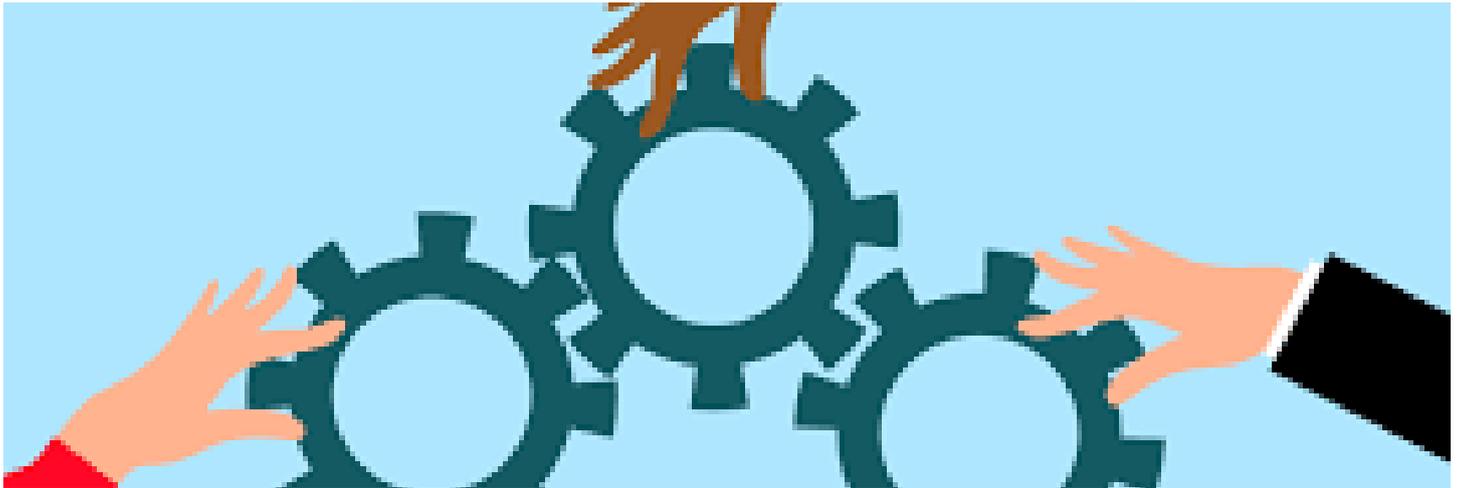


BOLETÍN N.2

TU BOLETÍN INFORMATIVO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL



TU BOLETÍN INFORMATIVO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL:

>>> ENTRADA EN FUNCIONAMIENTO

BUZÓN DE CONSULTAS Y SUGERENCIAS

En el mes de Marzo se ha habilitado en nuestra web el BUZÓN DE CONSULTAS Y DENUNCIAS de Prevención y Salud Laboral. Esta nueva herramienta os permitirá realizar, de forma directa, consultas, resolver dudas así como exponer situaciones o deficiencias en materia preventiva que estéis sufriendo en vuestros centros de trabajo.

Este nuevo canal de comunicación facilita el asesoramiento que, desde la Secretaría de Prevención y Salud Laboral, ofrece esta Federación a los delegados y delegadas sindicales y permite que cualquier persona trabajadora disponga de un medio para consultar y/o denunciar deficiencias preventivas que afecten a su seguridad y salud.

SABER MÁS <<<

Podrás encontrarlo en la página de inicio de la web facuso.es, bajo el título

Salud laboral
Consultas y denuncias

Haz clic y se abrirá un formulario que deberás rellenar. Envía tu solicitud y te atenderemos.

¿ CÓMO UTILIZARLO ?

»»» AGENDA DE FORMACIÓN EN PRL DEL INSST

Para trabajar el área de Salud Laboral con rigor y profesionalidad es imprescindible recibir la formación adecuada en Prevención de Riesgos Laborales. Os adjuntamos el enlace de la página de formación del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, donde se anuncian las actividades formativas de esta temporada que ofrece este organismo de forma gratuita a personas trabajadoras del ámbito preventivo y a delegados y delegadas de prevención.

¡¡APROVECHA Y APÚNTANTE!!



<https://www.insst.es/formacion>

**ESTUVIMOS
EN
ASTURIAS...**



»»» CON LA ACTIVIDAD FORMATIVA SALUD LABORAL Y ACCIÓN SINDICAL: Una protección integral en el trabajo



Se ha impartido la actividad formativa SALUD LABORAL Y ACCIÓN SINDICAL en las ciudades de Gijón y Barcelona, contando con una amplia participación de delegados y delegadas de esta Federación. Pudimos analizar y debatir la situación de la gestión preventiva en los diferentes sectores de la Administración Pública de estas Comunidades Autónomas. En ambas ocasiones contamos con la presencia del Secretario de Organización de FACUSO Estatal, Sergio Romero, quien dirigió unas palabras de ánimo, apoyo y agradecimiento a los asistentes de la jornada.



**Y EN
CATALUÑA**



Facebook



Telegram



X

www.facuso.es

ana.aviles@facuso.com

»»» ATENCIÓN A LA EDAD EN LA GESTIÓN PREVENTIVA

El Marco Estratégico Europeo de Seguridad y Salud en el trabajo 2021-2027 da especial relevancia a la atención a la edad en la gestión preventiva. El envejecimiento progresivo de la población laboral y la prolongación de la vida laboral hace que cada vez sea más necesario que tengamos en cuenta la edad de la persona trabajadora como factor importante en las evaluaciones de riesgos y en la organización del trabajo.

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo ha publicado junto con el Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laboral el documento GESTIÓN DE LA EDAD Y PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. Este documento recoge directrices y analiza dimensiones a tener en cuenta en la planificación preventiva. El objetivo último es poder desempeñar nuestro trabajo de manera adecuada a cualquier edad, sin que ello suponga un riesgo para nuestra seguridad y salud.

Si quieres seguir leyendo, pincha

<https://facuso.es/noticias/informacion/atencion-a-la-edad-en-la-gestion-preventiva-importancia-y-beneficios/>

**UNA IMAGEN
VALE MÁS
QUE...**



»»» USA TU EQUIPO DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

EVITA ACCIDENTES DE TRABAJO

En trabajos en altura, usa cinturones de seguridad, arnés anticaída, tira de seguridad amarrada a dos puntos fijos, casco de seguridad, calzado con suelo antideslizante

DEFENDEMOS TUS DERECHOS
En Salud Laboral, ¡ importas tú !

TÉCNICAS PARA LA PREVENCIÓN DEL ESTRÉS <<<

La lucha contra el estrés laboral comienza con la adopción de medidas preventivas que eviten o minimicen este riesgo laboral. Aunque es importante actuar a nivel organizativo en el trabajo, no podemos olvidar la gestión personal del estrés como primera herramienta para reducir los efectos del mismo en nuestra salud. Os indicamos algunas técnicas para prevenir el estrés laboral:

**CÓMO CUIDARSE EN
SALUD**

- Mantén un buen estado físico, realiza ejercicios físicos de forma habitual
- Establece relaciones sociales vitalizantes, de apoyo psicológico. Entrena habilidades sociales
- Aprende técnicas de relajación y respiración. Ayudan a relajar la tensión acumulada
- Aprende a ser más asertivo.
- Haz ejercicios de control mental. Nos ayudará a gestionar una situación estresante sin llegar a reaccionar de forma desproporcionada.
- Organiza y gestiona bien el tiempo, dedica unos minutos a programar la jornada: determina objetivos, decide qué es prioritario y qué no lo es, deja un margen de tiempo para imprevistos y otro para descansos.



Facebook



Telegram



X

www.facuso.es

ana.aviles@facuso.com

