

TALENT SESSION

APRENDE CÓMO POTENCIAR TU BIENESTAR EMOCIONAL

JUEVES 21 DE MARZO

DE 10:00 A 13:30 H
**AUDITORIO DE LA FACULTAD
DE FILOSOFÍA Y LETRAS**

Cuida tus pensamientos, porque se convertirán en tus palabras. Cuida tus palabras, porque se convertirán en tus actos. Cuida tus actos, porque se convertirán en tus hábitos. Cuida tus hábitos, porque se convertirán en tu destino.

Nuestro bienestar emocional depende, en gran medida, de los hábitos que hemos desarrollado. Hay algunos comportamientos clave que, incorporados en tu rutina diaria, pueden ayudarte a tener una mejor salud emocional. En esta Talent Session vamos a compartir contigo algunos de los secretos para hacerlo en una sesión muy dinámica y novedosa.

10:00H - BIENVENIDA

10:05H - INSPIRING TALK

Cómo hacer filosofía con lo que hay en tu nevera
Enric F. Gel, youtuber y autor del libro "Filosofía en tu nevera"

10:40H - INSPIRING TALK

Hay que creerlo para crearlo:
Descubre tu ikigai
Elsa Giménez, CEO en KitCo

11:10H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

11:20H - OPEN MIC

Cata filosófica
Gabriel García de Oro, CEO en Fantástica Storytelling School

11:50H - PAUSA

12:10H - INSPIRING TALK

Sé valiente, pide ayuda
Lola Fernández Ochoa, presidenta de la Fundación Blanca

12:40H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

13:00H - TALENT CHALLENGE

¿Qué es el bienestar?
Cristina Gutiérrez, CEO de La Granja Ability Training Center

13:30H - CIERRE DE JORNADA

¡INSCRÍBETE!



www.tourdeltalento.org

Princesa
de Girona



TOUR DEL
TALENTO

ALIADO ESTRATÉGICO

TRIVU