



**“Año de la universalización de la salud”**

Moquegua 30 de Julio del 2020

**OFICIO N° 0001-2020/IVCA-MOQ.**

**SEÑOR(A):** Zenón Gregorio Cuevas Pare

Gobernador Regional de Moquegua

**ASUNTO:** SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA SEMINARIO- TALLER

**APRECIADO:**

Es grato dirigirnos a usted, y hacerle llegar nuestro saludo afectuoso, a nombre de **INSTITUTO VIDA Y CONSULTORES ASOCIADOS** en convenio con la **UNIVERSIDAD PERUANA UNION**, estamos promoviendo un estilo de vida saludable.

Toda institución busca eficiencia, sin embargo, son pocas las que llegan a concretarla, por falta de compromiso, motivación y problemas externos de los trabajadores; por ello nace el proyecto de capacitación "**POR UNA INSTITUCIÓN PRODUCTIVA, COMPROMETIDA Y FELIZ**", dirigido a todo personal de su institución. Con el propósito de mejorar, **la eficiencia laboral, las relaciones interpersonales y el cuidado armonioso de la salud integral (física, mental y espiritual)**; por tal razón, me dirijo a su persona para solicitar la realización de dicho evento.

Sin otro en particular, permítame felicitarlo por velar de la salud **BIO-PSICO-SOCIO-ESPIRITUAL** de su personal. Me despido deseándole muchas bendiciones y los mejores éxitos en la institución cual usted dirige.

Cordialmente:

**Robert Constantino Muñoz Chile**

.....  
COORDINADOR –IVCA-MOQUEGUA  
Teléfono: ...952178997.....

**Ángel Gabriel Flores Sotomayor**

.....  
COORDINADOR-IVCA-MOQUEGUA  
teléfono: ...971440687.....





## PROYECTO DE CAPACITACIÓN

### I. INTRODUCCIÓN

El **instituto vida y consultores asociados** es una agencia internacional presente en más de 75 países, creada con la finalidad de cooperar con las empresas e instituciones públicas y privadas, capacitando, orientando, fomentando la salud y el bienestar del trabajador como base para un eficiente rendimiento laboral. Para cumplir este desafío, nuestra institución, desarrolla el programa de capacitación para el personal de las instituciones así llamado **“POR UNA INSTITUCION PRODUCTIVA, COMPROMETIDA Y FELIZ”**.

### II. FUNDAMENTACIÓN

**2.1 Causativa.** El incremento de trabajadores con problemas de salud física, mental, emocional, espiritual, que se traduce muchas veces en tragedias como: exceso de estrés, bajo rendimiento laboral, conflictos en el trabajo, desintegración del hogar, fracaso con los hijos, divorcios, etc.

**2.2 Consecutiva.** Trabajadores desmotivados, sin responsabilidad, ni compromiso, sin salud, hogares destruidos, dando como resultado empresas e instituciones con producción deficiente y pésima calidad de imagen institucional, por otro lado con pérdidas cuantiosas anuales para la empresa por la ausencia y mal desempeño laboral.

### III. OBJETIVOS

#### OBJETIVO GENERAL:

- Capacitar al 100% del personal tanto empleado, obrero y administrativo de cada Institución.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- La automotivación en los trabajadores para que sea utilizado como un método reactivo a las situaciones adversas.
- Lograr el bienestar integral en el ambiente laboral y familiar.
- Mejorar el nivel de la comunicación integral dentro del ambiente laboral y del hogar como modelo empresarial.
- Brindar al participante técnicas, estrategias eficaces para prevenir y controlar el aumento de las enfermedades a causa de los malos hábitos en la alimentación.
- Despertar el interés de disfrutar de una buena salud creando conciencia en el personal acerca de los efectos nocivos de algunos malos hábitos.

### IV. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN

**4.1.** Desarrollo del seminario **Hacia un Nuevo estilo de Vida Sana, Salud Integral, Fortalecimiento Familiar y Relaciones Humanas**, a todo el personal administrativo y obrero.

**4.2.** Desarrollo de un test sobre el tema mencionado (auto evaluación).

**4.3.** Dinámicas grupales.

**4.4.** Técnicas de relajación.

**4.5.** Talleres de reafirmación de lo aprendido.

**4.6.** Consejería familiar (visitas personalizadas a oficinas y/o domiciliarias, destinados a reforzar los conocimientos adquiridos).



## V. TEMARIO

- **Alimentación en tiempo de Pandemia**
- **¿Cómo fortalecer el sistema inmunológico?**
- **Covid-19: ¿Cómo enfrentar este desafío?**
- **¿Cómo tener Salud mental en tiempos de crisis?.**
- **Control y manejo del Estrés.**
- **Convivencia familiar en tiempos de crisis.**
- **Temor y Ansiedad como prevenirlos en tiempos de pandemia**
- **La Trascendencia de la Comunicación Eficaz y Efectiva.**
- **La Formación del Carácter y la Personalidad de los hijos.**
- **¿Cómo impactan los estilos parentales en el desarrollo psicosocial de los hijos?.**
- **Padres Preparados, Hijos Vencedores.**
- **101 Secretos para una Vida Productiva y Sana.**
- **recetas saludables para una vida sana.**

## VI. RECURSOS HUMANOS Y MATERIALES

### **Ponentes:**

Contamos con personal altamente capacitado y calificado, con maestrías y doctorados dentro y fuera de nuestro país. Conferencistas de Estados Unidos, México, Brasil, Argentina, Chile, Perú y otros países. Del staff de conferencistas se designará a los seminarios de acuerdo con la agenda del SEHS, y previa coordinación con el representante de nuestra institución.

### **Recursos Materiales:**

- Auditorio con los siguientes materiales:
  - ❖ Multimedia: computadora y proyector.
  - ❖ Audio: equipo de sonido con micros y acceso a la computadora.
  - ❖ Iluminación adecuada.
  - ❖ Ventilación.



**VII. COSTO Y CONDICIONES:** Con el sincero deseo de prestar un mejor servicio, el **SEHS** solicita la colaboración en los siguientes puntos:

- ❖ Autorización escrita para el desarrollo del Seminario.
- ❖ Asistencia de todo el personal inscrito al Seminario.
- ❖ Ubicación de un lugar adecuado para la ponencia implementado con los materiales arriba mencionados.
- ❖ Propaganda y publicidad dentro de la institución o empresa a través de afiches, volantes, tarjetas de invitación y otros (es de responsabilidad de la institución servida).
- ❖ Se deberá entregar un certificado o constancia al ponente por el seminario dictado de parte de la institución beneficiada.

**VII. DURACIÓN DEL PROGRAMA**

El seminario tendrá una duración de acuerdo al plan escogido por la institución beneficiada, si hubiera alguna modificación en la duración del seminario, es flexible según los requerimientos de esta.

