



ACTIVIDADES ARTÍSTICAS

Adaptamos nuestras
soluciones a tus necesidades.



SKETCH

SEGURIDAD VIAL Y SST

Un sketch es una representación breve, guionizada o improvisada, en la que una pareja o un grupo de personas interpretan escenas divertidas con un enfoque pedagógico, de acuerdo con una temática específica.

Estas representaciones suelen recrear situaciones cotidianas de manera exagerada y creativa, lo que facilita la transmisión de mensajes clave. Además, fomentan la creatividad, el sentido del humor y la capacidad de compartir y recibir información, convirtiéndose en una estrategia dinámica y efectiva de entretenimiento y aprendizaje para el público.



SKETCH

Súper Código



Súper HSEQ



Cebra Korny



SKETCH

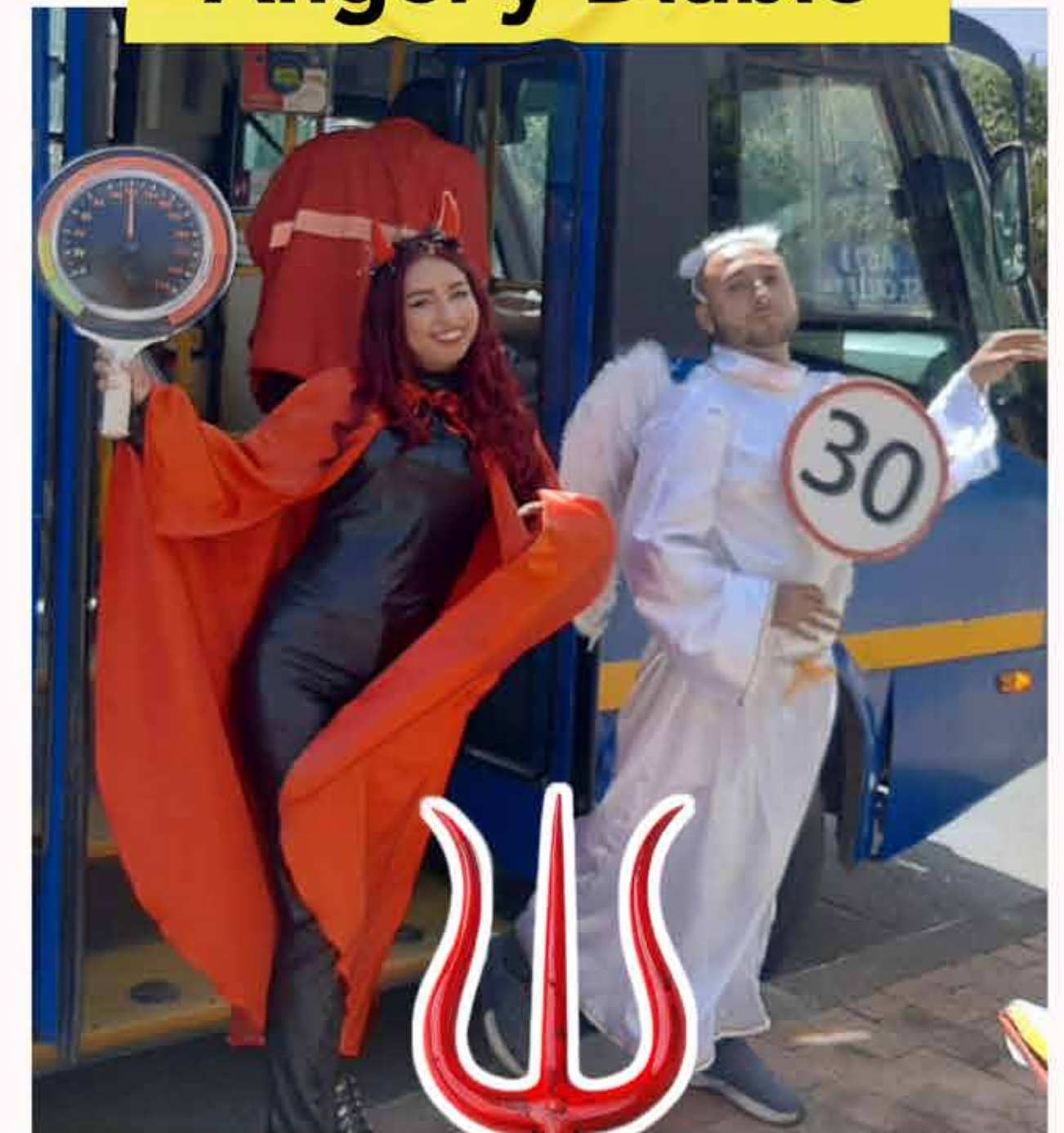
Agente de Tránsito



Muerte



Ángel y Diablo

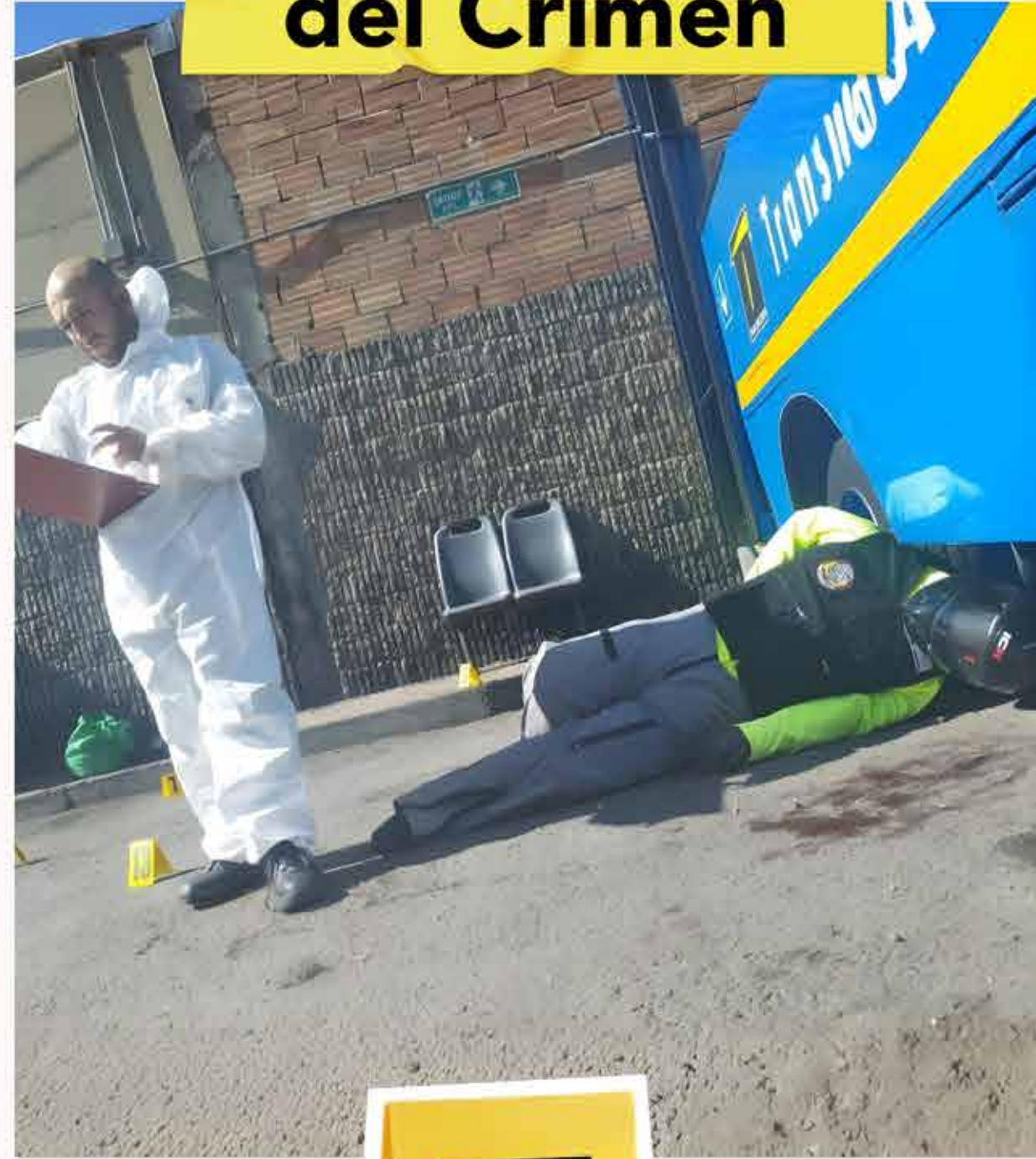


SKETCH

Adulto Mayor



**Escena
del Crimen**



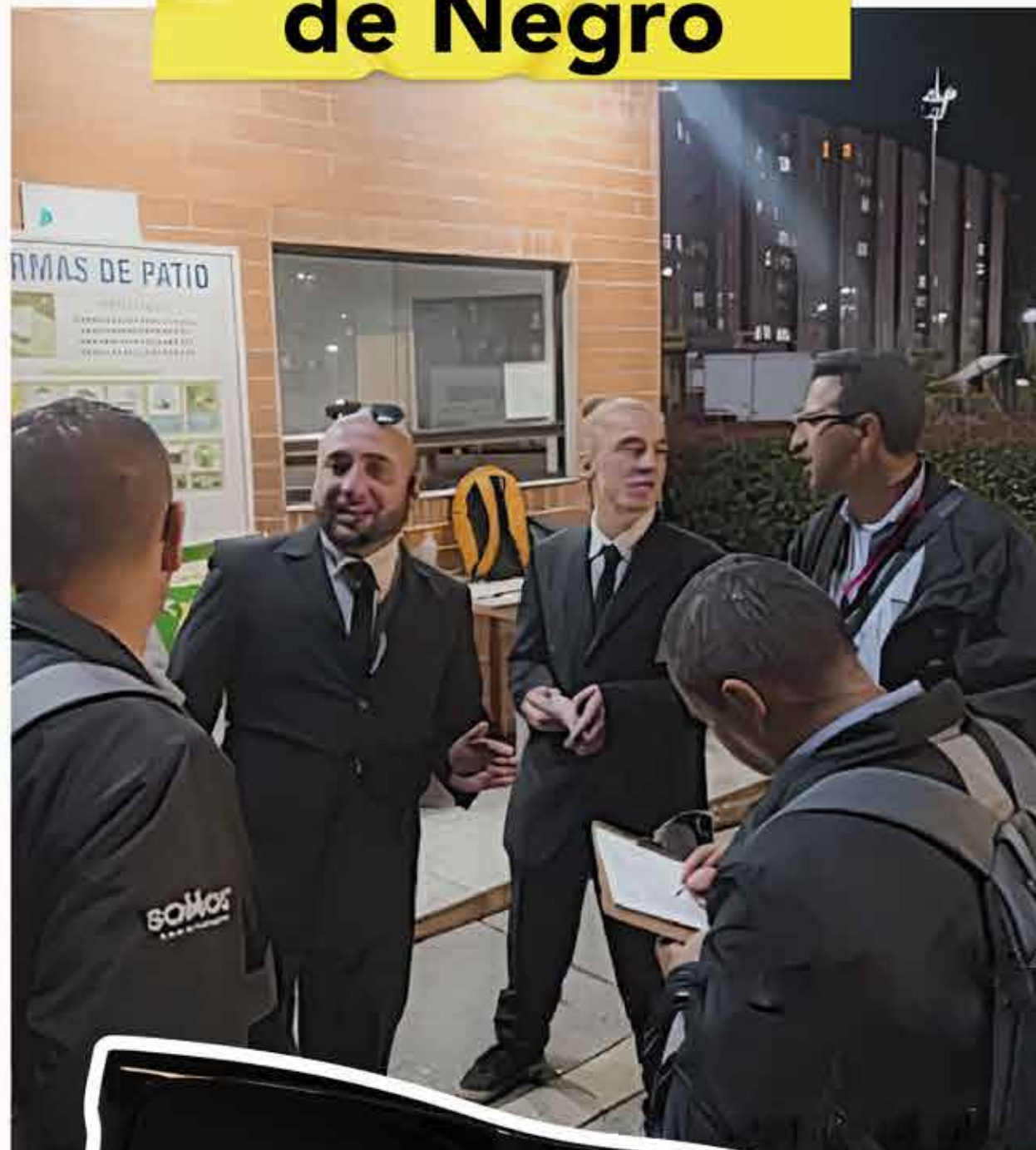
5

**Lustradores de
Conciencia**



SKETCH

**Hombres
de Negro**



Títere y Titiritero



**Corredores de
Fórmula 1**



SKETCH

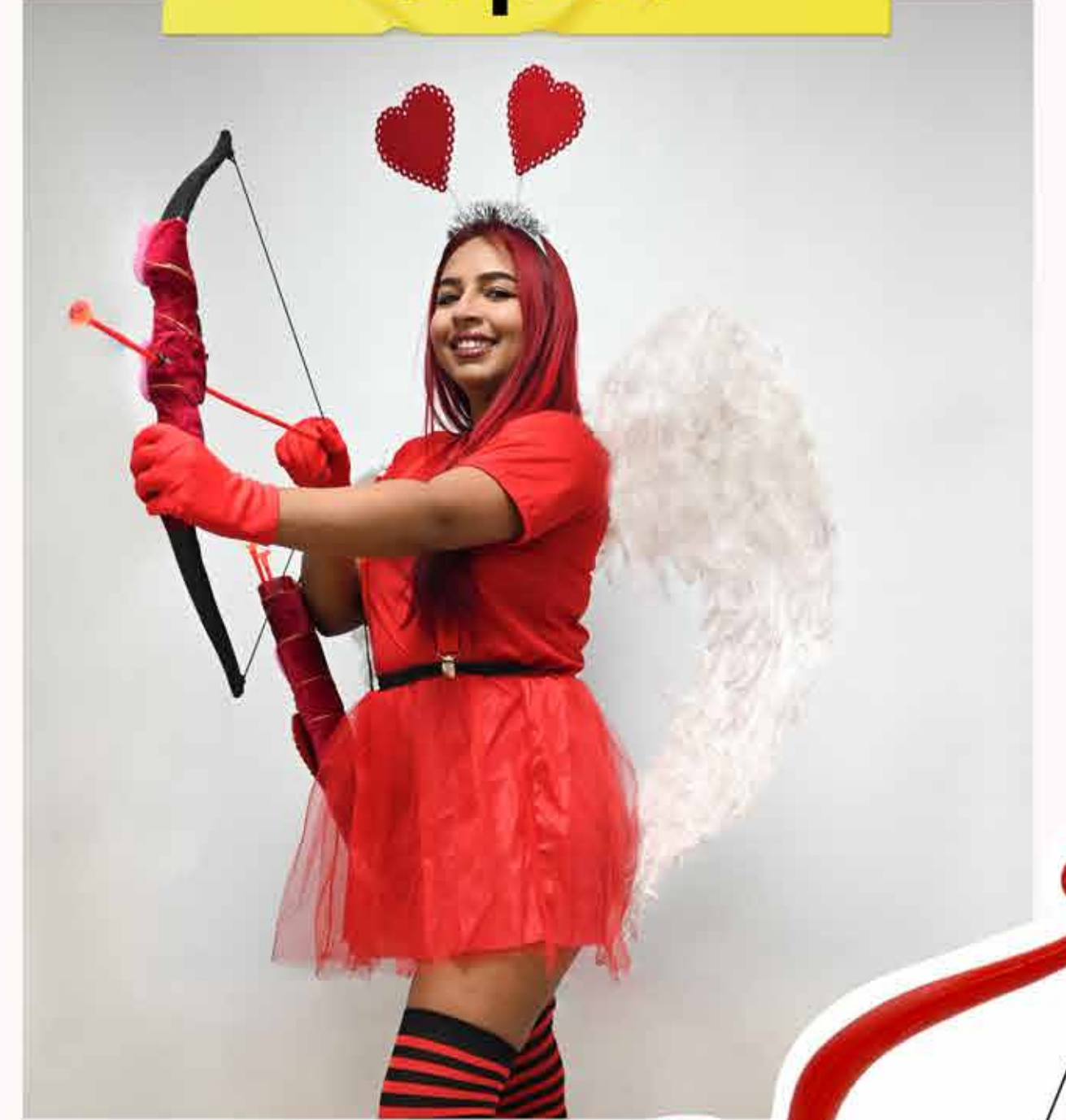
Vía 40



Herido



Cupido



SKETCH

Arlequín



Takeshi



Dr. Clown



SKETCH

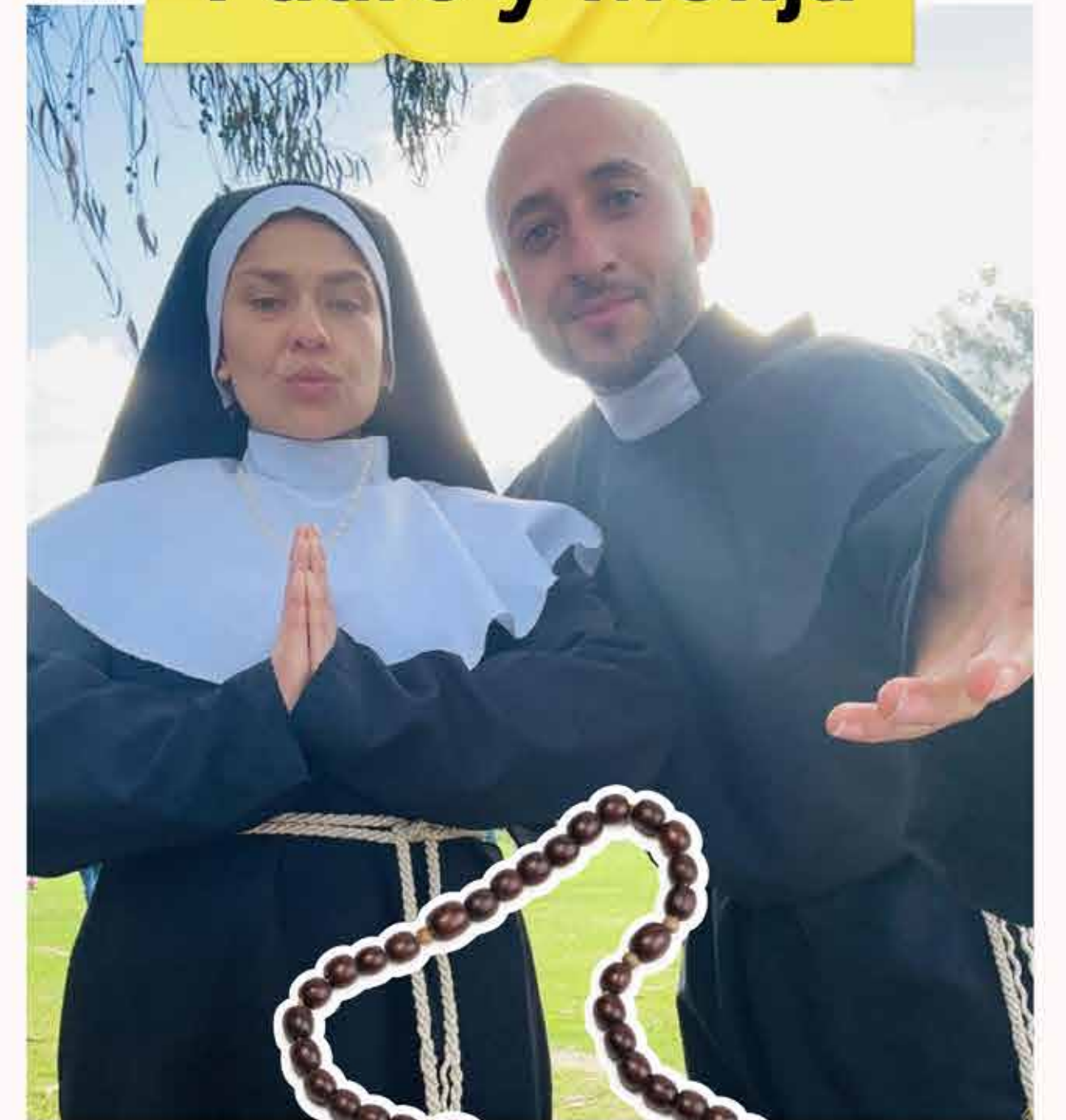
The Mask



**Profesor Jirafales
y Doña Florinda**



Padre y Monja



SKETCH

**Mr. Fatiga y
Sr. Cansancio**



Flash



Mujer Maravilla



SKETCH

Capitán América



Futbolistas



Túnel de la Seguridad



SKETCH

Catrina y Catrín



Juegos del Calamar



Payaso It



SKETCH

Personajes Magius



Presentador



Reyes de la Cordialidad



COMPARSAS

TEMÁTICAS

La comparsa temática, representa mediante personajes y una ambientación circense, las acciones que deben practicar los actores viales en distintos escenarios.

Se enfatiza la importancia del buen trato, el autocuidado y las medidas preventivas para fomentar un ambiente de cortesía y respeto para todos.



PERSONAJES VIALES

Semáforo y Pare



Biciusuario



Celular



TP-80



Ivi



PERSONAJES NAVIDEÑOS

Papá Noel



Sra. Claus



Duendes



El Grinch



Tamborilero



PERSONAJES CLOWN

Payaso Malavarista



Actividades Circenses



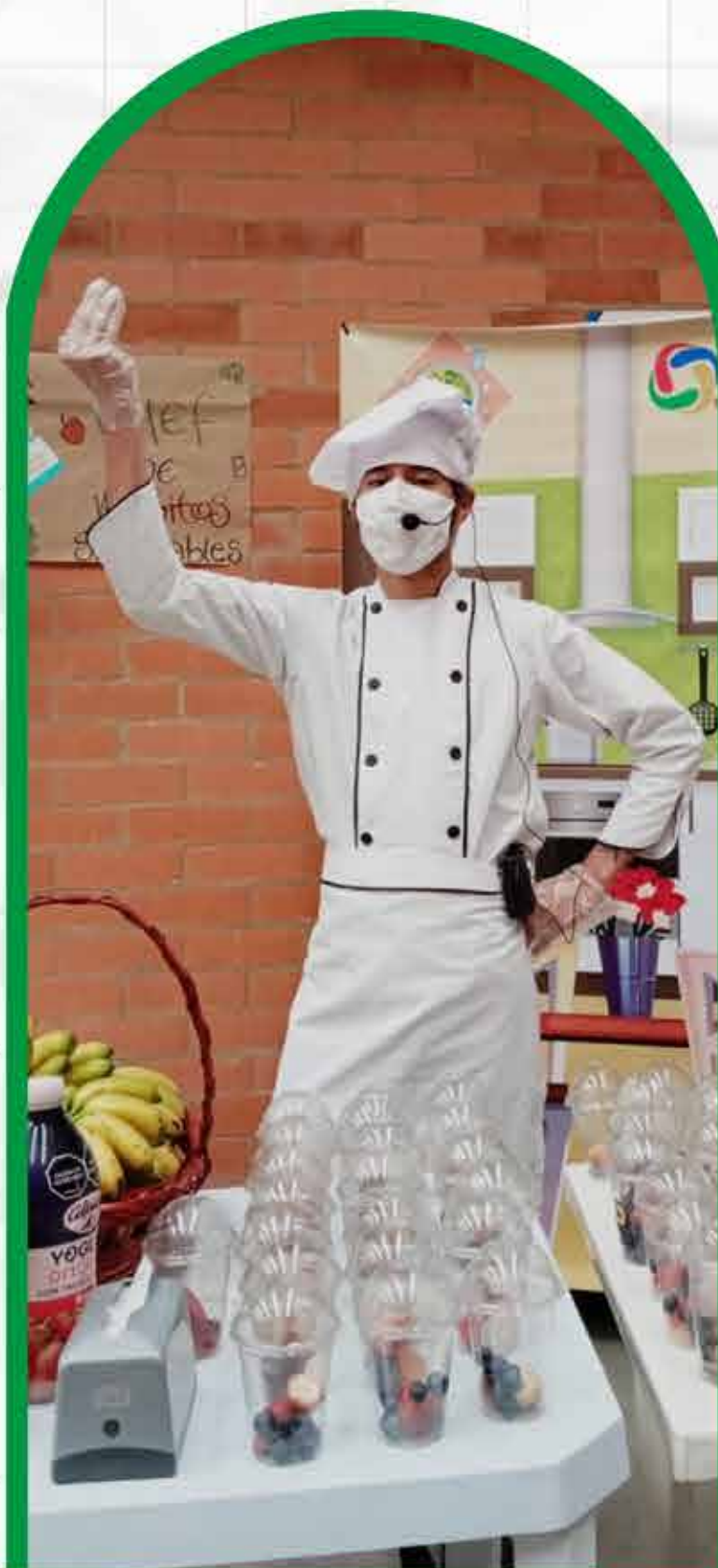
Mimos





ACTIVIDADES EN SST

¡ADAPTAMOS NUESTRAS
SOLUCIONES A TUS NECESIDADES!



CHEF DE HÁBITOS SALUDABLES

En esta sesión, los participantes contarán con todas las herramientas necesarias para elaborar una receta saludable, incluyendo: utensilios e ingredientes.

El chef asignará como tarea la preparación de un menú con alimentos saludables, y los participantes podrán elegir qué preparar según los ingredientes proporcionados.

Una vez seleccionados, iniciarán la preparación, para luego ser evaluados en el proceso.



RUMBATERAPIA

Es una modalidad de ejercicio grupal que combina movimientos de baile con ritmos, para mejorar la condición física y mental de los participantes.

A través de una serie de pasos y coreografías energéticas, se promueve la liberación de estrés, el fortalecimiento cardiovascular y la mejora del estado de ánimo.

Es una actividad divertida y dinámica que fomenta la integración social, el ritmo y la coordinación, y es ideal para quienes buscan mantenerse activos mientras disfrutan de la música.





BICILICUADORA

Actividad dinámica donde los participantes pedalean una bicicleta adaptada que activa el motor de una licuadora. A través del esfuerzo físico se preparan batidos saludables, promoviendo hábitos de vida sanos, actividad física y autocuidado.

Esta dinámica genera conciencia sobre bienestar, alimentación saludable y energía positiva en el entorno laboral.

YOGA

En esta sesión un instructor guiará a los asistentes a través de una serie de ejercicios enfocados en el bienestar físico y mental.

Los participantes podrán adaptar las posturas según su nivel, recibiendo indicaciones personalizadas para mejorar su técnica y disfrutar de una experiencia relajante y revitalizante.





YOGA DE LA RISA

Actividad enfocada en el bienestar emocional que combina ejercicios de respiración, movimientos suaves y técnicas de risa sin un motivo concreto.

A través de la risa voluntaria, se reduce el estrés, se mejora el estado de ánimo y se fortalece la conexión grupal, promoviendo un ambiente laboral más sano, positivo y relajado.

SPA

SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Durante esta sesión, se incorporan diversas técnicas de masajes relajantes que favorecen la reducción del estrés y la tensión muscular.

Además, se crea un ambiente más confortable y refrescante, mientras que la música suave y relajante complementa la experiencia, contribuyendo a un entorno de tranquilidad.

Todo esto tiene como objetivo proporcionar una sesión de relajación integral, de manera que, al finalizar, el participante se sienta completamente renovado, libre de tensiones y con una sensación general de bienestar.





AROMATERAPIA

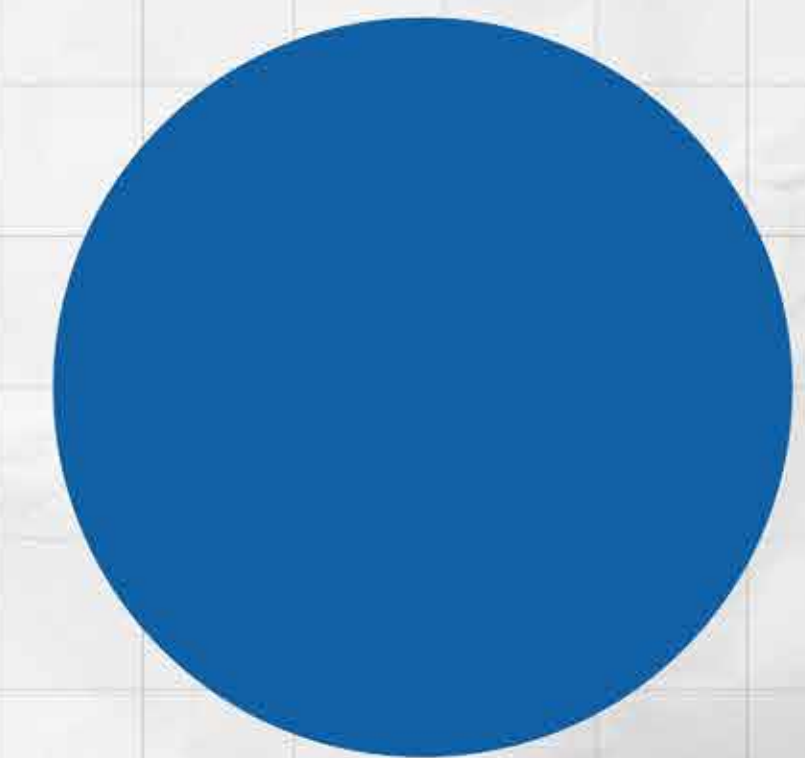
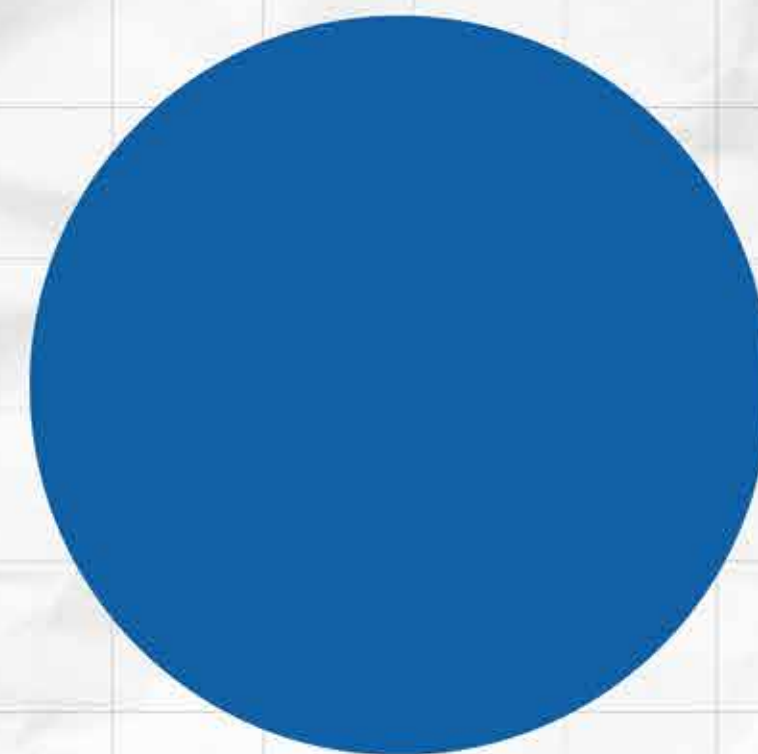
Actividad orientada al bienestar integral que utiliza aromas naturales para promover la relajación, la concentración y el equilibrio emocional.

A través del uso de esencias cuidadosamente seleccionadas, los participantes experimentan una disminución del estrés, mejora del estado de ánimo y una sensación de calma, favoreciendo ambientes laborales más armónicos y saludables.



HABILIDADES BLANDAS

¡ADAPTAMOS NUESTRAS
SOLUCIONES A TUS NECESIDADES!



HABILIDADES BLANDAS

A través de dinámicas, juegos y talleres, los participantes mejoran sus habilidades para relacionarse de manera positiva en el ámbito laboral y personal.

Estas actividades son clave para fortalecer la adaptación al cambio, la empatía y la colaboración en diversos contextos.

- Comunicación asertiva.
- Trabajo en equipo.
- Liderazgo.
- Servicio al cliente.
- Manejo de estrés.
- Confianza grupal.



DADO DE LAS EMOCIONES

A través del uso de un dado, se refuerzan los elementos esenciales que son fundamentales para un adecuado manejo de las emociones, tanto en el contexto laboral como en situaciones cotidianas que se pueden presentar en la vía.

Este enfoque ayuda a mejorar la capacidad de controlar y gestionar las emociones de manera más efectiva, favoreciendo así una respuesta más equilibrada ante cualquier desafío o situación que pueda generar estrés o presión.





SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

¡ADAPTAMOS NUESTRAS
SOLUCIONES A TUS NECESIDADES!



ESTACIÓN

POPCORN

Las palomitas de maíz son un delicioso snack ideal para cualquier ocasión. Para que tus actividades lúdicas sean aún más divertidas y memorables, incorpora nuestra estación POPCORN y convierte cada momento en algo único.

¡Haz la diferencia con este toque!





CÁMARA

360°

Acompaña cualquier actividad con nuestra cámara 360 y captura imágenes de tu evento desde todos los ángulos.

Graba videos en 360 grados, con opciones de cámara lenta, efecto boomerang y la posibilidad de agregar música y marcos personalizados según las preferencias del cliente.

BENEFICIOS

DE NUESTROS SERVICIOS

- Mayor conciencia y aprendizaje experiencial.
- Fomento de conductas responsables.
- Desarrollo de habilidades preventivas.
- Mejora del trabajo en equipo.
- Reducción de accidentes, incidentes y siniestros viales.
- Bienestar físico y emocional.
- Reducción de estrés, por medio de un espacio de libertad física y emocional.
- Liberación de endorfinas, serotonina y dopamina, generando un estado de felicidad.



NIT. 900767160-7



Para mayor información comuníquese a:



312 3594843 - 321 3255630
320 8478623 - 601 7564015

dir.comercial@consultoriaycapacitacionhseq.com
comercial@consultoriaycapacitacionhseq.com
info@consultoriaycapacitacionhseq.com

Síguenos en:



Cra 108 N° 16i-18

Fontibón - Bogotá, D.C.

www.consultoriaycapacitacionhseq.com

Licencia SST: Res. N° 13483/14-11217/21