

RESOLUCIÓN DE LOS CONFLICTOS PERSONALES DESDE EL ÁMBITO LABORAL

3ª EDICIÓN

Comunicación y liderazgo personal desde la PNL

Superación del miedo

Gestión del estrés desde la práctica del Mindfulness

Resiliencia

Humor y satisfacción personal: un recurso humano

Educación emocional y competencias básicas

Adicciones en el ámbito laboral

Gestión del tiempo e higiene del sueño



GESTIÓN DEL ESTRÉS DESDE LA PRÁCTICA DEL MINDFULNESS

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA: BARCELONA, 7 DE JUNIO DE 2017

HORARIOS

ACREDITACIONES: 10:00 - 10:45 h.

SESIÓN FORMATIVA: 11:00 - 14:00 h.

GESTIÓN DEL ESTRÉS DESDE LA PRÁCTICA DEL MINDFULNESS

Ponente: Dña. Thais Alonso. Directora de la Fundación Transpersonal. Instructora de Meditación y Consultora en Mindfulness.

LUGAR: SALÓN DE ACTOS DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO (INSHT)
Carrer Dulcet nº 2, 08034 Barcelona

Para más información: FUNDACIÓN FILIA Telf.: 91 056 40 08 e-mail: formacion@fundacionfilia.org



Fundación Filia
www.fundacionfilia.org

Con la colaboración de:



AMAT

ASOCIACIÓN DE MUTUAS
DE ACCIDENTES DE TRABAJO