

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

CONVENIO DE COLABORACIÓN EN MATERIA DE CAPACITACIÓN, QUE CELEBRAN, POR UNA PARTE, COLEGIO NACIONAL DE EDUCACIÓN PROFESIONAL TÉCNICA, A QUIÉN EN LO SUCESIVO SE LE DENOMINARÁ “**EL CONALEP**”, REPRESENTADO EN ESTE ACTO POR EL MTRO. MIGUEL ANGEL NUÑEZ PÉREZ EN SU CARÁCTER DE TITULAR DE LA UNIDAD DE OPERACIÓN DESCONCENTRADA PARA LA CIUDAD DE MÉXICO Y POR LA OTRA, LA SECRETARÍA DE MARINA, ARMADA DE MÉXICO, EN LO SUCESIVO “LA SECRETARÍA”, REPRESENTADO EN ESTE ACTO POR EL C. CAPITÁN DE NAVÍO C.G. DEM. EDGAR HUNDA POMPOSO, EN SU CARÁCTER DE SECRETARIO PARTICULAR DE LAS OFICINAS DEL ALMIRANTE SUBSECRETARIO, A QUIENES DE MANERA CONJUNTA SE LES DENOMINARÁ “**LAS PARTES**” AL TENOR DE LAS SIGUIENTES DECLARACIONES Y CLÁUSULAS:

DECLARACIONES

I. “**EL CONALEP**” declara que:

I.1. “Que es un Organismo Público Descentralizado del Estado, con personalidad jurídica y patrimonio propios, conforme al decreto presidencial de fecha 27 de diciembre de 1978, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 del mismo mes y año, bajo el título: “Decreto que crea el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica” y reformado en dos ocasiones, con fechas: 22 de noviembre de 1993 y 29 de julio de 2011, publicados en el Diario Oficial de la Federación el 8 de diciembre y el 4 de agosto, ambos en los mismos años de forma respectiva; cuyo objeto es la impartición de educación profesional técnica con la finalidad de satisfacer la demanda de personal técnico calificado para el sistema productivo del país, así como educación de bachillerato dentro del tipo medio superior a fin de que los estudiantes puedan continuar con otro tipo de estudios.”

I.2 Para cumplir con sus fines, ha establecido planteles de su sistema educativo en todo el territorio nacional, de los cuales veintisiete se encuentran ubicados en la Ciudad de México, en los que se preparan y capacitan profesionales técnicos-bachiller de acuerdo a las necesidades del aparato productivo nacional, mediante la formación de recursos humanos, en los que imparten carreras de profesional técnico-bachiller, en diferentes áreas de la actividad económica procesos de producción y transformación metalmeccánica y metalurgia, automotriz, electrónica y telecomunicaciones, instalación y mantenimiento, informática, comercio, administración, salud y turismo.

I.3 Se considerará como una entidad pública, con la finalidad de impulsar, fortalecer y consolidar los servicios educativos que ofrece, le resulta de particular importancia celebrar el presente acuerdo de voluntades, que está inscrito en el registro federal de contribuyentes de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público con el número de clave CNE-781229BK4.

I.4 Que comparece en este acto representado por el Mtro. Miguel Ángel Núñez Pérez, en su carácter de Titular de la Unidad de Operación Desconcentrada Para la Ciudad de México, quien cuenta con facultades necesarias para la suscripción del presente convenio de conformidad con el nombramiento expedido a su favor por el Director General del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica de fecha 24 de enero del 2019, así como del “Acuerdo DG-13-/DCAJ-13/2016, mediante el cual se actualiza el similar por el que se otorgan facultades a Titulares de Unidades Administrativas del CONALEP.” De fecha 21 de septiembre de 2016, mismas que a la suscripción del presente acto jurídico consensual, no le han sido modificadas, limitadas, revocadas o suspendidas en forma alguna; del mismo modo y bajo protesta de decir verdad, no se encuentra inhabilitado y/o suspendido de manera temporal o definitiva, en términos de la Ley Federal de Responsabilidades de Servidores Públicos vigente y aplicable, que imposibilite suscribir el acto jurídico consensual.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

I.5 Su domicilio convencional es el ubicado en Av. Azcapotzalco no. 58, Colonia Tacuba, Alcaldía Miguel Hidalgo, Ciudad de México, C.P. 11410.

I.6 Su domicilio legal, es el ubicado en Calle 16 de septiembre no. 147 norte, Colonia Lázaro Cárdenas, Metepec, Estado de México, C.P. 52148.

II. **“LA SECRETARÍA”** declara que:

II.1 Es una dependencia del ejecutivo federal con fundamento en el artículo 26 de la ley orgánica de la administración pública federal, con las facultades que le confiere el artículo 30 de dicha ley, así como las establecidas en la ley Orgánica de la Armada de México.

II.2 Entre sus facultades se encuentra la de celebrar el presente convenio que requiera conforme a lo dispuesto por el artículo 7° fracción XI del Reglamento Interior de la Secretaría de Marina.

II.3 Con el propósito de contar con servidores públicos que tengan los conocimientos y aptitudes requeridos para desempeñar eficientemente sus actividades y con ello garantizar a la ciudadanía un servicio y atención de calidad, es menester capacitar y promover el desarrollo profesional y técnico de sus trabajadores, así como su actualización constante, principalmente fomentando la impartición de cursos, por lo que celebra con **“EL CONALEP”** el presente Convenio de Colaboración en Materia de Capacitación, con la finalidad de que ésta le preste la asistencia necesaria para desarrollar servicios de capacitación y actualización a través del Plantel Conalep Coyoacán, a efecto de que se impartan cursos al personal de **“LA SECRETARÍA”**.

II.4 Que su representante él C. Capitán de navío C.G. Dem. Edgar Hunda Pomposo, Secretario Particular de las Oficinas del Almirante Subsecretario fue nombrado Coordinador de Enlace de Capacitación de **“LA SECRETARÍA”** y se encuentra facultado para representar a **“LA SECRETARÍA”**.

II.5 Su representante de conformidad con lo dispuesto en el artículo 7, fracción XI, del Reglamento Interior de **“LA SECRETARÍA”**, puede suscribir los convenios y contratos que sean necesarios para el cumplimiento del objeto correspondiente.

II.6 Para cubrir las erogaciones que se deriven de este Convenio Específico de Colaboración Académica en Materia de Capacitación se expide el cheque con numero de folio 0057200, con fecha 13 de abril de 2020, emitido por la coordinación de la Secretaría de Marina.

II.7 Señala como domicilio fiscal y legal para efectos de este instrumento jurídico, el ubicado en Avenida Heroica Escuela Naval Militar, no. 861, Colonia Los Cipreses, Alcaldía Coyoacán en la Ciudad de México, Código Postal 04830.

II.8 Está inscrito en el Registro Federal de Contribuyentes de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público con el número de clave SMA-850101-TQ4.

III. **“LAS PARTES”** declaran que:

III.1 Están de acuerdo en desarrollar cursos de capacitación mediante los cuales **“EL CONALEP”** pondrá a disposición de **“LA SECRETARÍA”** su experiencia, técnica, instructores y de requerirlo infraestructura necesaria para impartir los cursos y **“LA SECRETARÍA”** en aportar las cuotas de recuperación necesarias para hacer factibles los programas, así como designar al personal que en razón de su puesto y funciones asistirá a los cursos.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

III.2 Se reconocen plenamente la personalidad y capacidad jurídica con que comparece cada una de ellas, por lo que es su voluntad celebrar el presente convenio, en los términos y condiciones que se estipulan en las siguientes:

CLÁUSULAS:

Primera. Objeto.- Que **"EL CONALEP"** a través del Plantel Conalep Coyoacán con domicilio ubicado en Calle Mariquita Sánchez, S/N, Colonia San Francisco Culhuacán, Alcaldía Coyoacán, Ciudad de México, Código Postal, 04480, proporcione al personal de **"LA SECRETARÍA"** los cursos de capacitación y actualización que requiera, mismos que de acuerdo con sus necesidades, se solicitarán, diseñarán y programarán, especificándose en el ANEXO UNO **"RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES"**, el cual una vez firmado por las partes formará parte íntegra del presente Convenio; que será definido por las partes, dentro de los 10 días hábiles posteriores a la formalización del presente instrumento.

Segunda. Compromisos de "EL CONALEP". - Para la consecución del objeto, materia del presente instrumento, **"LA SECRETARÍA"** se compromete a:

- a) Designar a los instructores con la aptitud profesional que se requiere para la impartición de los cursos y el desarrollo de actividades académicas, sin responsabilidad alguna para **"LA SECRETARÍA"**.
- b) Contar con las instalaciones adecuadas y necesarias para la realización de los cursos.
- c) Determinar conjuntamente con **"LA SECRETARÍA"** los lugares y horarios en que se impartirán los cursos.
- d) Diseñar y desarrollar el material de instrucción al curso, valorado en vinculación con personal especializado de **"LA SECRETARÍA"** en asuntos relativos al contenido de los cursos, motivo de este convenio, a fin de asegurar la pertinencia pedagógica de éstos con las necesidades de capacitación que le señale **"LA SECRETARÍA"**.
- e) Proporcionar el material didáctico que se requiera para la impartición de cada curso en la calidad y cantidad idónea para los participantes en los diferentes cursos, de conformidad con las listas enviadas por **"LA SECRETARÍA"**.
- f) Facilitar al personal designado por **"LA SECRETARÍA"**, el acceso a las instalaciones en que se impartirán los cursos.
- g) Participar en la reunión inicial de inducción institucional, en los eventos curriculares y en la evaluación final de los cursos.
- h) Una vez concluido cada curso de capacitación, entregar a **"LA SECRETARÍA"** el paquete operativo, integrado por las hojas de registro, evaluaciones, lista de calificaciones del aprovechamiento académico de los participantes, listas de asistencia y entregar a cada participante el diploma o constancia correspondiente, siempre y cuando éste cuente con una calificación mínima de 8.0 y cumpla con una asistencia mínima del 80%.
- i) Enviar a **"LA SECRETARÍA"**, el recibo oficial correspondiente para el trámite de las aportaciones por cuotas de recuperación a su cargo, conforme a los cursos realizados durante el mes y de acuerdo a lo pactado en el ANEXO UNO **"RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES"** a que se refiere la cláusula primera.

Tercera. Compromisos. - de **"LA SECRETARÍA"**:

- a) Participar con el personal especializado del **"EL CONALEP"**, en el diseño y desarrollo de los programas académicos correspondientes de los cursos que se impartirán, a efecto de asegurar la pertinencia pedagógica de éstos con las necesidades de capacitación de los trabajadores de **"LA SECRETARÍA"**.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

- b) Conformar grupos con un máximo de 20 participantes, y en caso de requerir incluir más participantes se adicionará a la aportación del curso el concepto de cuota adicional por cada asistente, de acuerdo con lo descrito en el ANEXO UNO **“RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES”**.
- c) Remitir a **“EL CONALEP”**, la lista de participantes de cada curso, con cinco días hábiles de anticipación al inicio de los mismos, y notificar con un máximo de dos días hábiles posteriores al inicio del curso correspondiente, cualquier cambio, sustitución o baja de los participantes.
- d) Cubrir a **“EL CONALEP”** los montos por concepto de cuotas de recuperación correspondientes, en términos de lo estipulado en la Cláusula CUARTA denominada **“Lugar y forma de pago”**.

Cuarta. - Aportaciones. - “EL CONALEP” enviará a **“LA SECRETARÍA”**, con domicilio en Avenida Heroica Escuela Naval Militar, no. 861, Colonia Los Cipreses, Alcaldía Coyoacán en la Ciudad de México, Código Postal 04830, los recibos oficiales correspondientes para el trámite de las cuotas de recuperación a su cargo, conforme a los cursos de capacitación o actualización impartidos y concluidos durante el mes de abril del presente año, de acuerdo a lo pactado en el ANEXO UNO **“RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES”**.

Las cuotas de recuperación de los cursos se efectuarán por parte de **“LA SECRETARÍA”**, durante el mes de abril del presente año. Las cuotas de recuperación de los cursos consignados en el ANEXO UNO **“RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES”** estarán vigentes durante el año 2020.

Los pagos por concepto de las cuotas de recuperación a que hace referencia esta cláusula, los realizará **“LA SECRETARÍA”** en las oficinas con domicilio en Avenida Heroica Escuela Naval Militar, no. 861, Colonia Los Cipreses, Alcaldía Coyoacán en la Ciudad de México, Código Postal 04830, dentro de los horarios de trabajo de **“LA SECRETARÍA”**.

Quinta. Compromisos Conjuntos. - Para cumplir el objeto de este convenio **“LAS PARTES”** se comprometen a:

- a) Acordar, diseñar y desarrollar los cursos de capacitación que deriven del presente instrumento jurídico.
- b) Realizar las reuniones que sean necesarias para la evaluación del desarrollo del o los programas de capacitación que se deriven del presente Convenio, así como del aprovechamiento de los cursos, y conforme a los resultados que se obtengan tomarán de común acuerdo las medidas correctivas necesarias para alcanzar los niveles de aprovechamiento planteados en los objetivos de cada curso.

Sexta. Comisión de Evaluación y Seguimiento. - Para la debida ejecución del presente convenio, las partes convienen en formar una Comisión de Evaluación y Seguimiento, integrada por igual número de representantes de cada una que podrán ser sustituidos libremente por sus representantes, previa notificación por escrito a la contraparte y sus atribuciones, entre otras, serán las siguientes:

- a) Determinar y aprobar las acciones factibles de ejecución.
- b) Coordinar la elaboración y obtener la firma de los programas emanados del presente Convenio.
- c) Dar seguimiento a los programas y evaluar sus resultados.
- d) Las demás que acuerden las partes.

Séptima. - Relación Laboral. - “EL CONALEP” y **“LA SECRETARÍA”** acuerdan que la relación laboral se mantendrá en todos los casos entre ellas y su personal, aún en los casos de trabajos realizados en forma conjunta o desarrollados en las instalaciones o con equipo de cualquiera de las partes, por lo que cada Institución asumirá su responsabilidad con sus trabajadores y, en ningún caso, podrán ser consideradas como patrones solidarios o sustitutos.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

Igualmente, para este efecto y cualquiera no previsto, las partes se eximen expresamente de cualquier responsabilidad civil, penal, de seguridad social o de otra especie que, en su caso, pudiera llegar a generarse.

Octava. Prevalencia de la Normatividad. De “**EL CONALEP**”. - La vida académica y administrativa del Plantel en la que se desarrollarán los Cursos y Programas de acción, materia de este convenio, se registrará conforme a las normas y directrices que tiene establecidas el “**EL CONALEP**” para el uso de sus instalaciones

Novena. Propiedad Intelectual. - “**LA SECRETARÍA**” reconoce que el manual y notas del curso (material que se entrega a los participantes inscritos en los cursos) son propiedad de “**EL CONALEP**” y que debe dársele el tratamiento de información confidencial sujeta a derechos de propiedad intelectual. “**LA SECRETARÍA**” conviene en no quitar o modificar cualquier notificación de derecho de propiedad de “**EL CONALEP**” o de cualquier otra entidad que estén contenidos en el material educativo.

“**LA SECRETARÍA**” no podrá crear obras derivadas de ninguno de los elementos del material educativo.

Décima. Derechos de Autor. - En el caso de que llegaran a generarse otros productos o conocimientos con motivo de la ejecución de este convenio, la titularidad de los derechos de autor, en su aspecto patrimonial, corresponderá a la parte cuyo personal haya realizado el trabajo que sea objeto de publicación, dándole el debido reconocimiento a quienes hayan intervenido en su elaboración.

Si la realización es conjunta, ambas partes compartirán la titularidad de los derechos correspondientes, en proporción su participación. Las partes podrán utilizar la información derivada de las actividades desarrolladas en sus actividades académicas.

Décima Primera. Confidencialidad. - Las partes se obligan a mantener bajo estricta confidencialidad la información, que se intercambie con motivo del presente Convenio.

Décima Segunda. Responsabilidad Civil. - Queda expresamente pactado que las partes no tendrán responsabilidad civil por daños y perjuicios que pudieran causarse como consecuencia de caso fortuito o fuerza mayor, particularmente por paro de labores académicas o administrativas, huelga, en la inteligencia de que una vez desaparecidas las causas que motivaron la suspensión, se reanudarán las actividades en la forma y términos que determinen las partes.

Para que cualquiera de las partes que suscriben el presente convenio, se pueda liberar de la responsabilidad que pudiera generar algún evento de caso fortuito o fuerza mayor, será indispensable que:

- a) Lo notifique por escrito a la otra parte, al día hábil siguiente de ocurrido el evento de caso fortuito o fuerza mayor invocado, inclusive cuando la existencia del acontecimiento sea del dominio público.
- b) Pruebe dentro de los diez días hábiles siguientes a la notificación o conocimiento de la existencia de caso fortuito o fuerza mayor, la imposibilidad de dar cumplimiento a sus obligaciones, salvo que la existencia de estas circunstancias, sean del dominio público.

Décima Tercera. Vigencia. - El presente instrumento tendrá vigencia a partir de la fecha de su firma y finalizará una vez concluidas las capacitaciones de acuerdo al calendario a que se refiere la cláusula primera.

Décima Cuarta. Terminación anticipada. - El presente Convenio se podrá dar por terminado mediante notificación que por escrito y con sesenta días naturales de anticipación; presente una de las partes a la otra, en el entendido que deberán continuar hasta su conclusión las acciones ya iniciadas. En tal caso,

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

ambas partes tomarán las medidas necesarias para evitar perjuicios a terceros. “**LA SECRETARÍA**” cubrirá al “**EL CONALEP**” la totalidad de las cuotas de recuperación por los cursos realizados hasta ese momento.

Décima Quinta. Modificaciones. - El presente Convenio podrá ser modificado o adicionado por voluntad de las partes. Dichas modificaciones o adiciones deberán formalizarse por escrito y obligarán a los signatarios a partir de la fecha de la firma del documento respectivo, en la inteligencia de que el incumplimiento a lo pactado en esta cláusula traerá como consecuencia que dicha modificación o adición no surta efecto legal alguno.

Décima Sexta. Anexos. – El anexo uno “**RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES**” firmado por los representantes de ambas partes, forma parte integrante de este instrumento jurídico.

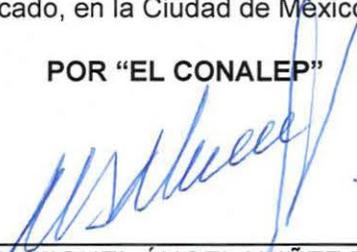
Décima Séptima. Notificaciones. - Cualquier notificación relativa a este convenio deberá hacerse por escrito, estar firmada por el representante de la parte que la emita y podrá ser enviada por fax, mensajero, porte pagado o correo electrónico, en cualquier caso, se deberá enviar copia a la Comisión a que se refiere la cláusula sexta.

Décima Octava. Interpretación y Controversias. - Las partes convienen que el presente instrumento es producto de la buena fe, en razón de lo cual, los conflictos que llegasen a presentarse por cuanto hace a su interpretación, formalización y cumplimiento, serán resueltos por la Comisión de Evaluación y Seguimiento a la que se refiere la cláusula sexta de este instrumento. En caso de subsistir las mismas, acuerdan someterse a la jurisdicción de los Tribunales competentes de la Ciudad de México. Renunciando a cualquier otro fuero que pudiera responderles por razón de su domicilio presente o futuro o por cualquier otra causa.

Leído que fue el presente instrumento y estando las partes enteradas de su contenido y alcances, lo firman por quintuplicado, en la Ciudad de México, a los 21 días del mes de abril de dos mil veinte.

POR “EL CONALEP”

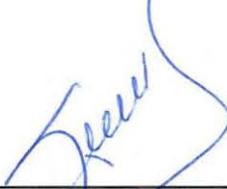
POR “LA SECRETARÍA”



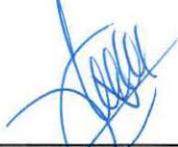
MTRO. MIGUEL ÁNGEL NUÑEZ PÉREZ
TITULAR DE LA UNIDAD DE OPERACIÓN
DESCONCENTRADA PARA LA CIUDAD DE
MÉXICO



CAPITÁN NAV. C.G. DEM.
EDGAR HUNDA POMPOSO
SECRETARIO PARTICULAR DE OFICINAS DEL
ALMIRANTE SUBSECRETARIO



LIC. MARÍA SONIA MORENO CRUZ
DIRECTORA DE DESARROLLO Y OPERACIÓN
ACADÉMICA Y CAPACITACIÓN LABORAL



CAPITÁN DE FRAGATA
JORGE LUNA RODRÍGUEZ

Las firmas que anteceden forman parte del Convenio de Colaboración en Materia de Capacitación que celebran “**LA SECRETARÍA**” y “**EL CONALEP**”, con una vigencia al 31 de diciembre 2020 o bien, hasta que se levante la contingencia sanitaria covid-19.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.
A N E X O U N O
**“RELACIÓN DE CURSOS, CUOTAS DE RECUPERACIÓN Y CALENDARIO DE ACTIVIDADES”
 PLANTEL CONALEP COYOACÁN.**

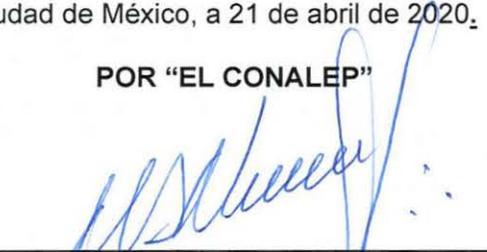
No.	Curso	Sede	Fecha de impartición	Total, Horas	Cuota de Recuperación por Hora	Cuota de Recuperación Total
1	Manejo del Estrés Laboral	Plantel Conalep Coyoacán	3, 10, 17, 24 y 31 de octubre de 2020	20	\$1,100.00	\$22,000.00
Total						\$22,000.00

Los cursos serán impartidos en un horario Sabatino de 09:00 a 13:00, con un total de 5 sesiones.

De requerir “**LA SECRETARÍA**” se incluyan participantes adicionales, como se señala en la cláusula Tercera inciso b), del presente instrumento, deberá someterlo previamente a consideración de “**EL CONALEP**”, y las partes de común acuerdo evaluarán la posibilidad de incluirlos, considerando los requerimientos de espacio, mobiliario y definirán la aportación adicional que deberá cubrir “**LA SECRETARÍA**” por participante adicional, apegados a lo señalado en la cláusula Decimoquinta de este Convenio.

En la Ciudad de México, a 21 de abril de 2020.

POR “EL CONALEP”

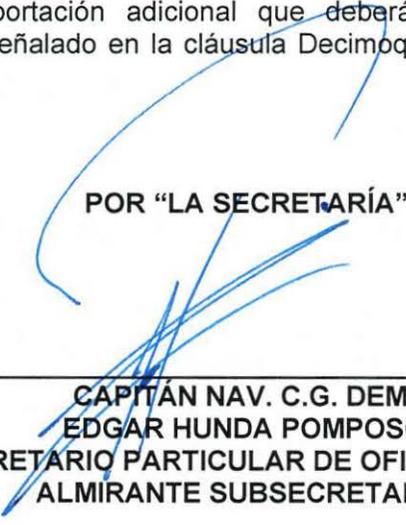


MTRO. MIGUEL ÁNGEL NÚÑEZ PÉREZ
TITULAR DE LA UNIDAD DE OPERACIÓN
DESCONCENTRADA PARA LA CIUDAD DE
MÉXICO



LIC. MARÍA SONIA MORENO CRUZ
DIRECTORA DE DESARROLLO Y OPERACIÓN
ACADÉMICA Y CAPACITACIÓN LABORAL

POR “LA SECRETARÍA”



CAPITÁN NAV. C.G. DEM.
EDGAR HUNDA POMPOSO
SECRETARIO PARTICULAR DE OFICINAS DEL
ALMIRANTE SUBSECRETARIO



CAPITÁN DE FRAGATA
JORGE LUNA RODRÍGUEZ

Las firmas que anteceden forman parte del Convenio de Colaboración en Materia de Capacitación que celebran “**LA SECRETARÍA**” y “**EL CONALEP**”, con una vigencia al 31 de diciembre 2020 o bien, hasta que se levante la contingencia sanitaria covid-19.

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

A N E X O S

“FICHA TÉCNICA”

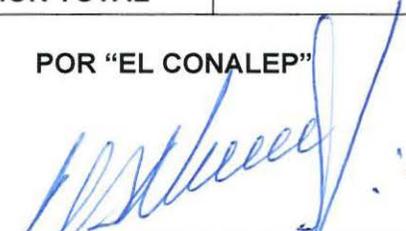
CURSO	MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL
OBJETIVO GENERAL	Al término del curso el participante identificará los síntomas del estrés aplicando técnicas para su manejo y control, con la finalidad de mantener un estilo de vida saludable en los ámbitos personal, social y laboral
JUSTIFICACIÓN	<p>Programa de capacitación dirigido a trabajadores de la Secretaría de Marina.</p> <p>Tiene una duración de 20 horas distribuidas en cuatro temas que cubren desde la conceptualización e identificación del estrés hasta las diferentes alternativas para la relajación y control del estrés.</p> <p>Los contenidos del curso contemplan desde la conceptualización del estrés, su fisiología y los diferentes tipos de estrés, así como, su sintomatología y los diferentes desencadenadores de este.</p> <p>Se contemplarán algunas medidas para prevenir el estrés en el ámbito laboral y su manera de combatirlo, y por último se abordarán algunas técnicas de relajación para el control del estrés.</p> <p>El presente curso tiene como propósito dotar al participante de información que le permita identificar el estrés al momento en que se podría originar y de proporcionar al participante de técnicas de relajación con la finalidad de controlar el estrés desde el momento en que se presenta en el ámbito personal, social y laboral.</p>

CONTENIDO TEMATICO	DURACIÓN
1. EL ESTRÉS Y SU FISIOLOGÍA 1.1 Concepto de estrés. 1.2 Tipos de estrés.	4 horas
2. SÍNTOMAS DEL ESTRÉS 2.1 Desencadenadores del estrés (estresores) 2.2 Fases del estrés 2.3 Alteraciones del organismo en respuesta al estrés 2.4 Identificación de detonantes 2.5 Signos y síntomas del estrés 2.6 Efectos del estrés	6 horas
3. EL ESTRÉS EN LA INSTITUCIÓN 3.1 Formas de combatir el estrés 3.2 Cómo prevenir el estrés en el trabajo	2 horas
4. ALTERNATIVAS PARA LA RELAJACIÓN Y CONTROL DEL ESTRÉS 4.1 Técnica de la respiración 4.2 Meditación asistida 4.3 La nutrición y el estrés 4.4 Musicoterapia	8 horas

No. de Convenio CE09/U01/CONV025/2020.

4.5 Aromaterapia y aceites esenciales	
4.6 Risoterapia	
4.7 Abrazoterapia	
DURACIÓN TOTAL	20 horas

POR "EL CONALEP"



MTRO. MIGUEL ÁNGEL NUÑEZ PÉREZ
TITULAR DE LA UNIDAD DE OPERACIÓN
DESCONCENTRADA PARA LA CIUDAD DE
MÉXICO



LIC. MARÍA SONIA MORENO CRUZ
DIRECTORA DE DESARROLLO Y OPERACIÓN
ACADÉMICA Y CAPACITACIÓN LABORAL

POR "LA SECRETARÍA"



CAPITÁN NAV. C.G. DEM.
EDGAR HUNDA POMPOSO
SECRETARIO PARTICULAR DE OFICINAS DEL
ALMIRANTE SUBSECRETARIO



CAPITÁN DE FRAGATA
JORGE LUNA RODRÍGUEZ

Las firmas que anteceden forman parte del Convenio de Colaboración en Materia de Capacitación que celebran "LA SECRETARÍA" y "EL CONALEP", con una vigencia al 31 de diciembre 2020 o bien, hasta que se levante la contingencia sanitaria covid-19.