



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2025 —

ENERO - FEBRERO - MARZO



## ¿Qué es la modalidad Streaming?

Es una modalidad de transmisión de contenidos en vivo, que permite realizar capacitaciones de manera virtual.

Esto es posible de desarrollar utilizando una cámara y conexión a internet, lo cual les permite transmitir conocimientos a través de una clase a distancia e interacción entre el trabajador y el facilitador.



Actividades organizadas por dos áreas de la Subgerencia de Gestión del Conocimiento (Capacitación SST y Centro de Entrenamiento de Riesgos Críticos).



A través de la modalidad streaming, podrás interactuar con el facilitador para resolver todas tus dudas y consultas.



El alcance de estas capacitaciones es de cobertura nacional y sujeto a disponibilidad del trabajador.



Los trabajadores podrán conectarse a través de cualquier medio tecnológico a su disposición. (PC, Notebook, Tablet, Smartphone, u otro).



Cada curso es por videoconferencia, tiene un límite de 200 personas y es a través de la plataforma Teams.



Esta actividad es certificada por Mutual de Seguridad CChC., siempre y cuando se cumplan los requisitos de aprobación de acuerdo con la actividad, que se indica en cada curso.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

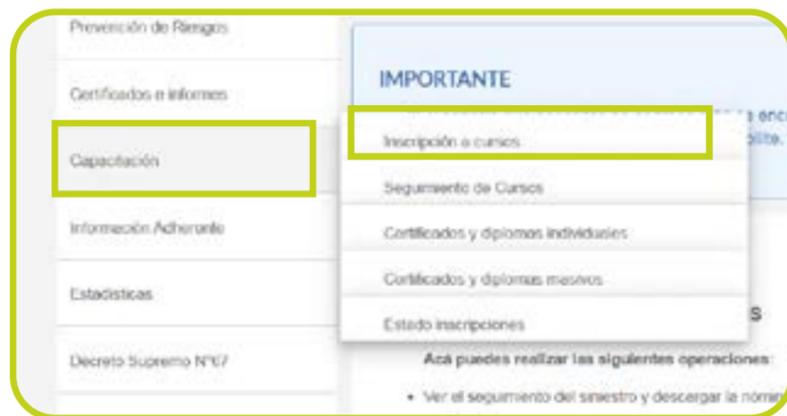
# Streaming

—2025—

# PASO 1

Ingresar al portal Mutual  
(Clave empresa o Trabajador)  
www.mutual.cl

- ▶ ir a pestaña capacitación



# PASO 2

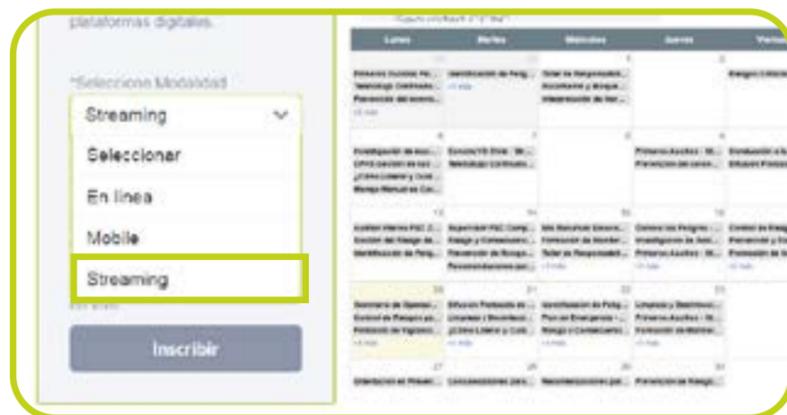
- ▶ Seleccionar “Inscribir Cursos”  
(Confirma tus datos y correo-e,  
para recibir la notificación de  
inscripción)



# PASO 3

Seleccionar Modalidad “Streaming”,  
aquí podrás encontrar los cursos que  
están disponibles en el calendario  
mensual.

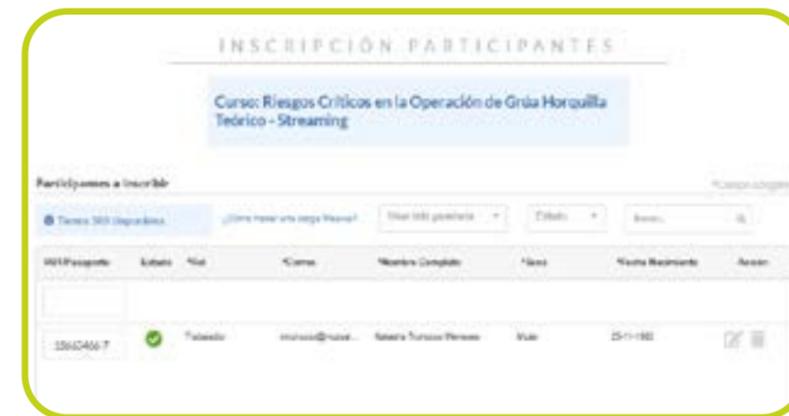
- ▶ Selecciona el curso  
y verifica su fecha y horario.



# PASO 4

Inscribe a los participantes:

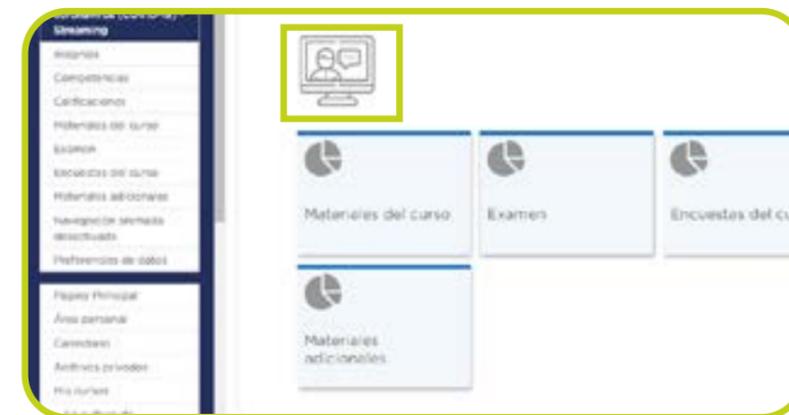
- ▶ Digita el rut del participante, luego se cargará la información, o bien puedes llenar sus datos.
- ▶ También está la opción de carga masiva, para la cual sólo tienes que copiar (Ctrl+c) la columna de RUT de los participantes que tengas en tu lista (archivo Excel) y pegarla (Ctrl+v) en el campo RUT que está indicado en el sistema.
- ▶ Haz clic en Inscribir.



# PASO 5

¿Cómo ingresar a la videoconferencia?

1. Ir al link
  2. <https://miscursos.mutual.cl/login/index.php>  
Ingrese su usuario y clave (Rut, guion y digito verificador sin puntos)
  3. digito verificador sin puntos
- Al Ingresar al curso, podrás encontrar el Link de la videoconferencia, al cual deberás acceder el día y hora del curso inscrito.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

—2025—



### > Capacitación Abierta

La oferta de capacitación abierta en modalidad Streaming, tiene como foco principal potenciar la SST de todos nuestros adherentes, para ello disponemos mensualmente de una variada oferta, la cual responde de manera transversal a las necesidades que puedan surgir en todos los ámbitos laborales.



### > Riesgos Críticos

Las capacitaciones Streaming de Riesgos Críticos, están enfocadas en entregar competencias preventivas a trabajadores de primera línea, supervisores y otros profesionales, que realizan actividades de alto riesgo.



SELECCIONA EL  
ÁREA DE TU INTERÉS



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



Capacitación Abierta

 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS

Creando Cultura de Seguridad

---

Orientación en Prevención de Riesgos

---

Integrantes de Comités Paritarios de Higiene y Seguridad

---

Investigación de Accidentes (Metodología Árbol de Causas)

---

Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos (IPER)

---

Uso de Elementos de Protección Personal

---

Interpretación de Norma ISO 45001:2018 y PEC Excelencia

---

Auditor Interno ISO 45001:2018

---

Auditor Interno PEC Competitiva

---

Supervisor PEC Competitiva

---



Capacitación Abierta



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2025 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS

Difusión Protocolo PLANESI (Trabajadores)

Difusión Protocolo de Vigilancia Epidemiológica de Trabajadores Expuestos a Plaguicidas

Difusión Protocolo PREXOR (Trabajadores)

Elaboración de Matriz de Ruido

Difusión Guía Técnica Radiación Ultravioleta

Control de Riesgos para la Radiación Ultravioleta

Control del riesgo en la exposición a altas temperaturas de origen ambiental (Para Trabajadores)

Protocolo de Vigilancia en Factores de Riesgos Psicosociales en el Trabajo

Normativa, Contexto y Abordaje de la Violencia Laboral

Ley Karin: Difusión y sensibilización – Trabajadores

Ley 21.645, Conciliación de la Vida Personal, Familiar y Laboral

Metodología CEAL-SM/SUSESO para Comités de Aplicación (CdA)

Liderazgo y Comunicación en la Administración de Riesgos



Capacitación Abierta

 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS



Manejo de Emociones

---

Estrategias de Abordaje y Resolución de conflictos

---

Cómo transitar una Crisis

---

Cómo afrontar la Violencia Externa en el Ámbito Laboral

---

Cuidando a Otros frente Incidentes Críticos Laborales

---

Prevención y Manejo de Conflictos

---

Salud Mental en Tiempos de Cambios

---

Primeros Auxilios Psicológicos para Empresas

---

Técnica Vocal

---

Atención de Público

---

Formación de Monitores de Pausas Activas

---

Prevención de Trastornos Musculoesqueléticos a causa del MMC/MMP para Trabajadores

---

Manejo Manual de cargas o Personas (MMC/MMP) - Para CPHS

---



Capacitación Abierta



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2025 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS

Manejo Manual de cargas o Personas (MMC/MMP) - Para Jefaturas

Métodos de evaluación inicial de MMC/MMP a profesionales SST

Difusión Circular 3542 Vigilancia exposición a Hipobaría y exposición a Hiperbaría

Riesgos y Consecuencias para la Salud por la Exposición Aguda y Crónica Intermitente a la Hipobaría

Gestión del Riesgo de Desastres en Centros de Trabajo

Gestión del Riesgo de Desastres en Centros de Trabajo MIPYME

Formación para Equipos de Primera Respuesta a Desastres en Centros de Trabajo

Gestión del Riesgo de Desastres frente a Incendios Forestales

Psicología de la Emergencia

Manejo de Extintores

Prevención y Control de Incendios

Primeros Auxilios



Capacitación Abierta

 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2025 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS



Taller RCP Reanimación Cardio Pulmonar Teórico

---

Promoción de Salud en el Trabajo: Promoviendo hábitos y estilos de vida saludables

---

Equipos de Protección Respiratoria

---

Control de Riesgos de Accidentes de Trayecto y Vía Pública

---

Conducción a la Defensiva

---

Control de Riesgos en Trabajos en Altura

---

Control de Riesgos Eléctricos

---

Control de Riesgos en el Manejo de Sustancias Peligrosas

---

Sistema Globalmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de Productos Químicos

---

Sistema de Aseguramiento de la Calidad Modelo HACCP

---

Manipulación de Alimentos

---

Protocolo de Vigilancia de Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de TMERT - CPHS – Streaming

---

Protocolo de Vigilancia de Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de TMERT - Trabajadores

---

# Creando Cultura de Seguridad

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 marzo

25

de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Orientación en Prevención de Riesgos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 4 horas.

 enero

**16**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**18**  
de 09:00 a 13:00 hrs.

 marzo

**18**  
de 14:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Integrantes de Comités Paritarios de Higiene y Seguridad

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**06**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**05**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**04**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Investigación de Accidentes (Metodología Árbol de Causas) para CPHS

Esta actividad tiene una duración total de 6 horas, con un horario libre de 13:00 a 14:00 hrs.  
Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 6 horas.

 enero

13

de 09:00 a 16:00 hrs.

 febrero

12

de 09:00 a 16:00 hrs.

 marzo

03

de 09:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos (IPER)

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 4 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —

 enero

**07**  
de 09:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**11**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**10**  
de 09:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

## Uso de Elementos de Protección Personal

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

28

de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

12

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

27

de 14:00 a 16:00 hrs.



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

# Interpretación de Norma ISO 45001:2018 y PEC Excelencia

La duración total del curso es de **8 horas**, divididas en **dos jornadas de 4 horas cada una**, para las que usted debe usar el mismo enlace de videoconferencia.

Se debe inscribir en la sucursal virtual **solo una vez y en la primera fecha**.

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.



enero

09

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

10

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



febrero

10

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

11

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



marzo

11

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

12

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



## IMPORTANTE



Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Auditor Interno ISO 45001:2018



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

La duración total del curso es de **8 horas**, divididas en **dos jornadas de 4 horas cada una**, para las que usted debe usar el mismo enlace de videoconferencia.

Se debe inscribir en la sucursal virtual **solo una vez y en la primera fecha**.

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 enero

21

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

22

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II

 febrero

24

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

25

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II

 marzo

20

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

21

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Auditor Interno PEC Competitiva

Esta actividad tiene una duración total de **6 horas**, con un horario libre de 13:00 a 14:00 hrs.

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 enero

**14**  
de 09:00 a 16:00 hrs.

 febrero

**17**  
de 09:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**17**  
de 09:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Supervisor PEC Competitiva

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 4 horas.

 enero

**06**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**05**  
de 09:00 a 13:00 hrs.

 marzo

**06**  
de 14:00 a 18:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Difusión Protocolo PLANESI (Trabajadores)

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

24

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

25

de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

24

de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Difusión Protocolo de Vigilancia Epidemiológica de Trabajadores Expuestos a Plaguicidas

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—

 enero

**27**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**20**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**19**  
de 16:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Difusión Protocolo PREXOR (Trabajadores)

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—

 enero

**23**

de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

**27**

de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**27**

de 16:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Elaboración de Matriz de Ruido

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**23**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**06**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**10**  
de 11:00 a 13:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Difusión Guía Técnica Radiación Ultravioleta

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

28

de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

21

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

24

de 11:00 a 13:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control de Riesgos para la Radiación Ultravioleta

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

14

de 09:00 a 11:00 hrs.

27

de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

04

de 14:00 a 16:00 hrs.

13

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

04

de 14:00 a 16:00 hrs.

18

de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control del riesgo en la exposición a altas temperaturas de origen ambiental (Para Trabajadores)

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

08

de 09:00 a 11:00 hrs.

29

de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

10

de 14:00 a 16:00 hrs.

18

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

05

de 14:00 a 16:00 hrs.

20

de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Protocolo de Vigilancia en Factores de Riesgos Psicosociales en el Trabajo

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

06

de 11:00 a 13:00 hrs.

23

de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

04

de 09:00 a 11:00 hrs.

19

de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

03

de 11:00 a 13:00 hrs.

31

de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Normativa, Contexto y Abordaje de la Violencia Laboral

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

24

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

26

de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

25

de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming   
— 2025 —

## Ley Karin: Difusión y sensibilización – Trabajadores

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

17  
de 14:00 a 16:00 hrs.

28  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

19  
de 14:00 a 16:00 hrs.

27  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

17  
de 16:00 a 18:00 hrs.

26  
de 11:00 a 13:00 hrs.



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Ley 21.645, Conciliación de la Vida Personal, Familiar y Laboral

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**10**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

**07**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**21**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Metodología CEAL-SM/SUSESO para Comités de Aplicación (CdA)



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—

Esta actividad considera una evaluación. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 2 horas.

 enero

14

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

15

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II

 febrero

13

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

14

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II

 marzo

13

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

14

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Liderazgo y Comunicación en la Administración de Riesgos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**15**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**20**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**31**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

  
CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Manejo de Emociones

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

06

de 14:00 a 16:00 hrs.

13

de 14:00 a 16:00 hrs.

20

de 11:00 a 13:00 hrs.

28

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

05

de 14:00 a 16:00 hrs.

14

de 11:00 a 13:00 hrs.

20

de 11:00 a 13:00 hrs.

27

de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

06

de 09:00 a 11:00 hrs.

13

de 14:00 a 16:00 hrs.

19

de 09:00 a 11:00 hrs.

26

de 11:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Estrategias de Abordaje y Resolución de conflictos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—

 enero

**20**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**17**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**14**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Cómo Transitar una Crisis

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**17**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**14**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**07**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Cómo afrontar la Violencia Externa en el Ámbito Laboral

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**13**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**03**  
de 11:00 a 13:00 hrs.

 marzo

**03**  
de 16:00 a 18:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Cuidando a Otros ante Incidentes Críticos Laborales

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 marzo

19

de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención y Manejo de Conflictos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**10**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**28**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**17**  
de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Salud Mental en Tiempos de Cambios

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**20**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**11**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**27**  
de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Primeros Auxilios Psicológicos para Empresas

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming   
—2025—

 enero

31

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

24

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

28

de 11:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

## Técnica Vocal

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**27**  
de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**18**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**24**  
de 16:00 a 18:00 hrs.



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

## Atención de Público

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**06**  
de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**05**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**07**  
de 09:00 a 11:00 hrs.



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Formación de Monitores de Pausas Activas

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**30**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**18**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**17**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención de Trastornos Musculoesqueléticos a causa del MMC/MMP para Trabajadores

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 4 horas.

 enero

08

de 14:00 a 18:00 hrs.

23

de 09:00 a 13:00 hrs.

 febrero

06

de 09:00 a 13:00 hrs.

20

de 09:00 a 13:00 hrs.

 marzo

05

de 14:00 a 18:00 hrs.

24

de 09:00 a 13:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—

# Manejo Manual de cargas o Personas (MMC/MMP) - Para CPHS

La duración total del curso es de **8 horas**, divididas en **dos jornadas de 4 horas cada una**, para las que usted debe usar el mismo enlace de videoconferencia.

Se debe inscribir en la sucursal virtual **solo una vez y en la primera fecha**.

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación.



enero

15

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

16

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



febrero

12

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

13

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



marzo

10

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

11

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



## IMPORTANTE



Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Manejo Manual de cargas o Personas (MMC/MMP) - Para Jefaturas

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**07**  
de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**04**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**03**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

# Métodos de evaluación inicial de MMC/MMP a profesionales SST

La duración total del curso es de **8 horas**, divididas en **dos jornadas de 4 horas cada una**, para las que usted debe usar el mismo enlace de videoconferencia.

Se debe inscribir en la sucursal virtual **solo una vez y en la primera fecha**.

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación.



enero

21

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

22

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



febrero

06

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

07

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



marzo

12

de 14:00 a 18:00 hrs.  
Módulo I

13

de 09:00 a 13:00 hrs.  
Módulo II



## IMPORTANTE



Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Difusión Circular 3542 Vigilancia exposición a Hipobaría y exposición a Hiperbaría

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**30**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

**18**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**17**  
de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—

# Riesgos y Consecuencias para la Salud por la Exposición Aguda y Crónica Intermitente a la Hipobaría

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

Duración 3 horas.

enero

03	14	17	20	24	28	31
de 10:00 a 13:00 hrs.						

febrero

04	06	10	13	17	21	24	27
de 10:00 a 13:00 hrs.							

marzo

05	07	11	13	18	20	25	28
de 10:00 a 13:00 hrs.							



## IMPORTANTE

Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Gestión del Riesgo de Desastres en Centros de Trabajo



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 4 horas.

 enero

**08**  
de 09:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**03**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**04**  
de 09:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Gestión del Riesgo de Desastres en Centros de Trabajo MIPYME



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 4 horas.

 enero

09

de 09:00 a 13:00 hrs.

 febrero

10

de 09:00 a 13:00 hrs.

 marzo

05

de 09:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Formación para Equipos de Primera Respuesta a Desastres en Centros de Trabajo

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 4 horas.

 enero

**07**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**04**  
de 14:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**06**  
de 09:00 a 13:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Gestión del Riesgo de Desastres frente a Incendios Forestales

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—

 enero

22

de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

19

de 11:00 a 13:00 hrs.

 marzo

19

de 11:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Psicología de la Emergencia

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

07  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

05  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

28  
de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Manejo de Extintores

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

03 de 14:00 a 16:00 hrs. 13 de 16:00 a 18:00 hrs. 22 de 14:00 a 16:00 hrs. 29 de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

03 de 11:00 a 13:00 hrs. 11 de 09:00 a 11:00 hrs. 17 de 11:00 a 13:00 hrs. 26 de 11:00 a 13:00 hrs.

 marzo

06 de 11:00 a 13:00 hrs. 14 de 09:00 a 11:00 hrs. 21 de 09:00 a 11:00 hrs. 28 de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención y Control de Incendios

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

21

de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

28

de 11:00 a 13:00 hrs.

 marzo

07

de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Primeros Auxilios

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

09 de 11:00 a 13:00 hrs. 16 de 11:00 a 13:00 hrs. 22 de 09:00 a 11:00 hrs. 30 de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

07 de 09:00 a 11:00 hrs. 12 de 11:00 a 13:00 hrs. 21 de 09:00 a 11:00 hrs. 26 de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

05 de 09:00 a 11:00 hrs. 10 de 14:00 a 16:00 hrs. 20 de 11:00 a 13:00 hrs. 25 de 14:00 a 16:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Taller RCP Reanimación Cardio Pulmonar Teórico

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

03 de 09:00 a 11:00 hrs. 27 de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

03 de 14:00 a 16:00 hrs. 25 de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

11 de 14:00 a 16:00 hrs. 26 de 16:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Promoción de Salud en el Trabajo: Promoviendo Hábitos y Estilos de Vida Saludables

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—

 enero

**07**

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**03**

de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**27**

de 09:00 a 11:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Equipos de Protección Respiratoria

**Atención:** Esta actividad considera una **evaluación**. En el curso, debe reafirmar su asistencia en el chat de la capacitación. Posterior de la finalización de la actividad, el facilitador registrará su asistencia y podrá rendir la prueba de conocimientos, en un plazo máximo de 48 horas.

 Duración 2 horas.

 enero

**29**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**17**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**31**  
de 11:00 a 13:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control de Riesgos de Accidentes de Trayecto y Vía Pública

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**29**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**28**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**28**  
de 14:00 a 16:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Conducción a la Defensiva

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—

 enero

09 de 09:00 a 11:00 hrs. 16 de 09:00 a 11:00 hrs. 22 de 14:00 a 16:00 hrs. 30 de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

03 de 09:00 a 11:00 hrs. 11 de 11:00 a 13:00 hrs. 19 de 09:00 a 11:00 hrs. 28 de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

04 de 16:00 a 18:00 hrs. 12 de 09:00 a 11:00 hrs. 20 de 09:00 a 11:00 hrs. 26 de 14:00 a 16:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control de Riesgos en Trabajos en Altura

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación.  
Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

31

de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

21

de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

19

de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control de Riesgos Eléctricos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**29**  
de 11:00 a 13:00 hrs.

 febrero

**27**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

**27**  
de 11:00 a 13:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
— 2025 —



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Control de Riesgos en el Manejo de Sustancias Peligrosas

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

30  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

26  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 marzo

25  
de 16:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Sistema Globalmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de Productos Químicos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

24

de 14:00 a 16:00 hrs.

 febrero

20

de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

25

de 09:00 a 11:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Sistema de Aseguramiento de la Calidad Modelo HACCP

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**22**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**19**  
de 16:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**26**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

  
CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Manipulación de Alimentos

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 2 horas.

 enero

**17**  
de 09:00 a 11:00 hrs.

 febrero

**26**  
de 14:00 a 16:00 hrs.

 marzo

**31**  
de 16:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Protocolo de Vigilancia de Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de TMERT - CPHS – Streaming

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 4 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

## Streaming

—2025—

 enero

15

de 09:00 a 13:00 hrs.

 febrero

13

de 14:00 a 18:00 hrs.

 marzo

19

de 14:00 a 18:00 hrs.



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Protocolo de Vigilancia de Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de TMERT - Trabajadores

Este curso no requiere rendir evaluación, sólo participación. Recuerde registrarla en el chat de la capacitación.

 Duración 4 horas.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—

 enero

**09**

de 14:00 a 18:00 hrs.

 febrero

**17**

de 14:00 a 18:00 hrs.

 marzo

**26**

de 14:00 a 18:00 hrs.



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



Riesgos Críticos



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2024 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS

Curso Teórico Conducción de Motocicletas

---

Prevención en Trabajo Altura en Construcción

---

Riesgos Críticos en la Operación de Grúa Horquilla Nivel Teórico

---

Prevención en Uso de Manejo Escalas y Postación

---

Prevención de Riesgos en Atrapamiento

---

Aislamiento y Bloque Lotto

---

Trabajo en Altura Antenas y Torres

---

Prevención Riesgos en Grúas Torres

---

Riesgos Críticos en la Conducción de Buses – Transporte de Pasajeros

---

Prevención de Espacios Confinados

---

Introducción a la Norma NFPA 70E, Seguridad Eléctrica en Lugares de Trabajo

---

Trabajo en Altura - Techumbre y Azotea

---



Riesgos Críticos



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2024 —

SELECCIONA LA  
CAPACITACIÓN DE  
TU INTERÉS

Conducción a la Defensiva en vehículos 4x4

---

Trabajo en Altura Andamio y Plataforma

---

Prevención de Riesgos Eléctricos

---

Conducción a la Defensiva Vehículos Livianos Clase B

---

Riesgos Críticos en la Operación de Maquinaria Pesada Teórico

# Curso Teórico Conducción de Motocicletas

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

23

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

26

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

10

de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención en Trabajo Altura en Construcción

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**30**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**25**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**25**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming**   
—2025—



# Riesgos Críticos en la Operación de Grúa Horquilla

## Nivel Teórico

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

09

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

06

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

27

de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



### IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención en Uso de Manejo Escalas y Postación

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

enero

28  
de 15:00 a 17:00 hrs.

febrero

20  
de 15:00 a 17:00 hrs.

marzo

27  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—



## IMPORTANTE

⚠ Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención de Riesgos en Atrapamiento

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

21

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

27

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

18

de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Aislamiento y Bloqueo Lotto

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**06**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**03**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**03**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Trabajo en Altura Antenas y Torres

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

27

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

19

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

20

de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención Riesgos en Grúas Torres

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**16**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**13**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**17**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Riesgos Críticos en la Conducción de Buses – Transporte de Pasajeros

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

22

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

18

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

19

de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención de Espacios Confinados

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**15**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**17**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**26**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Introducción a la Norma NFPA 70E, Seguridad Eléctrica en Lugares de Trabajo

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

enero

07  
de 15:00 a 17:00 hrs.

febrero

11  
de 15:00 a 17:00 hrs.

marzo

13  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming

—2025—



## IMPORTANTE

⚠ Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Trabajo en Altura - Techumbre y Azotea

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**13**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**10**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**12**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Conducción a la Defensiva en vehículos 4x4

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**14**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**04**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**05**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Trabajo en Altura Andamio y Plataforma

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**08**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**05**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**06**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Prevención de Riesgos Eléctricos

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**20**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**12**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**04**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



 CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

**Streaming** 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Conducción a la Defensiva Vehículos Livianos Clase B

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

**02**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

**24**  
de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

**11**  
de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.

# Riesgos Críticos en la Operación de Maquinaria Pesada Teórico

Duración de 2 horas.

Este curso considera una **evaluación**, por lo que luego de participar en el curso, el facilitador registrará tu asistencia lo antes posible y podrás rendirla. Recuerda que debe ser antes de las **48 horas** de haber participado en la videoconferencia.

 enero

29

de 15:00 a 17:00 hrs.

 febrero

27

de 15:00 a 17:00 hrs.

 marzo

24

de 15:00 a 17:00 hrs.



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

Streaming 

—2025—



## IMPORTANTE

 Para poder inscribirse a los cursos virtuales tienes que contar con clave de acceso a mutual.cl. Si no cuentas con ella, solicítala al **600 2000 555**, o a través de nuestra cuenta de twitter ayuda **@Mutual\_ayuda**.



## INFORMACIÓN



Sucursal virtual | [www.mutual.cl](http://www.mutual.cl)



Mesa de ayuda | 600 2000 555



Fono Rescate 1407



@Mutual\_ayuda



App Mutual



@OficialMutualdeSeguridadCCHC



@mutualcchc



Web chat [www.mutual.cl](http://www.mutual.cl)



CALENDARIO DE CURSOS ABIERTOS

# Streaming

— 2024 —