



# Catálogo de Cursos & Adiestramientos

**2021-2022**

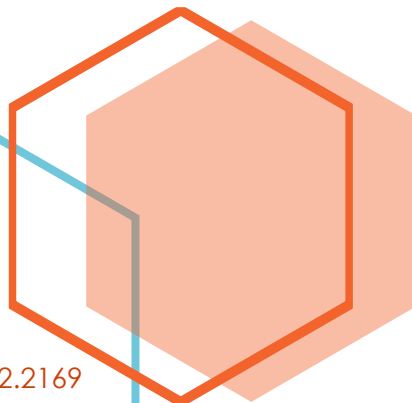
Educación Continua y Certificaciones Profesionales en las disciplinas de:  
Gerencia de Proyectos & Programas  
Continuidad de Negocio & Resiliencia Organizacional



[www.oka-llc.com](http://www.oka-llc.com)

Tels: 787.905.6862 o 787.342.2169

[training@oka-llc.com](mailto:training@oka-llc.com)



# Catálogo de Cursos & Adiestramientos

2021-2022

## Gerencia de Proyectos & Programas:



A través de nuestra alianza con **Pyramid Learning** proveemos los siguientes adiestramientos conducentes a certificaciones profesionales en gestión y gerencia de proyectos y programas utilizando la metodología PMD Pro de PM4NGOs:

1. Project Management for Development Professional Level 1: Foundation (PMD Pro Level 1)
2. Program Management for Development Professional Level 1: Foundation (Program DPro Level 1)

Una vez aprobado el examen de cada curso la certificación profesional correspondiente es emitida por APMG International.

## Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional:

A través de nuestra alianza con **The International Consortium for Organizational Resilience (ICOR)** proveemos los siguientes adiestramientos conducentes a certificaciones profesionales en Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional basados en las normativas y estándares internacionalmente reconocidos para estas disciplinas:

1. ISO 22301: Lead Implementer
2. Crisis Management and Communication Professional (CMCP)
3. Critical Environments Technology Professional (CETP)
4. Certified Organizational Resilience Manager/Professional & Expert (CORM, CORP, CORE)

Una vez aprobado el examen de cada curso la certificación profesional correspondiente es emitida por ICOR.



## Otros Cursos en Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional:

1. Taller sobre Preparación de Plan Familiar de Manejo de Emergencias
2. Taller sobre cómo actuar en caso de Terremoto y Simulacro de Desalojo
3. Taller sobre preparación del Plan de Continuidad de Negocio para Medianos y Pequeños Empresarios
4. Taller sobre Prevención de Incendios y Manejo Básico de Extintores
5. Curso de Resucitación Cardiopulmonar y uso del Desfibrilador Externo Automático (Heartsaver® CPR AED)
6. Taller sobre Entornos Laborales Sanos y Productivos
7. Taller de Resiliencia Mental
8. Curso de Primeros Auxilios Psicológicos
9. Taller y Simulacro sobre caso de un Tirador Activo
10. Presentación del Protocolo de Robos y Asaltos para instituciones financieras



## Cursos en Gerencia de Proyectos & Programas:



A través de nuestra alianza con **Pyramid Learning** proveemos los siguientes adiestramientos conducentes a certificaciones profesionales en gestión y gerencia de proyectos y programas utilizando la metodología PMD Pro de PM4NGOs:

### 1. Project Management for Development Professional Level 1: Foundation (PMD Pro Level 1):

**Project DPro (PMD Pro)** es una certificación de gestión y gerencia de proyectos reconocida a nivel mundial para profesionales del desarrollo de comunidades, municipios, organizaciones sin fines de lucro y de ayuda humanitaria. El curso proporciona a los gerentes de proyectos las habilidades necesarias para entregar resultados transparentes y efectivos a los donantes y las comunidades.

**A través de OKA este curso esta contextualizado para todos los profesionales de la gerencia de proyectos y programas de los municipios y organizaciones de Puerto Rico.**



El curso se provee en la modalidad presencial o cursos en línea en donde se presentan a los alumnos las herramientas, los procesos y los sistemas que los profesionales de la gerencia de proyectos pueden utilizar para gestionar proyectos de forma más eficaz y con mayor impacto.

Los cursos en línea se toman en un periodo de 4 semanas a través de la plataforma educativa de Pyramid Learning y sesiones de repastos y tutorías que ofrece OKA a nivel local para cada grupo de estudiantes. OKA también ofrece a nivel local el curso en forma presencial y el mismo tiene una duración de 4 días equivalentes a 25 horas de contacto incluyendo el tiempo para tomar el examen de la certificación profesional.

Al final del curso OKA & Pyramid Learning emitirán un Certificado de Participación a cada estudiante. La Certificación Profesional como PMD Pro se emite bajo los estándares de PM4NGOs una vez aprobado el examen en la plataforma de APMG International o en formato presencial administrado por OKA.

**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de certificación Project DPro. Esto incluye:

- Desarrollar diseños de proyectos realistas
- Identificar, analizar e involucrar a las partes interesadas
- Detallar el alcance del proyecto
- Planificar eficazmente y elaborar cronogramas realistas
- Comprender el papel que desempeña la buena gobernanza en los proyectos
- Identificar, evaluar y responder a los riesgos del proyecto
- Planificar y organizar la implementación del proyecto



- Gestionar proactivamente los problemas y los cambios para cumplir con el tiempo, el presupuesto y el alcance
- Monitorear, evaluar y controlar las actividades de los proyectos
- Definir las responsabilidades del equipo de proyecto
- Cerrar los proyectos con éxito
- Conocer qué herramientas pueden aplicarse inmediatamente a los proyectos
- Saber dónde se puede seguir aprendiendo más sobre la gestión de proyectos.

#### **A quien está dirigida la certificación y adiestramiento Project DPro:**

- Todo personal de organizaciones o municipios que intervienen y/o apoyan en la gestión y gerencia de los proyectos de su organización.
- Gerentes de Proyectos con experiencia o sin experiencia previa.
- Líderes o Directivos de los municipios u organizaciones.

## **2. Program Management for Development Professional Level 1: Foundation (Program DPro Level 1):**

**Program DPro** es una certificación de gestión y gerencia de programas reconocida a nivel mundial para profesionales del desarrollo de comunidades, municipios, organizaciones sin fines de lucro y de ayuda humanitaria y que requieren tener competencias para la gestión de Programa de Proyectos (grupos de proyectos que tienen relación entre sí).

Este curso le brinda las habilidades que necesita para diseñar, planificar e implementar programas de manera efectiva a lo largo de todo su ciclo de vida. Program DPro es la certificación definitiva para aprender y confirmar que tiene las habilidades para lograr el éxito de los proyectos y programas de cualquier organización de servicio a través de una gestión de programas ejemplar.

La certificación Program DPro Foundation está dirigida a aquellos con experiencia trabajando en un entorno basado en proyectos / programas que buscan las mejores prácticas y herramientas a nivel de programa contextualizadas al sector de desarrollo internacional.

Tenga en cuenta que, para realizar el examen Program DPro, recomendamos encarecidamente que previamente haya obtenido la certificación Project DPro (PMD Pro), ya que la guía y el examen Program DPro se refieren a muchos de los contenidos de PMD Pro.

**A través de OKA este curso esta contextualizado para todos los profesionales de la gerencia de proyectos y programas de los municipios y organizaciones de Puerto Rico.**

El curso se provee en la modalidad presencial o cursos en línea en donde se presentan a los alumnos las herramientas, los procesos y los sistemas que los profesionales de la gerencia de



proyectos pueden utilizar para gestionar proyectos de forma más eficaz y con mayor impacto.

Los cursos en línea se toman en un periodo de 4 semanas a través de la plataforma educativa de Pyramid Learning y sesiones de repasos y tutorías que ofrece OKA a nivel local para cada grupo de estudiantes. OKA también ofrece a nivel local el curso en forma presencial y el mismo tiene una duración de 4 días equivalentes a 25 horas de contacto incluyendo el tiempo para tomar el examen de la certificación profesional.

Al final del curso OKA & Pyramid Learning emitirán un Certificado de Participación a cada estudiante. La Certificación Profesional como PMD Pro se emite bajo los estándares de PM4NGOs una vez aprobado el examen en la plataforma de APMG International o en formato presencial administrado por OKA.

**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de certificación Program DPro. Esto incluye:

- Comprender las fases del programa DPro, incluidas las disciplinas y los principios.
- Explicar cómo interactúan los proyectos, los programas y la cartera.
- Comprender las relaciones entre proyectos, programas y teorías de cambio.
- Articular el alcance completo de un programa, incluido el trabajo del proyecto y fuera del proyecto y las dependencias entre proyectos.
- Practicar la planificación del programa y comprender cómo funciona la planificación por etapas a nivel de programa y proyecto.
- Trazar las etapas de un programa.
- Establecer una cultura de gestión de proyectos eficaz en todo el programa.
- Asegurar que los programas y proyectos estén bien gobernados.
- Comprender la importancia de la gestión de cambios y problemas en todo el programa.
- Desarrollar planes de acción para mejorar la gestión de los programas existentes.

#### **A quien está dirigida la certificación y adiestramiento Project DPro:**

- Todo personal de organizaciones o municipios que intervienen y/o apoyan en la gestión y gerencia de los proyectos de su organización con experiencia en Project DPro.
- Gerentes de Proyectos con experiencia en Project DPro.
- Líderes o Directivos de los municipios u organizaciones con experiencia en Project DPro.


 Pyrami  
 learning


**OKA**  
 Project Management &  
 Strategic Leadership


## ¡Construyendo un Mundo mejor, un Proyecto a la vez!

### Cursos en Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional:



A través de nuestra alianza con **The International Consortium for Organizational Resilience (ICOR)** proveemos los siguientes adiestramientos conducentes a certificaciones profesionales en Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional basados en las normativas y estándares internacionalmente reconocidos para estas disciplinas:

#### 1. Curso BCM 2000/3000: Implementación de ISO 22301: 2019 Lead Implementer:

Es un curso de eLearning o presencial de 3 días dirigido por un instructor que incluye estudios de casos, multimedia y herramientas para ayudarlo a implementar un Business Continuity Management System (BCMS) alineado con ISO 22301.

Las actividades de los estudiantes se incluyen a lo largo del curso y están diseñadas para ir comprobando los conocimientos y para reforzar los materiales de las lecciones y proporcionar a los asistentes actividades prácticas que les permitan familiarizarse con estos principios y aplicarlos en sus trabajos. En los materiales del curso se incluyen estudios de casos, multimedia, actividades en grupos pequeños, juegos y conclusiones, como políticas de muestra, una herramienta de evaluación de riesgos / BIA, estudio de caso, kit de herramientas Open for Business, multimedia y plantillas que cumplen con la norma ISO 22301.



**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de certificación ISO 22301: Lead Implementer. Esto incluye:

- Liderazgo y gobernanza
- Planificación y gestión de programas
- El análisis de impacto empresarial (BIA)
- La evaluación de riesgos
- Determinación y documentación de las estrategias
- Implementar los procedimientos
- Comprobación de los procedimientos
- Evaluación del desempeño

#### A quien está dirigida la certificación y adiestramiento Project DPro:

- A aquellos nuevos en Business Continuity (BC),



- A los responsables de implementar y administrar un BCMS, y consultores.

## 2. Curso CMC 5000: Crisis Management and Communication Professional (CMCP):

Es un curso de eLearning o presencial de 3 días dirigido por un instructor es ideal para la gerencia responsable de liderar su organización durante una crisis.

**Descripción:** Comprender los elementos de la gestión de crisis y las comunicaciones es crucial para adaptarse y responder adecuadamente cuando se enfrenta a la gestión de un incidente. El curso profesional de Gestión de Crisis y Comunicaciones enseña estrategias y técnicas útiles para analizar situaciones y tomar decisiones difíciles con tiempo, información y recursos limitados mientras gestiona un incidente y lidera equipos. Eso solo se puede lograr adoptando una filosofía de gestión que incluya la

prevención de crisis potenciales, la mitigación de las que ocurren y la recuperación y restauración después de una crisis. No se puede subestimar la importancia de una comunicación de crisis eficaz. Es necesario redactar mensajes tanto internos como externos, así como capacitar a los portavoces. ¿Quién habla con los medios de comunicación? ¿Qué dicen ellos? La planificación de las comunicaciones de crisis garantiza que su organización tenga el control de lo que escuchan el público y las partes interesadas para proteger su reputación. El curso incluye ejemplos de multimedia, políticas de muestra y plantillas.



**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de certificación CMCP:

- La disciplina de la gestión de crisis
- La cultura y su impacto en la capacidad de gestión de crisis
- Estructura en la Gestión de Crisis
- Planificación de la comunicación de crisis
- Gestión de problemas y preparación para crisis
- Liderazgo en una crisis
- El papel de los equipos de trabajo en la gestión de crisis
- Gestión de la respuesta de comunicación de crisis

### A quien está dirigida la certificación y adiestramiento Project DPro:

- Responsable de liderar su organización durante una crisis en el sector público o privado.
- Los comunicadores profesionales y aquellos en asuntos públicos o relaciones públicas.

La finalización satisfactoria de la serie de 8 cursos y la aprobación del examen dan como resultado la credencial ICOR titulada "Profesional de comunicación y gestión de crisis" (CMCP). El examen de certificación consta de 8 preguntas de resolución de problemas de respuesta corta. Para obtener la certificación se requiere una puntuación del 75% o más en cada



### 3. Curso ICT 2000: Critical Environments Technology Professional (CETP)

Es un curso de eLearning o presencial de 2 días dirigido por un instructor es el ideal para todo aquel que sea responsable o supervise los procesos tecnológicos de su organización y de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC).

**Descripción:** El enfoque de ICT 2000 es preservar, proteger y recuperar datos, alinear los recursos de TI con los objetivos comerciales, administrar el riesgo y optimizar la eficiencia. Ahora más que nunca, el papel del profesional de las TIC es uno que requiere educación continua y desarrollo profesional para Manténgase actualizado sobre el entorno de las TIC en constante cambio.



El ICT 2000 proporciona una visión en profundidad de los marcos de TI, la gestión del almacenamiento, los desafíos de disponibilidad, la agrupación en clústeres y la virtualización de máquinas, así como el riesgo de TI, la continuidad de las TIC y la recuperación ante desastres más tradicional. infracciones, se incluye la importancia de hacer cumplir las políticas de seguridad de TI y comprender el papel de los componentes, la arquitectura y los medios de respaldo. El curso incluye actividades prácticas que se enfocan en la resolución de problemas para unir la teoría con el aprendizaje que se puede aplicar inmediatamente en el trabajo.

**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de certificación CETP:

- Comprensión del entorno crítico
- Administración de almacenamiento
- Impulsar la eficiencia del almacenamiento
- Conceptos y desafíos de disponibilidad
- Abordar el riesgo de TI, la continuidad de las TIC y la recuperación de la tecnología
- Métodos y sistemas de respaldo
- Protección contra infracciones de seguridad
- Gestión y resolución de problemas de *end-points*

#### A quien está dirigida la certificación y adiestramiento Project DPro:




- Profesionales de recuperación de tecnología, técnicos, gerentes, profesionales de continuidad del negocio y personal de apoyo tecnológico del sector público o privado.

La finalización satisfactoria de la serie de 8 cursos y la aprobación del examen dan como resultado la credencial ICOR titulada "Profesional en Tecnología de Ambientes Críticos" (CETP). El examen de certificación consta de preguntas de selección múltiple. Para obtener la certificación se requiere una puntuación del 75% o más en cada





#### 4. Certified Organizational Resilience Manager/Professional & Expert (CORM, CORP, CORE)

ICOR	ICOR	ICOR
		
Certified Organizational Resilience Manager	Certified Organizational Resilience Professional	Certified Organizational Resilience Executive
3 day class, Clusters 1-3 eLearning/self-study=15 competency areas	4 day class, Clusters 1-4 eLearning/self-study=20 competency areas	5 day class, Clusters 1-5 eLearning/self-study=25 competency areas

Estas certificaciones constan de una serie de cursos de eLearning o presenciales que pueden durar de 3 a 5 días y están dirigidos por un instructor que incluye estudios de casos, multimedia y herramientas para ayudarlo a implementar un todo lo relacionado con Business Continuity Management System (BCMS) y la Resiliencia Organizacional de su institución.

El programa de certificación está basado en el modelo de competencias de resiliencia organizacional de ICOR que identifica y evalúa lo que se necesita para ser un líder en resiliencia organizacional en todo el mundo; y en todos los niveles profesionales, roles y funciones laborales.

Para completar la certificación a nivel CORM se requiere completar 15 áreas de competencias en los módulos del 1 al 3 del programa. De igual forma para completar la certificación CORP conllevaría completar el módulo 4 en adición y para completar la certificación CORE conllevaría completar el módulo 5.

Recomendamos comenzar con un curso de eLearning o presencial de 3 días dirigido por un instructor para completar la certificación CORM. Posteriormente podemos llevar a cabo un curso de eLearning o presencial de 2 días dirigido por un instructor para completar los módulos necesarios para las certificaciones CORP & CORE.

**Currículo:** Durante el curso, se cubrirá todo lo necesario para tener éxito en el examen de cada una de las certificaciones:

- Módulo 1: Comportamiento organizacional
  - COR.1 Cualidades de liderazgo para organizaciones resilientes
  - COR.2 Cultura y su impacto en la resiliencia de una organización
  - COR.3 Gestión del conocimiento
  - COR.4 Gestión ágil del cambio
  - COR.5 Gestión ágil de proyectos
  
- Módulo 2: Infraestructura organizacional
  - COR.6 Estructura y diseño
  - COR.7 El lugar de trabajo ágil
  - COR.8 Gestión de instalaciones
  - COR.9 La fuerza laboral resiliente
  - COR.10 Finanzas ágiles



- Módulo 3: Preparación y gestión de riesgos
  - COR.11 Principios y prácticas de gestión de riesgos
  - COR.12 Estructura de respuesta a incidentes
  - COR.13 Gestión de crisis y comunicaciones
  - COR.14 Gestión de la continuidad del negocio
  - COR.15 Resiliencia de la cadena de suministro
  
- Módulo 4: Infraestructura de tecnología
  - COR.16 Entornos críticos
  - COR.17 Continuidad de la tecnología de la información y la comunicación
  - COR.18 Sistemas de almacenamiento y disponibilidad
  - COR.19 Cumplimiento de la información y seguridad cibernética
  - COR.20 Sistemas de información y ciberseguridad
  
- Módulo 5: Mejora continua
  - COR.21 Ejercicio y prueba
  - COR.22 Evaluación del desempeño
  - COR.23 Auditoría
  - COR.24 Integración del sistema de gestión
  - COR.25 Resiliencia comunitaria

Cada área de competencia (COR) tiene un examen en línea de 30 minutos. La certificación se otorga al completar con éxito cada examen de competencia.

**A quien está dirigida la serie de certificaciones y adiestramientos CORM, CORP, CORE:**

- Destinado a los todos los responsables del aumento de la resiliencia de la organización y de la gestión del riesgo en toda la organización. Estos cursos le brindan el conocimiento de cómo construir organizaciones más resilientes.



*¡Construyendo Comunidades Resilientes, una Organización a la vez!*



## Cursos adicionales en Continuidad de Negocio y Resiliencia Organizacional:

### 1. Taller sobre Preparación de Plan Familiar de Manejo de Emergencias:

Es un curso de eLearning o presencial en un periodo de 4 horas dirigido por un instructor y es el ideal para toda la comunidad. Estará basado en los estándares promulgados por el Negociado De Manejo de Emergencias y Administración de Desastres y FEMA. El taller incluye:

- ¿Qué es un Plan Familiar para el Manejo de Emergencias?
- ¿Por qué hacer un plan de emergencia para tu familia en caso de desastre?
- Estrategias generales para diseñar un plan familiar: Kit Emergencia, Lugar de reunión, Plan de Comunicación Familiar...
- Consideraciones Especiales: Bebés, Niños, Ancianos y Mascotas
- Ejercicios y Prácticas
- Preparación de su Mochila de Emergencia

Además, se proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso, y una plantilla para la preparación de su plan de manejo de emergencia familiar. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

### 2. Taller sobre cómo actuar en caso de Terremoto y Simulacro de Desalojo basado en los estándares promulgados por la Agencia Estatal para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres (AEMEAD):

Es un curso presencial en un periodo de 4 horas dirigido por un instructor y es el ideal para toda la comunidad. Estará basado en los estándares promulgados por el Negociado De Manejo de Emergencias y Administración de Desastres y FEMA. El taller incluye:

- Siete pasos para prepararse mejor para sobrevivir y recuperarse dondequiera que viva, trabaje o viaje en caso de un terremoto.
- ¿Qué hacer antes de que ocurra un terremoto?, Más vale prevenir...  
Plan de Acción, Plan Domestico Familiar, Sumisitos de Emergencia
- ¿Qué hacer durante un terremoto?  
Agáchese, Cúbrase y Agárrese
- ¿Qué hacer después de un terremoto?
- Protocolos de Desalojo para las siguientes situaciones:
  - Fuego, Terremoto, Materiales Peligrosos (HAZMAT), Colapso de Estructura
- Ejercicio de Práctica

Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.



### 3. Taller sobre Preparación de Plan de Continuidad de Negocio para Medianos y Pequeños Empresarios:

Es un curso de eLearning o presencial en un periodo de 4 horas dirigido por un instructor y es el ideal para que pequeños y medianos empresarios tengan una noción básica de cómo preparar su plan de continuidad de negocio. Estará basado en los estándares y buenas prácticas promulgadas por el FEMA, el Business Continuity Management Institute y el Disaster Recovery Institute. El taller incluye:

- Identificar los riesgos potenciales que amenazan a su negocio.
- Identificar las actividades comerciales que son críticas y/o esenciales para la continuación de operaciones durante una emergencia o incidente;
- Creación de un Plan de Continuidad de Negocio específico de su empresa

#### En el desarrollo del Plan consistirá en las siguientes tareas:

- Creación de un Grupo de Trabajo para la Continuidad de Operaciones en su empresa.
- Evaluación de riesgos que puedan afectar su empresa.
- Identificar y priorizar las funciones y procesos críticos y/o esenciales de su empresa.
- Preparar un listado de sus empleados con información necesaria para una respuesta apropiada a un incidente.
- Preparar un listado de sus proveedores de servicios.
- Preparar un listado de sus equipos, materiales y maquinarias.
- Evaluación de las necesidades financieras de la empresa en caso de una emergencia.
- Evaluación de los seguros de propiedad y contenido necesarios para su empresa.
- Seleccionar estrategias rentables para reducir las deficiencias identificadas durante los procesos de evaluación de riesgos y análisis de funciones comerciales críticas y/o esenciales.
- Desarrollo y apoyo para la implementación de un sistema de manejo de incidentes que defina roles organizativos, líneas de autoridad y sucesión de autoridad.

Además, se proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso, y una plantilla para la preparación de su plan de continuidad. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

### 4. Taller sobre Prevención de Incendios y Manejo Básico de Extintores basado en el National Fire Protection Association (NFPA) Standard 10:

Es un curso presencial en un periodo de 4 horas dirigido por un instructor y es el ideal para toda la comunidad. Estará basado en los estándares promulgados por el National Fire Protection Association (NFPA) en su Standard 10. El taller incluye:

- Fuentes de Origen de Calor
- Métodos de Transferencia de Calor
- Métodos de Extinción del Fuego
- Clasificación del Fuego Tipo 1 y 2
- Tipos de Extintores
- Manejo y uso del Extinto



Se le suministrará una parte teórica sobre la prevención de incendios y el uso apropiado de los extintores y luego se les llevará al campo a pasar por la experiencia práctica de extinción de un incendio controlado Tipo 1 y 2.

Los extintores, los químicos y los materiales para los incendios controlados serán provistos por OKA. Además, se proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso, que tendrá como instructor principal al Sr. Ángel Crespo, Fire Prevention Profesional y pasado Jefe del Cuerpo de Bomberos de PR y será asistido por Jesús E. Delgado, Emergency Management & Business Continuity Professional.

Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

#### **5. Curso de Resucitación Cardiopulmonar y uso del Desfibrilador Externo Automático (Heartsaver® CPR AED) según los estándares de la American Heart Association.**

Es un curso presencial en un periodo de 4 horas dirigido por un instructor y es el ideal para toda la comunidad. Estará basado en los estándares promulgados por la American Heart Association.

En este curso se le enseña al participante a cómo responder y, una vez en la escena, proveer las medidas iniciales de soporte básico de vida en casos de atragantamiento o un ataque cardíaco. En caso de un paro cardíaco, aprenderán cómo aplicar correctamente la Resucitación Cardiopulmonar (CPR) en adultos, niños e infantes. Se les enseñará sobre el uso del Desfibrilador Externo Automático (AED) para realizar una resucitación. Además, se les orientará sobre cómo atender emergencias súbitas por lesiones y traumatismos como lo son heridas, quemaduras y fracturas, así como enfermedades súbitas como convulsiones, diabetes, dificultad para respirar, reacciones alérgicas, entre otros.

OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso, y al completar el curso cada estudiante recibirá su tarjeta de certificación de Heartsaver® CPR AED emitida por la American Heart Association que es válida por un periodo de 2 años.

#### **6. Entornos Laborales Sanos y Productivos:**

Es un curso presencial o eLearning en un periodo de 2.5 horas dirigido a todo el personal de la empresa, municipio u organización. Ayuda a los empleados a identificar y medir los factores psicosociales que se sabe que tienen un impacto poderoso en la salud organizacional mediante los siguientes temas:

- La importancia de la identidad y el compromiso con la empresa
- El problema de la percepción de inseguridad y los cambios laborales
- Las motivaciones el mejor predictor para rendimiento laboral
- El poder de la actitud
- El síndrome de indefensión aprendida en el trabajo
- Beneficios de tener Relaciones Laborales saludables
- Factores que contribuyen a la mejora del bienestar en el entorno laboral



Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

## 7. Resiliencia Mental:

Es un curso presencial o eLearning en un periodo de 2.5 horas dirigido a todo el personal de la empresa, municipio u organización. Este adiestramiento tiene la intención de proveer recursos de Resiliencia Mental para cultivar el bienestar y mejorar el desempeño de su empresa con los siguientes temas:

- Identificar el estrés y sus características
- Estado de calma ante las crisis
- Destrezas de manejo emocional
- Realizar ejercicios prácticos para soltar y dejar ir emociones incómodas (Mindfulness)
- Incorporar practicas saludables a nuestro diario vivir

Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

## 8. Primeros Auxilios Psicológicos:

Es un curso presencial o eLearning en un periodo de 4 horas dirigido a líderes y supervisores basado en los estándares y recomendaciones deL National Child Traumatic Stress Network (Red Nacional para el Estrés Traumático Infantil), el National Center for PTSD (Centro Nacional de TEPT) y la American Psychology Association (APA). Este adiestramiento forma parte de la planificación ante consecuencias y angustias producida por eventos traumáticos. Constituye la provisión de asistencia temprana y promueve el funcionamiento adaptativo y las habilidades de afrontamiento del individuo en lo que llega la ayuda del profesional experto o las agencias pertinentes.

Los objetivos son:

- Definir que son los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP).
- Identificar cuándo y cómo se deben proveer Primeros Auxilios Psicológicos.
- Conocer y aplicar los 5 Principios de intervención temprana.
- Describir las 8 estrategias de acción central.
- Adaptar e implementar los PAP en diversos escenarios y población.
- Aprender estrategias de autocuidado antes, durante y después del evento/catastrófico.

Los PAP consisten en la intervención de cuidado emocional durante emergencias o momentos de crisis. Aplicándose en las primeras horas del suceso o cuando aflore una crisis. Está enfocado en ayudar a afrontar las consecuencias inmediatas de desastres, muertes o situaciones de alto nivel de estrés o emocional. La meta de los primeros auxilios psicológicos es restablecer el equilibrio emocional, y el objetivo es auxiliar a la persona a dar pasos concretos hacia el afrontamiento de la crisis.



Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

#### **9. Taller y Simulacro sobre cómo actuar en caso de un Tirador Activo (Active Shooter) basado en el Federal Emergency Management Agency (FEMA) IS907 Course:**

Es un curso presencial en un periodo de 3 horas dirigido a todo el personal de la empresa, municipio u organización.

Un tirador activo es un individuo participa activamente en matar o intentar matar a la gente en un área poblada y/o confinada. En la mayoría de los casos, los tiradores activos usan armas de fuego y no hay ningún patrón o método para su selección de las víctimas. Las situaciones con un tirador activos son impredecibles y evolucionan rápidamente.

Todos los empleados pueden ayudar a prevenir y prepararse para posibles situaciones con un tirador activo. Este curso proporciona orientación a los individuos, incluyendo gerentes y empleados, de modo que puedan prepararse para responder a una situación de tirador activo.

Al completar el curso, los participantes serán capaz de:

- Describir las acciones a tomar cuando se enfrentan a un tirador activo.
- Reconocer posibles indicadores de violencia en el trabajo.
- Describir las acciones a tomar para prevenir y prepararse para posibles incidentes de disparos o tirador activo.
- Describir el manejo de las consecuencias de un incidente tirador activo.
- Ejercicio de Práctica

Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

#### **10. Presentación del Protocolo de Robos y Asaltos para instituciones financieras:**

Es un curso presencial o eLearning en un periodo de 2.5 horas dirigido a todo el personal de la empresa, municipio u organización. Este taller cubre la discusión del Protocolo de Robos y Asaltos de la Cooperativa o institución financiera en donde se enfatiza en los siguientes temas:

1. Seguridad de la Información (INFOSEC)
2. Seguridad de la Operaciones (OPSEC)
3. Seguridad Física de las Instalaciones
4. Seguridad de los Recursos Humanos
5. Medidas de Prevención (Antes)
6. Procedimiento en Caso de Asalto (Durante y Después)
7. Procedimiento en Caso de Escalamiento (Durante y Después)
8. Proceso Seguro de Cierre y Apertura de las Sucursales
9. Discusión de Ejemplos Prácticos





Además, OKA proveerá a los estudiantes el material didáctico necesario para el curso. Al completar el curso cada estudiante recibirá un certificado de que describe los temas del curso y las horas de contacto.

**En adición a los cursos antes descritos, nuestra empresa puede proveerle las siguientes charlas y cursos en formato presencial o eLearning:**

- FEMA ICS100: Introduction to Incident Command System (ICS) (4hrs)
- FEMA ICS200: ICS for Single Resources and Initial Action Incidents (4hrs)
- FEMA ICS700: An Introduction to the National Incident Management System (NIMS) (4hrs)
- FEMA ICS800: An Introduction to the National Response Framework (NRF) (4hrs)

Sabemos que te apasiona tu misión y estamos aquí para ayudarte a tener éxito y adiestrarlos para que los individuos y las organizaciones ganen un mayor nivel de resiliencia y preparación. Para ello, ofrecemos cursos para organizaciones y particulares. Esta lista de cursos siempre se está expandiendo y evolucionando, así que si necesita educación en otro tema, ¡háganoslo saber!

