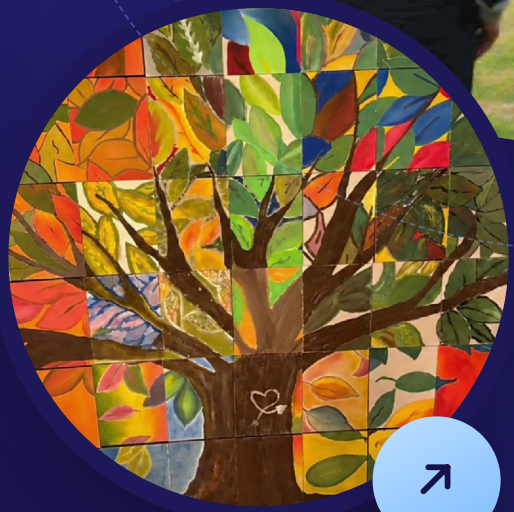
SALUD OCUPACIONAL
INTEGRAL SOY S.A.S.

Portafolio 2026

Creamos sentido de pertenencia.

Experiencias lúdicas en seguridad y salud en el trabajo, bienestar y riesgo psicosocial, diseñadas a la medida de cada empresa.





+15 años creando entornos laborales más seguros y saludables

311 211 2239 Isabel.rozo@soyintegral.com www.soyintegral.com

Nos mueve la pasión

Somos una empresa con más de 15 años de trayectoria en salud ocupacional. Nuestra misión es fomentar actividades lúdico-creativas centradas en el desarrollo personal, el empoderamiento, el servicio y la responsabilidad. Nos impulsa una profunda pasión por mejorar la calidad de vida de nuestros clientes, promoviendo entornos laborales más seguros y saludables.

+15
años de trayectoria en salud ocupacional

20–200
personas por actividad

+200
ediciones virtuales de ¿Quién quiere ser...?

99 %
de participación con Cazador de Riesgos

Creamos sentido de pertenencia.



En este portafolio

03	A la medida de su batería psicosocial
04	Psicosocial
05	Condiciones de seguridad
06	Alcohol, drogas y hábitos saludables
07	Liderazgo y trabajo en equipo
08	Experiencia en línea en equipo
09	Play at Working
10	Nuestros últimos servicios
13	Coaching con Germán Moreno
14	Complementos de bienestar
15	Otros servicios
16	Mi Tribu
18	Centro de Experiencias y salones

Cada actividad, a la medida de su batería de riesgo psicosocial

Todas nuestras actividades se adaptan a los resultados de la batería de riesgo psicosocial de su empresa. No llegamos con un taller genérico: convertimos los factores de riesgo prioritarios en experiencias que el equipo vive, recuerda y aplica.

Así lo hacemos

1. **Leemos su informe**
   Dominios y dimensiones en riesgo alto y muy alto del informe consolidado.
2. **Priorizamos**
   Con su equipo de SST o talento humano definimos factores y grupos a intervenir.
3. **Adaptamos**
   Actividades, mensajes, duración y modalidad según lo que arrojó la batería.
4. **Ejecutamos y registramos**
   Llevamos la experiencia y dejamos registro para su SG-SST.

Liderazgo y relaciones sociales

Intralaboral

- A Ciegas
- Juego de la Corbata
- Fábrica de Galletas
- Caminata con propósito

Control sobre el trabajo

Intralaboral

- La razón de Ser
- 4 Elementos
- Café con Propósito
- Playat Working

Demandas del trabajo

Intralaboral

- Manejo de Emociones
- Pelotas en Juego
- Kokedama

Recompensas

Intralaboral

- Ponte la Camiseta
- Equilíbrate
- El árbol que pintamos juntos
- CreSer Corporativo

Factores fuera del trabajo

Extralaboral

- Rondando Ando
- Mis Sueños
- Coaching de vida
- Cocinero Saludable

Síntomas de estrés

Estrés

- Mis Emociones
- Nervio vago
- RenaSER
- Mi Tribu

Los cruces son un punto de partida. El diseño final sale del informe de su empresa.



Psicosocial

Capacitaciones que fortalecen la confianza y la autonomía, inspirando un liderazgo auténtico y proactivo desde el ser.

Adaptables a los resultados de su **batería de riesgo psicosocial**

La razón de Ser
Que cada participante identifique su ser y actúe de manera asertiva.

Equilíbrate
Conciencia sobre la importancia de los valores personales y corporativos.

Mis Emociones
Qué es una emoción, qué es un sentimiento y cómo influyen en la vida diaria.

4 Elementos
Define el elemento de cada participante según su personalidad para potenciar sus habilidades.

Ponte la Camiseta
Sentido de pertenencia en seguridad vial, estilos de vida saludable, liderazgo y medio ambiente.

Manejo de Emociones
Direcciona las emociones para lograr satisfacción personal y un cambio positivo.

Rondando Ando
Valora el grado de felicidad en los distintos aspectos de la vida.

Mis Sueños
La importancia de creer en los sueños, trazar metas y trabajar por ellas.

Duración	Modalidad	Grupos	Dirigido a
45 min a 2 h	Presencial o virtual	20 a 200 personas	Administrativos y operativos

Condiciones de seguridad

Iniciativas que promueven una cultura de compromiso, seguridad y comportamiento ético en el entorno laboral.



5S Orden y Aseo

Sensibiliza sobre la aplicación de las 5S en cada puesto de trabajo.

Puntos Ciegos

Identificación de los puntos ciegos al momento de conducir un vehículo.

Moldeando Ando

Uso adecuado de EPP, actos y condiciones seguras y manejo de herramientas.

Seguridad Vial

Comportamientos seguros en la vía como conductor, pasajero, motociclista y peatón.

Duración
45 min a 2 h

Modalidad
Presencial o virtual

Grupos
20 a 200 personas

Dirigido a
Administrativos y operativos

Adaptables a los resultados de su **batería de riesgo psicosocial**

Alcohol, drogas y hábitos saludables

Iniciativas que fortalecen una cultura laboral segura, ética y comprometida.



Prevención Consumo de Alcohol y Drogas

Consecuencias del consumo en el comportamiento cotidiano y su relación con la accidentalidad.

Cóctel sin Alcohol

Sensibiliza sobre las afectaciones del consumo de alcohol y sustancias psicoactivas.

Cocinero Saludable

Hábitos de vida saludable a partir de una alimentación adecuada.

Pelotas en Juego

Causas, síntomas y consecuencias del estrés, abordadas de manera lúdica.

Duración
45 min a 2 h

Modalidad
Presencial o virtual

Grupos
20 a 200 personas

Dirigido a
Administrativos y operativos

Adaptables a los resultados de su **batería de riesgo psicosocial**

Liderazgo y trabajo en equipo

Servicio al cliente y trabajo en equipo, fortalecidos con experiencias prácticas.

A Ciegas

Reconocer y evaluar el liderazgo, el trabajo en equipo, la comunicación asertiva y la tolerancia.

El Abecedario

La comunicación y la coordinación del equipo, puestas a prueba en un reto contra el tiempo.

Fábrica de Galletas

Liderazgo, trabajo en equipo y comunicación asertiva aplicados a un proceso productivo.

Juego de la Corbata

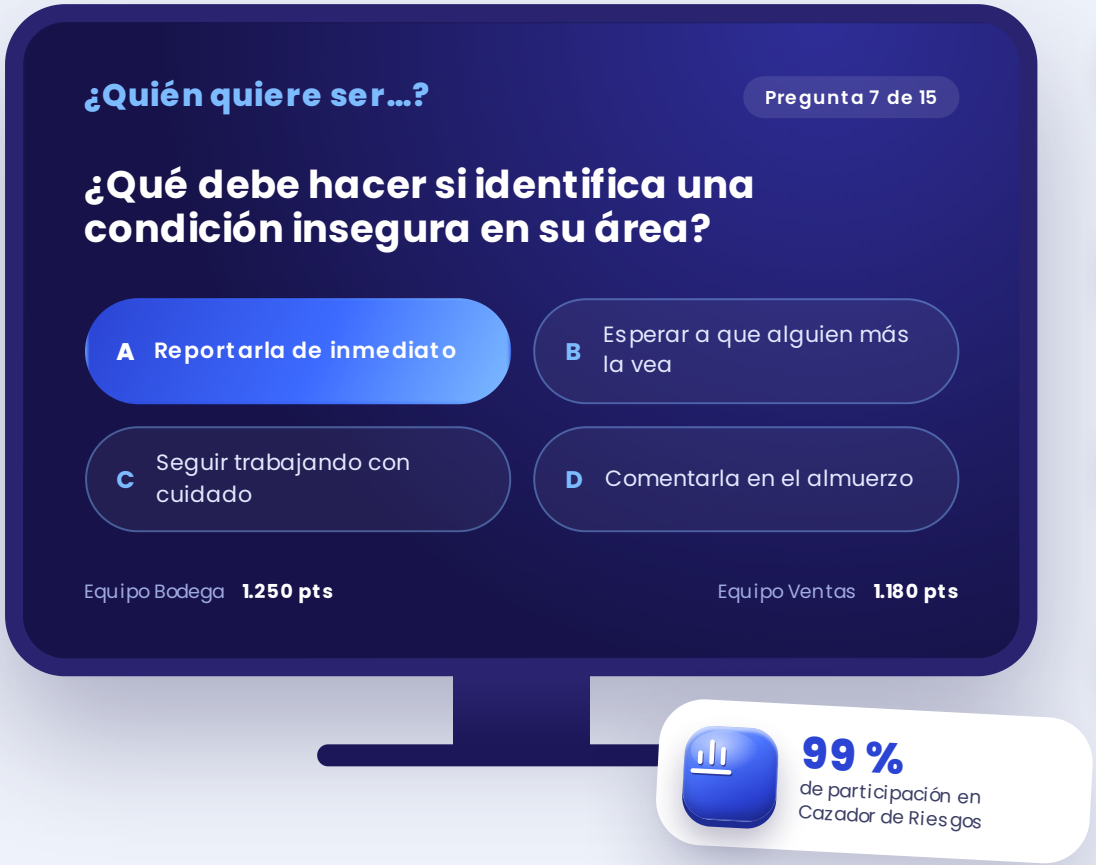
Un mensaje que se queda sobre liderazgo, trabajo en equipo, comunicación y tolerancia.

Duración	Modalidad	Grupos	Dirigido a
45 min a 2 h	Presencial o virtual	20 a 200 personas	Administrativos y operativos

Adaptables a los resultados de su **batería de riesgo psicosocial**

Experiencia en línea en equipo

Capacitación virtual de alta calidad, con la misma energía de una actividad presencial.



¿Quién quiere ser...?

Se ajusta al tema que desee socializar. Más de 200 actividades realizadas.

Bingo en Línea

Socializa, sensibiliza y retroalimenta información clave de una forma diferente.

Cazador de Riesgos

Imágenes con los riesgos a socializar y tecnología que logra 99 % de participación.

+20 actividades virtuales

Bolos, Ninja de la Seguridad, sopa de letras, concéntrese, ruleta y más.

Duración
45 min a 2 h

Modalidad
Presencial o virtual

Grupos
20 a 200 personas

Dirigido a
Administrativos y operativos

Adaptables a los resultados de su **batería de riesgo psicosocial**

Play at Working

Nuestra plataforma e-learning transforma la capacitación en seguridad laboral con gamificación: mecánicas de juego en entornos educativos para una experiencia virtual, lúdica y altamente efectiva.

Cursos de prevención en riesgos SST, a la medida

Dentro de la app creamos y administramos cursos de prevención con los riesgos, procedimientos y lenguaje de su empresa.



App
para el colaborador

Panel web
para el líder SST

+30 juegos
con niveles

Cursos SCORM
y certificados

En vivo
capacitaciones, encuestas y campañas

Comités
elecciones en la app

www.playatworking.com

Nuevo

Nuestros últimos servicios

Conéctate con la tierra, con la mente y con el cuerpo.

Experiencias vivenciales que se contratan por separado: ideales para el cierre de año, la integración del equipo o la intervención de un factor de riesgo. Pueden acompañarse con música en vivo.



Experiencias con la tierra

Cada una se contrata por separado y se adapta a los resultados de su batería de riesgo psicosocial.



Nuevo

Esfera semilla

Objetivo: Cultura de seguridad y compromiso ambiental

Actividad de siembra simbólica: cada participante elabora una esfera con tierra, arcilla y semillas nativas para reforestación. Traslada al equipo el principio de la prevención: decisiones de hoy que protegen a otros mañana, aun sin supervisión.



Nuevo

Caminata con propósito

Objetivo: Trabajo en equipo y corresponsabilidad

Recorrido guiado de integración que culmina en un apiario. A partir del modelo de organización de la colmena se analizan los roles, la interdependencia y la corresponsabilidad, y su efecto en los resultados del equipo.



Nuevo

Kokedama

Objetivo: Autocuidado

Taller práctico en el que cada colaborador elabora su kokedama, una planta que se sostiene sin maceta. La lleva a su puesto de trabajo como recordatorio permanente de sus hábitos de autocuidado.



Nuevo

El árbol que pintamos juntos

Objetivo: Sentido de pertenencia

Mural colaborativo: cada colaborador pinta un módulo de un árbol que solo se completa con el aporte de todos. La obra final refleja la identidad del equipo y puede exhibirse en sus instalaciones.

En su empresa o en nuestro centro

Experiencias que se viven en sus instalaciones o en el Centro de Experiencias Soy Integral.



Centro de Experiencias Soy Integral
Barrio Polo, Bogotá

Nuevo

Café con Propósito

Prepara tu café, despierta tu ser

Objetivo: liderazgo, autoconocimiento y adaptación al cambio

Experiencia vivencial de 4 horas que usa el proceso del café como metáfora del ser. A través de una cata guiada, los líderes reconocen su estilo de liderazgo, leen con empatía los perfiles de su equipo y fortalecen su capacidad de adaptación al cambio.

4 horas | 10 a 25 personas | Presencial

Facilita: Germán Moreno | Incluye café y utensilios

El ritual de Café con Propósito

1. Bienvenida al ritual del café
2. Selección y molienda del grano
3. Preparación guiada
4. Cata sensorial
5. Reflexión sobre el ser y el propósito
6. Compromiso y palabra clave

Resultados

- Conciencia del propio estilo de liderazgo
- Lectura empática de los perfiles del equipo
- Propósito personal como líder y frase de poder

Nuevo

RenaSER

Objetivo: confianza, cohesión y cierre de ciclos

Intervención vivencial en sus instalaciones. Cada participante identifica y suelta de forma simbólica las cargas que afectan su bienestar y sus relaciones, lo que favorece la confianza, la comunicación y la cohesión del equipo.

Germán Alonso Moreno

Coach, conferencista y consultor organizacional. Especialista en Salud Ocupacional y Seguridad Industrial, con más de 20 años de experiencia empresarial internacional. Potencia equipos y líderes para lograr objetivos con mayor efectividad y colaboración.



Nuevo

Coaching de vida

Objetivo: propósito y motivación

Sesión que alinea el propósito personal de cada colaborador con su rol en la organización, para fortalecer la motivación, el sentido del trabajo y el compromiso.



CreSer Corporativo

Autoconocimiento y gestión emocional con dinámicas lúdicas para que cada participante cree herramientas personales de bienestar. Incluye guía de aprendizaje coleccionable.

ANORMAL
abraza tu esencia

Nuevo

Mentoría de transformación personal de Germán Moreno: un proceso de perdón y de reencuentro con la salud, el dinero y el amor.

01
Online
Dentro de la app Equilíbrate, desde el celular y a su ritmo.

02
Híbrida
Mitad en línea y mitad presencial.

03
Presencial
Acompañamiento directo. Cupos limitados.

Complementos de bienestar

Se suman a cualquier experiencia o jornada de bienestar de su empresa.



Lectura de energía cuántica con Healy

Lectura energética con el dispositivo Healy y visualización del campo energético de cada participante. Con la guía de Germán Moreno, la persona identifica los patrones que limitan su crecimiento personal y profesional, y define acciones concretas para avanzar.

45 a 60 minutos | Facilita: Germán Moreno

- Lectura personalizada de su estado energético
- Mapa visual de su aura
- Recomendaciones para su desarrollo



Nervio vago: su sistema de calma

Taller vivencial sobre el papel del nervio vago en la regulación del estrés. Los participantes reconocen las señales de estrés en el cuerpo y aprenden técnicas prácticas para activar el sistema parasimpático y recuperar la calma.

45 minutos | Facilitan: psicólogos

- Señales del estrés crónico en el cuerpo
- Técnicas de activación parasimpática
- Herramientas para responder mejor al estrés

Otros servicios

Materiales técnicos y didácticos de nuestra tienda, para que la formación continúe después de cada actividad.





Material técnico

Material de apoyo elaborado por profesionales para seguir fortaleciendo los procesos empresariales.

- Misión a Marte: la pasión de un viaje a mi espacio interior
- Plan Semilla SST
- Vuelve M&3# d@ este libro



Medio ambiente

Actividades para el fortalecimiento ambiental de la organización.

- Soy Cactus: adopta una planta
- Clown Residuítos: clasificación de residuos







Juegos de mesa

Creados por expertos en gamificación para desarrollar habilidades profesionales y personales dentro de sus programas de capacitación.

Nuevo

Dominó de café. Juego de mesa con la identidad de Café con Propósito, para integraciones, pausas activas y obsequios corporativos.

MI TRIBU®

Bienestar laboral que se mide y se vive en comunidad

Plataforma de diagnóstico psicosocial y bienestar laboral inspirada en las Zonas Azules, las regiones del mundo con mayor longevidad y calidad de vida. Conecta a cada colaborador con tribus de interés y le da a la empresa información para decidir dónde intervenir.

01

Diagnóstico empresarial

Evaluación de la organización frente a los 9 principios de las Zonas Azules.

02

Diagnóstico individual

Cada colaborador reporta su rutina (El Poder del 8), sus hábitos y su bienestar.

03

Clasificación por zonas

Cuatro niveles de bienestar, de zona roja a zona azul, con protocolo de apoyo para casos críticos.

04

Tres tribus por persona

Grupos personales, familiares y sociales según intereses y necesidades.

05

Seguimiento y reportes

Tablero para la empresa, re-evaluación periódica e indicadores agregados.

Líneas de servicio

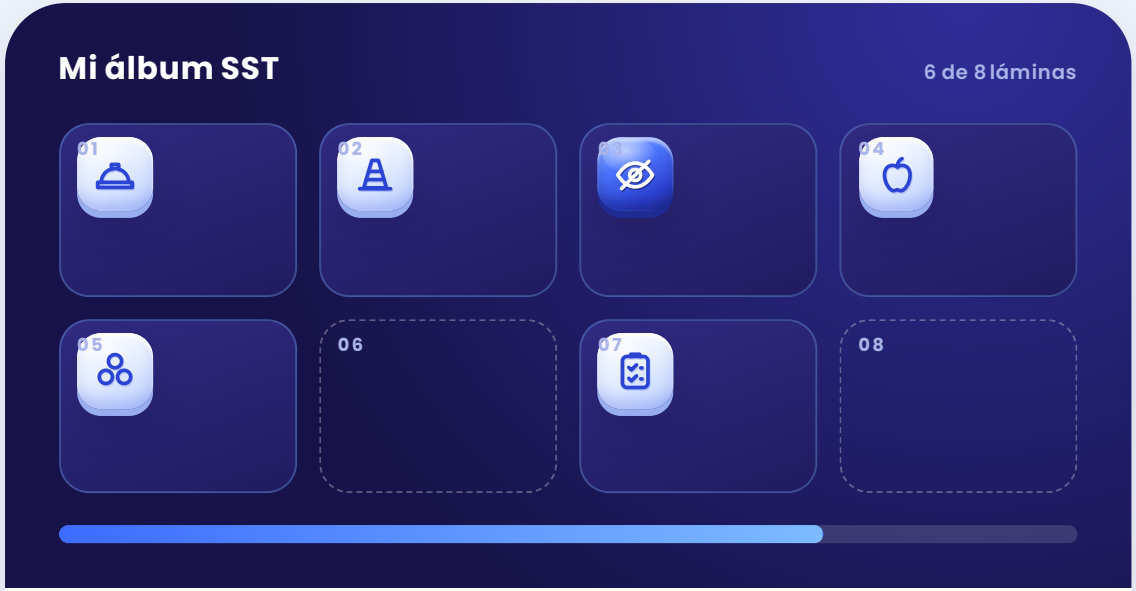
Empresas	Programa de bienestar para equipos con diagnóstico y tribus.
SIG	Articulado con su Sistema Integrado de Gestión.
Zonas Azules	Hábitos de longevidad y calidad de vida en el trabajo.

Agende una reunión y solicite su demo.

Fundación Creser Mi Tribu

El brazo social de Mi Tribu. Su empresa puede vincularse a campañas como Café con Propósito, que entrega kits a familias damnificadas, como parte de su programa de responsabilidad social.

cresermitribu.org



Nuevo

Álbum digital

Objetivo: campañas SST con alta participación

Desarrollamos álbumes de láminas digitales con la imagen de su empresa para sus campañas de seguridad y salud en el trabajo. Cada lámina se desbloquea al responder un reto de prevención, y el equipo colecciona y compite mientras aprende.

Temas SST a la medida | Con su marca | Informes de participación



Plan carrera

A partir de las necesidades de su empresa definimos los temas y la ruta de formación de su equipo durante todo el año.



Apoyo gráfico y multimedia

Equipo profesional y recursos para materializar sus campañas: piezas gráficas, video, animación e infografías.



¡Salones disponibles!

Centro de Experiencias Soy Integral

Nuestra sede en el barrio Polo, en Bogotá, es donde cobran vida nuestras experiencias: la barra de Café con Propósito, talleres vivenciales y capacitaciones. También alquilamos sus salones para capacitaciones, ponencias y eventos corporativos, en un ambiente natural, cómodo y profesional.

Hasta 30 personas
por evento

Totalmente equipados
para talleres y seminarios

Barra de café
de Café con Propósito

Para reservar, solicite una visita a nuestra sede.

SALUD OCUPACIONAL
INTEGRAL SOY S.A.S.

Seguro tenemos una actividad que impactará de forma positiva a su equipo.

¡Contáctenos!

Teléfono
311 211 2239

Correo
lsabel.rozo@soyintegral.com

Web
www.soyintegral.com

Centro de Experiencias
Barrio Polo, Bogotá