

INFORMA

2025/05/12



LA RIOJA

Impartido curso para docentes y P.A.S.

Docentes sin estrés: herramientas prácticas para tu bienestar.
Proyecto ESTAFOR

El cuidado de la salud del profesorado y la prevención de riesgos para la salud integral de los trabajadores no es una opción, es un derecho del trabajador reconocido en la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales», afirmó Imma Badia Camprubí, secretaria de Acción Sindical y Salud Laboral de FEUSO, en los talleres.

Los talleres, organizados por la Federación de Enseñanza de USO La Rioja y celebrados en las sedes de USO de Calahorra y Logroño los días 7 y 8 de mayo de 2025, contaron con participación de docentes de todas las etapas educativas; desde el primer ciclo de Educación Infantil hasta profesores de Formación Profesional y Bachillerato.



Imma vino a La Rioja «a dar trabajo» a los participantes y puso el foco en que cuidarse emocionalmente es una tarea que puede suponer cambios en los hábitos diarios de alimentación, descanso, gestión del tiempo, ideas previas con las que interpretamos los acontecimientos del día a día, el modo de respirar, etc. y en que «se trata de un trabajo que merece la pena».

Y, para que el taller dé sus frutos, invitó a los participantes a trabajar las guías del «proyecto ESTAFOR» que puedes descargar en el siguiente enlace:

[Guías del proyecto ESTAFOR](#)