Outlook

Invitación al Webinar: "Salud Mental e Higiene del Sueño"

Desde Diana Carolina Martinez Buitrago <dmartineb@cendoj.ramajudicial.gov.co>
Fecha Mié 30/07/2025 16:07
Para Listamzl <listamzl@cendoj.ramajudicial.gov.co>; Listacld <listacld@cendoj.ramajudicial.gov.co>
CC Lina Susana Vasquez Millan <lvasquemi@cendoj.ramajudicial.gov.co>; Luisa Fernanda Rodriguez Montaña <lrodriguem@cendoj.ramajudicial.gov.co>; Jaime Gregorio Garces Rueda <jgarcesr@cendoj.ramajudicial.gov.co>; CTO-CE-009 Apoyo Sistema Gestión Seguridad Salud Trabajo Dsaj - Caldas - Manizales <apoyosgsstdsajmzl@cendoj.ramajudicial.gov.co>; Comite Convivencia Laboral - Caldas - Manizales <comconvlabmzl@cendoj.ramajudicial.gov.co>

1 archivo adjunto (236 KB)
Webbinar Higiene de sueño.jpeg;

Rama Judicial
Consejo Superior de la Judicatura
República de Colombia

Seguridad y Salud en el Trabajo SST

¡Webinar imperdible!

Higiene del sueño

Comparte con tres **profesionales psicosociales** del área de **Seguridad y Salud en el Trabajo** de la **Rama Judicial**

11:00 AM

Viernes 8 Agosto, 2025

Diana Sarrazola
Medellín

Miller Lady Murillo
Cúcuta

Alba Guerrero
Tunja

¿Por qué asistir?

La asepsia del sueño permite adquirir hábitos protectores, reducir el insomnio laboral y prevenir riesgos psicosociales derivados de un descanso deficiente. Este webinar ofrece herramientas prácticas para promover un sueño saludable y mejorar el rendimiento en el contexto judicial.

¡Conéctate escaneando el código QR o dando clic en el enlace!

No te pierdas la oportunidad de comprender la importancia del sueño como función vital y su relación con el bienestar laboral

POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

Reciban un cordial saludo.
Conscientes de la importancia del bienestar integral en el desempeño laboral y personal, tenemos el agrado de invitarles a participar en el webinar **“Salud Mental e Higiene del Sueño”**, una actividad formativa orientada a promover hábitos saludables que favorezcan el equilibrio emocional y el descanso adecuado.

DIANA CAROLINA MARTÍNEZ BUITRAGO
Coordinadora del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo
Dirección Ejecutiva Seccional De Administración Judicial
dmartineb@cendoj.ramajudicial.gov.co

Consejo Superior de la Judicatura
Dirección Seccional de Administración Judicial de Manizales

AVISO DE CONFIDENCIALIDAD: Este correo electrónico contiene información de la Rama Judicial de Colombia. Si no es el destinatario de este correo y lo recibió por error comuníquelo de inmediato, respondiendo al remitente y eliminando cualquier copia que pueda tener del mismo. Si no es el destinatario, no podrá usar su contenido, de hacerlo podría tener consecuencias legales como las contenidas en la Ley 1273 del 5 de enero de 2009 y todas las que le apliquen. Si es el destinatario, le corresponde mantener reserva en general sobre la información de este mensaje, sus documentos y/o archivos adjuntos, a no ser que exista una autorización explícita. Antes de imprimir este correo, considere si es realmente necesario hacerlo, recuerde que puede guardarlo como un archivo digital.