

TALENT SESSION

APRENDE CÓMO POTENCIAR TU BIENESTAR EMOCIONAL

VIERNES 26 DE ABRIL

DE 10:00 A 13:30 H
AUDITORIO CENTRO BOTÍN

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

El menteverso
Ramón Fauría, mentalista,
conferenciante y coach internacional

10:40H - INSPIRING TALK

Emociones: Biohacking emocional
Dra. Toña Lizarraga, responsable médica
del área de nutrición en el
Fútbol Club Barcelona

11:10H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

11:20H - PAUSA

11:40H - INSPIRING TALK

Proyecto Mente: activando el talento
Dr. Jesús Artal, jefe del Servicio de
Psiquiatría del Hospital Universitario
Marqués de Valdecilla y Leticia Mena,
periodista de El Diario Montañés

12:10H - INSPIRING TALK

Cuídate. Si te rompes, poco es posible
Rodrigo Sampedro, coach
de liderazgo en Academia
de Alto Rendimiento.

12:45H - GENERACIÓN ARTE

Actuación artística

13:00H - VISITA CENTRO BOTÍN

13:30H - CIERRE DE JORNADA

¡¡INSCRÍBETE!



www.tourdeltalento.org

Princesa
de Girona



TOUR DEL
TALENTO

ALIADO ESTRATÉGICO

TRIVU