

# Noti Colmena

Información entre aliados

Boletín 67 | Abril de 2022

**¿Sabías que en Colmena Seguros cuentas con asistencia en el exterior? ¡Aquí te contamos!**

*Pensamos en facilitarte las cosas, cada vez que necesites salir del país para cumplir con una misión laboral.*



**Colmena**  
Seguros



**Presidente**  
Andrés David Mendoza Ochoa

**Secretaría General**  
Alma Ariza Fortich

**Vicepresidente Comercial**  
Rafael Genaro Herrera Ossa

**Vicepresidente de Prevención y Servicio de Riesgos Laborales**  
Luz Stella Rodríguez Rincón

**Vicepresidente Comercial de Seguros de Personas**  
Carlos Eduardo Hernández Bonilla

**Vicepresidente Técnico**  
Andrés Cardona

**Vicepresidente de Operaciones**  
María Clemencia Jaramillo Vargas

**Vicepresidente Financiera**  
Luz Marina Lacouture Lacouture

**Gerente de Mercadeo Estratégico**  
Juan Manuel Pereira Vesga

**Comité Editorial**

Gerente de Mercadeo Estratégico y Servicio  
**Juan Manuel Pereira Vesga**

Gerente de Marca y Comunicaciones  
**María Camila Almonacid**

**Consejo de Redacción**

Profesional de Marca y Comunicaciones  
**Lorena Guerrero**

Profesional de Producto  
**Paola Machado**

**Diagramación y Diseño**  
Catalina Rojas  
The Juju Colombia

**Fotografías**  
Banco de imágenes **Colmena Seguros**

## Noticias del Mes

4

- ▶ ¿Sabías que en **Colmena Seguros** cuentas con asistencia en el exterior? ¡Aquí te contamos!
- ▶ Finalizó nuestra gira FORMAR 2022 - Una vida en equilibrio.

## Riesgos Laborales

8

- ▶ Todo lo que debes saber sobre las prestaciones a las que tienes derecho como trabajador.
- ▶ Cintura escapular

## Seguros de Personas

10

- ▶ Tu Diario Asegurado.
- ▶ App web Colmena Seguros.

## Conocimiento al Día

12

- ▶ ¿Ya te inscribiste a nuestras capacitaciones virtuales de 2022?

## Aliados

13

- ▶ ¿Cónoces nuestro Plan Aliados?



**¿Sabías que en Colmena Seguros cuentas con asistencia en el exterior? ¡Aquí te contamos!**



Pensamos en facilitarte las cosas, cuando necesitas salir del país para cumplir con una misión laboral. Es por eso, que, contamos con cobertura mundial para la atención médica que requieras por accidente o enfermedad laboral ocurrido en el exterior (Ley 1562 de 2012).

**Adicional, te brindamos:**

- Asistencia para enfermedad común del trabajador. **Hasta US \$30.000.**
- Asistencia médica familiar.\* **Hasta US \$ 15.000.**
- Asistencia para enfermedad común del trabajador en Europa. **Hasta EUR 30.000.**

**Ingresa aquí y conoce más.**





# Y así finalizó nuestra gira FORMAR 2022 - Una vida en equilibrio.

## Bucaramanga Martes de 29 marzo



## Barranquilla Viernes 1 de abril



Agradecemos a todos los asistentes, por hacer de esta gira, un encuentro donde el bienestar y el progreso es compromiso de todos. ¡Gracias!

Recuerda que puedes ingresar a Armónicamente y conocer más de Salud Mental.

[Ingresa aquí.](#)





Todo lo que debes saber sobre las prestaciones a las que tienes derecho como trabajador

Actuamos con claridad, por eso, te contamos todo lo que debes saber sobre: las prestaciones a las que tienes derecho como trabajador.

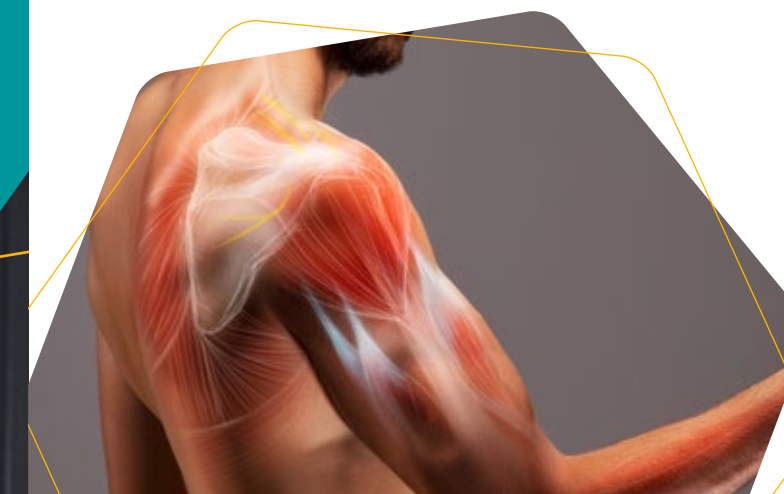
Las prestaciones asistenciales son los servicios de salud a los que tiene derecho un trabajador al sufrir un Accidente de Trabajo o ser diagnosticado con una enfermedad laboral en el sistema General de Riesgos Laborales en Colombia (ARL). Por ende, los gastos derivados de los servicios de salud prestados y que tengan una relación directa con la atención del riesgo laboral, están a cargo de la ARL correspondiente.

Visítanos y conoce más haciendo clic aquí.



### ¿Qué es la cintura escapular?

La cintura escapular es la estructura de **huesos, articulaciones y músculos** que constituye la comunicación entre el miembro superior y el tronco, **permitiendo los movimientos del hombro y de la espalda superior.**



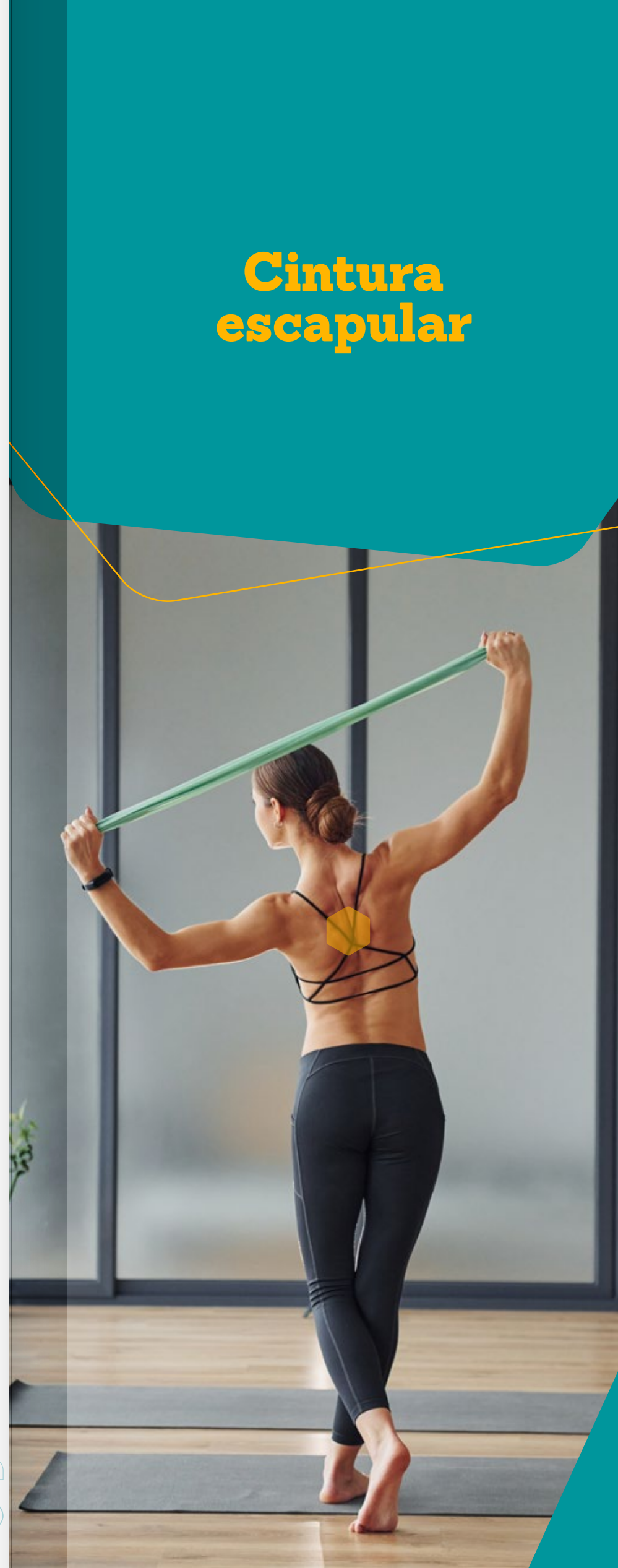
### ¿Por qué es importante fortalecer la cintura escapular?

El objetivo del fortalecimiento de la cintura escapular es **lograr la protección de las estructuras musculares y osteotendinosas**; de esta manera, se previenen lesiones y dolores en hombros y espalda superior, y se orienta una mejor postura en el desarrollo de nuestras actividades cotidianas.



Conoce las recomendaciones generales, síntomas y plan de ejercicios básicos que fortalecen los hombros y la espalda superior para prevenir o disminuir la sintomatología de la cintura escapular.

Haz clic aquí.



## Cintura escapular





## Tu Diario Asegurado

Asegura tu ingreso diario en caso de incapacidad por accidente, **desde 4 hasta 180 días al año.**

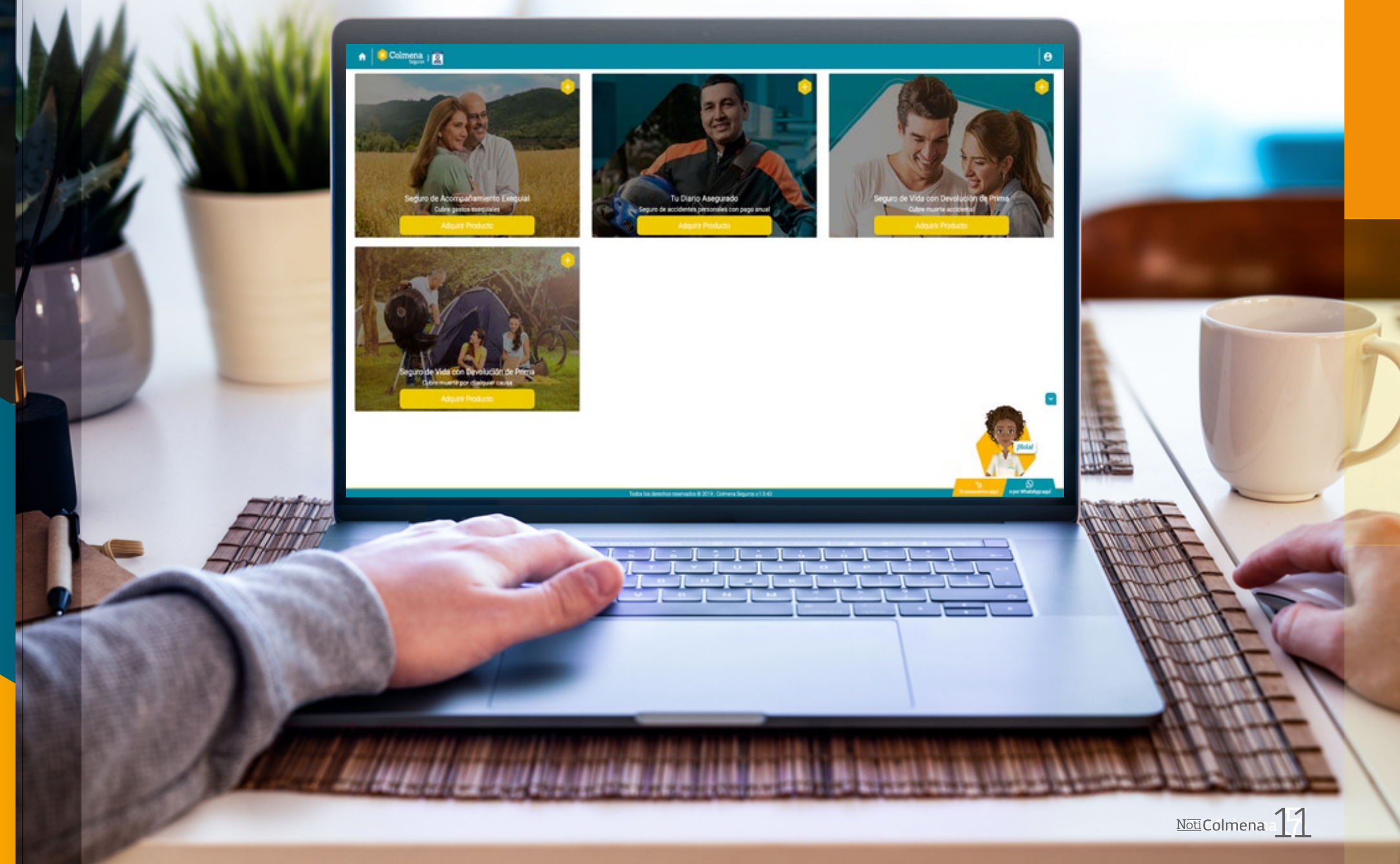
El Seguro que te paga cuando no puedes trabajar.

[Conoce más de este seguro haciendo clic aquí.](#)

Recuerda que en **Colmena Seguros** contamos con una **App web** para facilitar tus trámites.

Puedes comprar, consultar y administrar tus Seguros a través de la App en su versión web.

[Conoce más aquí.](#)







¿Ya te inscribiste a nuestras capacitaciones virtuales de 2022?

Aquí te enseñamos cómo hacerlo en cinco pasos:

**Si eres empresa:**

- 1 Ingresa a [www.colmenaseguros.com](http://www.colmenaseguros.com), y accede con el usuario y contraseña que han sido asignados a tu empresa.
- 2 Haz clic en el botón **Conoce nuestra oferta de Riesgos Laborales** y luego en el ícono de **Gestión del Conocimiento**.
- 3 Ingresa a la sección **Formación** y accede al icono del sector económico al que pertenece tu empresa.
- 4 Escoge el tipo de formación que requieras y haz clic en el botón **Ver más**, para conocer más información del curso.
- 5 Selecciona **Realizar inscripción**, llena el formulario y ¡listo!

**Si eres independiente:**

- 1 Ingresa a [www.colmenaseguros.com](http://www.colmenaseguros.com) y haz clic en el botón **Conoce nuestra oferta de Riesgos Laborales**.
- 2 En el lateral derecho, encontrarás el acceso directo a la **oferta para trabajadores independientes**.
- 3 En la sección **Al día con tus Capacitaciones**, encontrarás cómo inscribirte a estas capacitaciones, el listado de capacitaciones disponibles y el formulario de inscripción.
- 4 Consulta el listado de cursos y registra el nombre del curso de tu interés en el formulario de inscripción.
- 5 Haz clic en **Enviar formulario** y ¡listo!

**Recuerda: el día del inicio del curso recibirás un mensaje en tu correo electrónico con el link de acceso, usuario y contraseña.**



**Plan Aliados**

Beneficios para ti. Beneficios para todos.



¿Conoces nuestro **Plan Aliados**?

**Aliados Colmena es un plan de beneficios que brinda experiencias de valor a nuestros clientes y afiliados de Colmena Seguros.**


**Ingresa aquí y conoce más sobre estas alianzas.**

Para mayor información,  
comunícate con nuestra  
Línea Efectiva.

## Línea Efectiva

Bogotá, 601 401 0447; Medellín, 604 444 1246;  
Cali, 602 403 6400; Barranquilla, 605 353 7559;  
otras ciudades, 01 8000-9-19667.

[www.colmenaseguros.com](http://www.colmenaseguros.com)

Síguenos en:

