

TALENT SESSION

APRENDE CÓMO POTENCIAR TU BIENESTAR EMOCIONAL

JUEVES 22 DE FEBRERO

DE 10:00 A 13:30 H
AUDITORIO JUAN PABLO II,
UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE SALAMANCA

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 - TALENT CHALLENGE

Impacto del arte en el
bienestar emocional
Tamara Kreisler, Presidenta
y co-fundadora de Fundación [H]arte

10:40H - INSPIRING TALK

Cómo utilizar la tecnología a tu favor
Elena Martínez, Directora de
Comunicación, Relaciones
Institucionales y Desarrollo
en Empantallados

11:10H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

11:20H - TALENT CHALLENGE

A ritmo del cambio
Oliver Watson, CEO en Music Training Lab

11:50H - PAUSA

12:10H - OPEN MIC

Las redes sociales: mi autoestima y yo
Esther Gómez, CEO en Sanitalent,
Profesora en la Universidad Autónoma
de Madrid y divulgadora científica en
@mienfermerafavorita

12:45H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

13:00H - INSPIRING TALK

¿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