



# CATÁLOGO

2023

**UN DÍA EN LA  
OFICINA**

# ÍNDICE

página

Actitud de Humildad (e-learning)	3
Administración del Tiempo (e-learning)	4
NOM-035 (e-learning)	5
Comunicación Efectiva (e-learning)	6
Excel Básico (e-learning)	7
Home Office: La Productividad del Trabajo desde Casa (e-learning)	8
Inteligencia Emocional (e-learning)	9
Integridad Esencial (e-learning)	10
Manejo del Estrés (e-learning)	11
Metodología 5 S's (e-learning)	12
Mobbing (e-learning)	13
Negociación Constructiva (e-learning)	14
Ortografía y Redacción (e-learning)	15
Protección Civil en el Trabajo (e-learning)	16
Responsabilidad Absoluta (e-learning)	17
Servicio y Atención al Cliente (e-learning)	18
NOM-251 Higiene en el proceso de alimentos y bebidas	19
Trabajo en Equipo (e-learning)	20
Vocación de Servicio (e-learning)	21

# Actitud de Humildad e-learning

## Objetivo

Desarrollar su actitud humilde.  
Conocer la diferencia entre ser un controlador de la situaciones o lograr el entendimiento mutuo.  
Entender por qué su realidad no es la verdad absoluta.  
Desarrollar estrategias para ser una persona más receptiva.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **La manera efectiva de enfrentar situaciones.**
- **Actitud de humildad.**
- **Esquemas mentales.**
- **Modelo de entendimiento mutuo y modelo de control absoluto.**

# Administración del Tiempo e-learning

## Objetivo

Adquirir habilidades y herramientas para administrar el tiempo.  
Aprender el significado del tiempo como recurso valioso y limitado.  
Plantear objetivos y metas concretos para priorizar y planificar actividades.  
Poner en práctica técnicas para llevar un mejor control de su trabajo y tareas por realizar.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Sabes administrar tu tiempo?.**
- **El tiempo y sus factores.**
- **Metas, objetivos y conceptos clave.**
- **Técnicas para administrar el tiempo.**

# NOM-035 e-learning

## Objetivo

Comprender la definición de riesgo psicosocial y los factores que lo ocasionan.

Identificar la medidas de prevención que se pueden adoptar para fomentar un entorno organizacional favorable.

## Público Objetivo

Directivos, ejecutivos, administrativos de compañías.

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **Factores de riesgo psicosocial.**
- **Medidas de prevención y acciones de control.**
- **Guías de referencia.**
- **Política de prevención.**

# Comunicación Efectiva e-learning

## Objetivo

Aprender como manejar las conversaciones complicadas para que tengan un desenlace efectivo.

Conocer la manera de procesar los pensamientos negativos que en ocasiones dominan la mente.

Identificar los aspectos básicos de la comunicación que ayudarán a tener conversaciones más sanas, eficientes y productivas.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cómo te comunicas?.**
- **Comunicación efectiva.**
- **Habilidades de comunicación.**

	C	D	E	F	G
	Categories	Unit	Dec-15	Jan-16	Feb-16
	1-Personnal	0	12,034	13,565	10,67
	1-Personnal	0	345	347	
	1-Personnal	1	521	434	
bonuses	1-Personnal	0	0	2,300	
	1-Personnal	1	12,900	16,646	11
	2-Marketing	2	6,000	2,300	
ch	2-Marketing	1	2,000	5,420	
	2-Marketing	0	8,200	4,900	
tal	2-Marketing	3	16,200	12,620	
	3-Commu	2	1,239	190	
	3-Commu	1	522	431	
	3-Commu	1	10,432	-	
	3-Commu	0	-	532	
ing	3-Commu	0	-	1,243	
al	3-Commu	4	12,662	19,330	
	4-Other	0	19,300	15,333	
	4-Other	0	200	150	
quipment	4-Other	2	400	50	
	4-Other	0	683	15	
	4-Other	2	20,583	16,1	
	1-Personnal	0	12,034	13,	
	1-Personnal	0	345		
bonuses	1-Personnal	1	521		
	1-Personnal	0	0		
	1-Personnal	1	12,900		
search	2-Marketing	1	2,000		

# Excel Básico e-learning

## Temario

- ¿Cuánto sabes de excel?.
- Introducción al excel.
- Edición de celdas.
- Formato de fórmulas.

## Objetivo

Conocer los aspectos básicos del programa  
Identificar su utilidad en lo laboral como en lo personal.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

# Home Office: La Productividad del Trabajo desde Casa e-learning

## Objetivo

Aprender algunas de las recomendaciones de esta forma de trabajo para mantener la productividad desde el hogar.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿El home office es para ti?.**
- **Hábitos y recomendaciones.**
- **Cómo mantener los buenos hábitos.**
- **Cómo generar confianza en el trabajo remoto.**





# Inteligencia Emocional e-learning

## Objetivo

Aprender a armonizar y equilibrar sus emociones para actuar asertivamente en las situaciones que se presenten.

Identificar y valorar la poderosa información contenida en la emociones sin permitir que tomen el control.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cuál es tu nivel de inteligencia emocional?.**
- **Controla tus emociones.**
- **Expresa tu emoción y comprende la de otros.**

# Integridad Esencial e-learning

## Objetivo

Desarrollar el autoconocimiento y la autoaceptación con la finalidad de que no dude de sus principios. Crecer en lo profesional y personal alcanzando la excelencia con base en sus valores.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cuáles son tus valores nucleares?.**
- **Integridad esencial.**

# Manejo del Estrés e-learning

## Objetivo

Definir el significado de estrés laboral.  
Canalizar el estrés que generan las circunstancias difíciles de la vida personal y profesional.  
Aprender a identificar los síntomas del estrés y aplicará estrategias para contrarrestarlo.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cuál es tu nivel de estrés?.**
- **El estrés en México.**
- **Causas y consecuencias del estrés.**
- **Cómo controlar el estrés.**
- **Técnicas de relajación.**
- **¿Qué hacer ante el estrés laboral?.**

# 5S

## SHITSUKE

## SEIKETSU

### Objetivo

Aprender las bases para implementar en su lugar de trabajo cada una de las 5 S's.

Establecer un plan que le permitirá convertir su lugar de trabajo.

## SEISO

### Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

### Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## SEITO

# Metodología 5 S's e-learning

## Temario

- **¿Eres organizado en tu área de trabajo?.**
- **¿Qué es la metodología de las 5 s's?.**
- **Implementación de las 5 s's.**
- **Seguimiento y mejora.**

# Mobbing e-learning

## Objetivo

Conocer las características del mobbing, las de víctimas y victimarios.  
Aprender a reconocer situaciones de mobbing, prevenirlas y combatirlas.  
Aprender a identificar los síntomas del estrés y aplicará estrategias para contrarrestarlo

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Conoces experiencias de mobbing?.**
- **Qué es y qué no es mobbing.**
- **Víctima y victimario.**
- **Prevención, Solución y Denuncia.**

# Negociación Constructiva e-learning

## Objetivo

Analizar la esencia del conflicto.

Aprender a realizar una negociación exitosa, identificando las necesidades personales e interpersonales de las partes del conflicto.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cómo realizas negociaciones?.**
- **Enfoques típicos del conflicto.**
- **Tipos de conflicto.**
- **Aspecto personal e interpersonal.**
- **El consenso operacional.**

# Ortografía y Redacción e-learning

## Objetivo

Conocer aspectos básico de ortografía y redacción  
Identificará errores comunes en la escritura.  
Saber utilizar el tono adecuado en sus textos para transmitir sus ideas.  
Aprender a tener una comunicación efectiva a través de sus escritos.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **La comunicación en la empresa.**
- **Ortografía y redacción básica.**

# Protección Civil en el Trabajo e-learning

## Objetivo

Aprender qué acciones tomar en desastres y emergencias.  
Reconocer y evaluar la importancia de identificar los riesgos.  
Planear e identificar una correcta señalización en su lugar de trabajo.  
Determinar las medidas a tomar antes, durante y después de una situación de emergencia.  
Conocer la forma de prevenir accidentes en una situación en desastre.  
Identificar los elementos a tomar en cuenta para planear un simulacro.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Cuánto sabes sobre protección civil?.**
- **Identificación de riesgos.**
- **Evaluación de riesgos y señalización.**
- **Mantenimiento correctivo y preventivo.**
- **Fenómenos perturbadores.**
- **Simulacros en inmuebles.**



# Responsabilidad Absoluta e-learning

## Temario

- **¿Qué tan responsable eres?.**
- **Definición de responsabilidad absoluta.**
- **Beneficios de la responsabilidad absoluta.**
- **Víctima o protagonista.**

## Objetivo

Aprender a ser el protagonista de sus decisiones para adquirir la responsabilidad de las situaciones.

Conocer la importancia de responder a las circunstancias y por qué se deben hacer cargo.

Aprender a dejar el papel de víctima para tomar el control de su vida.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

# Servicio y Atención al Cliente e-learning

## Objetivo

Reconocer las acciones importantes del servicio

Aprender estrategias concretas para transformar los problemas en oportunidades de mejora y ofrecer un excelente servicio al cliente.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Eres bueno en la atención al cliente?.**
- **¿Qué es servicio al cliente?.**
- **Acercamiento al cliente.**
- **Inteligencia emocional en el servicio al cliente.**
- **Actitud de servicio.**

# NOM-251 Higiene en el proceso de alimentos y bebidas

## Temario

- **Procesadoras de alimentos.**
- **¿Tienes buenas prácticas en la preparación, servicio o producción de alimentos?.**
- **Instalaciones y limpieza.**
- **Almacenamiento.**
- **Características para la aceptación o rechazo de las materias primas primera parte.**
- **La inocuidad de los alimentos.**
- **Higiene y capacitación del personal.**
- **Tipos de contaminantes.**
- **Retiro de producto.**

## Objetivo

Conocer la norma oficial mexicana que establece los requisitos mínimos de buenas prácticas de higiene que deben observarse en el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios y sus materias primas a fin de evitar su contaminación a lo largo de su proceso.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: Virtual

# Trabajo en Equipo e-learning

## Objetivo

Comprender el significado de compromiso como factor determinante en un equipo.

Conocer como realizar peticiones y responder hacia las mismas efectivamente para fomentar la confianza y la honestidad en los equipos de trabajo.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Sabes trabajar en equipo?.**
- **Realiza peticiones y responde a ellas.**
- **Honra tus compromisos.**
- **La confianza y el elogio efectivo.**

# Vocación de Servicio e-learning

## Objetivo

Desarrollar su habilidad de vocación de servicio para ampliar sus círculo de afectos e intereses. Comprender que todos los seres somos parte del mismo sistema para transformar la competencia en colaboración. Identificar a la competencia como una forma de expresar su excelencia.

## Público Objetivo

Dirigidos a todas las áreas de las Aseguradoras, Afianzadoras, Promotorías, Agencias y otros giros de negocio

## Información General

Modalidad: E-learning  
Duración: 10 Días

## Temario

- **¿Tienes vocación de servicio?.**
- **La importancia de los valores en el trabajo.**
- **Círculo de afectos e intereses.**
- **La competencia.**