicos.

Objetivos

- Cumplir la legislación vigente en materia de formación a los trabajadores.
- Mejorar los hábitos de los manipuladores, mediante Prácticas Correctas de Higiene.
- Mantener a los trabajadores actualizados en los contenidos de los últimos cambios normativos y/o tecnológicos.

Metodología

- Expositiva: Exposición oral por parte del formador.
- Interrogativa: Planteamiento de cuestiones, tanto por parte del formador como por parte del alumno. Este método permite a los participantes aclarar dudas y el formador obtiene retroalimentación sobre la marcha del proceso de aprendizaje.
- Activa: Participación constante del receptor en el desarrollo de la presentación, busca su propia información y resuelve por sí mismo el problema.

- PREGUNTE E INFÓRMESE DE MÁS CURSOS.