



Misión: Garantizar a todas las personas una educación de calidad como bien público y derecho humano a lo largo de la vida.

**REF. : CONVOCATORIA-SEMINARIOS VIRTUALES
"Salud Integral del Servidor Público en Tiempos de Pandemia"**

Tengo el agrado de dirigirme a los Señores Directores y Jefes de Departamento, en el marco de la implementación del **Ciclo de Seminarios Virtuales "Salud Integral del Servidor Público en Tiempos de Pandemia"**, dirigido a funcionarios administrativos, docentes, auxiliares de servicios, personal contratado y comisionado de esta Cartera de Estado, a ser desarrollado en forma conjunta entre el Ministerio de Educación y Ciencias a través de la Dirección General de Gestión y Desarrollo del Personal y la Fundación "Buen Gobierno"; a fin de hacer extensiva por su intermedio, la invitación para participar del mismo, a funcionarios de sus respectivas dependencias.

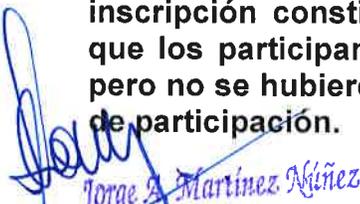
El objetivo de esta actividad de capacitación consiste en **contribuir al bienestar y la salud Integral de los funcionarios del MEC, mediante el abordaje de los efectos de la pandemia en las distintas dimensiones que integran el ser humano y en especial el servidor público.**

Al respecto, tengo a bien poner a su conocimiento que el ciclo de seminarios dará inicio el **lunes 16 de noviembre, extendiéndose hasta el lunes 14 de diciembre del corriente año, de lunes a viernes de 13:00 a 15:00 horas. El mismo, cuenta con una carga horaria total de 40 horas reloj, distribuidas en 5 módulos de 8 horas cada uno.**

Los ejes temáticos por módulo son los siguientes:

- **Módulo 1:** Ámbito Personal "*Yo, mi primera prioridad*".
- **Módulo 2:** Ámbito Familiar "*Mi hogar: ¿Invasado o compartido?*"
- **Módulo 3:** Ámbito Laboral "*Sin fronteras entre el trabajo y la casa*".
- **Módulo 4:** Ámbito Económico - Financiero "*Mantener la calma y aprender sobre finanzas*".
- **Módulo 5:** Ámbito Social "*Tras el confinamiento, el desafío de la nueva normalidad*".

La certificación será otorgada a los participantes que se hayan inscripto utilizando el formulario habilitado para el efecto. Cabe aclarar, que la falta de inscripción constituye una condición excluyente para la certificación, por lo que los participantes que hayan ingresado a la sala virtual a través del link, pero no se hubieren inscripto, no podrán gestionar el acceso a los certificados de participación.


Jorge A. Martínez Niéñez

Visión: Institución que brinda educación integral de calidad basada en valores éticos y democráticos, que promueve la participación, inclusión e interculturalidad para el desarrollo de las personas y la sociedad.

Dirección General de Gestión y Desarrollo del Personal
Gral. Díaz Nº 451 entre 14 de Mayo y Alberdi (Edif. Ahorros Paraguayos)
Teléfono: 021 445 443/4

www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

dggdp@mec.gov.py





Misión: Garantizar a todas las personas una educación de calidad como bien público y derecho humano a lo largo de la vida.

Para acceder a dichos certificados, los participantes deberán completar, además, la asistencia al total de horas previsto en cada Módulo, es decir 8 horas.

Para aquellos participantes que cuenten con matrícula docente, la certificación será reconocida por un Instituto de Formación Docente. Al respecto cabe aclarar, que este trámite se encuentra actualmente en gestión ante el Viceministerio de Educación Superior y Ciencias.

Los seminarios virtuales serán desarrollados a través de la aplicación **Teams de Microsoft**, vinculada a los correos institucionales del MEC.

El link establecido para las inscripciones es el siguiente:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=AmBpC6bWZkKJKBXtjQZE-EPvYLVsKwIxGoogK9x7BrI5UMFk2SVVYN0Q5MjVNUzBON1IER0kxN1INUy4u>

Los participantes interesados podrán acceder a la sala virtual mediante el link:

https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting_YmE5NDRjYmEtOGM2Ny00ZDlkLWIwYjYtNjQ3YmE4M2QwNGFk%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%220b696002-d6a6-4266-8928-15ed8d064410%22%2c%22Oid%22%3a%22485502e4-6791-4d04-8363-9dab17b05176%22%2c%22IsBroadcastMeeting%22%3atrue%7d

Atentamente,

Adjunto: Programa General del Ciclo de Seminarios Virtuales.



Jorge A. Martínez
Director General de Gestión
y Desarrollo del Personal

Visión: Institución que brinda educación integral de calidad basada en valores éticos y democráticos, que promueve la participación, inclusión e interculturalidad para el desarrollo de las personas y la sociedad.

Dirección General de Gestión y Desarrollo del Personal

Gral. Díaz Nº 451 entre 14 de Mayo y Alberdi (Edif. Ahorros Paraguayos)

Teléfono: 021 445 443/4



www.mec.gov.py

MEC Digital @MECpy

dggdp@mec.gov.py



Misión: Garantizar a todas las personas una educación de calidad como bien público y derecho humano a lo largo de la vida.

CICLO DE SEMINARIOS VIRTUALES
“SALUD INTEGRAL DEL SERVIDOR PÚBLICO EN TIEMPOS DE PANDEMIA”
PROGRAMA GENERAL

Aplicación: Teams de Microsoft, vinculada a correos institucionales del MEC. (Res. MEC N° 346/20)

Horario: 13:00 – 15:00 pm.

CONTENIDO/EJES TEMÁTICOS POR MÓDULO	TEMAS	FECHA	MES	DIA	HORAS A DISTANCIA	HORAS POR CICLO	TOTAL DE HORAS
1. Ámbito Personal: "Yo, mi primera prioridad"	1.1. Salud física: alimentación/ejercicios	16	Noviembre Semana 1	Lunes	2	8	40 hrs. reloj
	1.2. Salud física: control periódico	17		Martes	2		
	1.3. Salud mental: ocio/descanso	18		Miércoles	2		
	1.4. Salud mental: estrés, depresión, resiliencia	19		Jueves	2		
2. Ámbito Familiar: "Mi hogar: ¿Invadido o compartido?"	2.1. La escuela en casa	20	Noviembre Semana 2	Viernes	2	8	
	2.2. El trabajo en casa	23		Lunes	2		
	2.3. Más tiempo = Mejor calidad	24		Martes	2		
	2.4. Equilibrio en las relaciones	25		Miércoles	2		
3. Ámbito Laboral: "Sin fronteras entre el trabajo y la casa"	3.1. Teletrabajo vs. trabajo presencial	26	Noviembre	Jueves	2	8	
	3.2. Estrés y sobrecarga laboral	27		Viernes	2		
	3.3. Relaciones de trabajo virtuales	30	Diciembre Semana 3	Lunes	2		
		3.4. Comunicación y Liderazgo de equipos		1	Martes		
4. Ámbito Económico-Financiero: "Mantener la calma y aprender sobre finanzas"	4.1. Manejo de las finanzas personales	2	Diciembre Semana 4	Miércoles	2	8	
	4.2. Reducción de los ingresos	3		Jueves	2		
	4.3. Control del consumo	4		Viernes	2		
	4.4. Ahorro e inversión	7		Lunes	2		
5. Ámbito Social: "Tras el confinamiento, el desafío de la nueva normalidad"	5.1. Salud social y confinamiento	9	Diciembre Semana 5	Miércoles	2	8	
	5.2. Interacción social y restricciones	10		Jueves	2		
	5.3. El temor y la necesidad de relacionarse	11		Viernes	2		
	5.4. Nueva normalidad ¿Cómo regresar con responsabilidad?	14		Lunes	2		

Visión: Institución que brinda educación integral de calidad basada en valores éticos y democráticos, que promueve la participación, inclusión e interculturalidad para el desarrollo de las personas y la sociedad.

Dirección General de Gestión y Desarrollo del Personal

Gral. Díaz N° 451 entre 14 de Mayo y Alberdi (Edif. Ahorros Paraguayos)

Teléfono: 021 445 443/4

www.mec.gov.py

MEC Digital @MECpy

dggdp@mec.gov.py