



## OBJETIVO

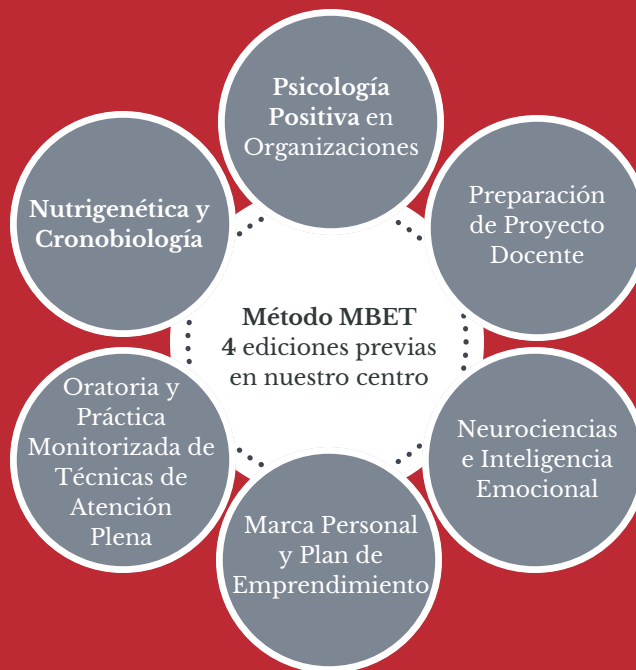
El objetivo de este programa es formar a profesionales para que puedan guiar la práctica del Mindfulness en empresas y organizaciones, centros deportivos, grupos de desarrollo personal y centros educativos con el fin de procurar beneficios en materia de desarrollo personal y calidad de vida.

## DESTINATARIOS

Docentes, trabajadores sociales, personal sanitario, formadores, coaches, pedagogos, entrenadores y monitores de ocio y tiempo libre, entre otros. Se ha de contar con titulación universitaria.

## PRECIO

1850 euros en tres plazos.



*Los principales docentes de Mindfulness de la región seguirán tu aprendizaje y te darán consejos desde su experiencia*

CARMEN ÁLVAREZ  
Psicóloga Colegiada  
especializada en Mindfulness,  
Estrés, Sueño y Neurociencias

GIANINA IGLESIAS  
Psicóloga Colegiada  
especializada en Mindfulness  
en ámbito Clínico y Educativo

MANUEL RUIZ  
Psicólogo especializado en  
Mindfulness aplicado a la  
Salud y Bienestar

ROBERTO CROBU  
Psicólogo Colegiado  
especializado en Mindfulness  
en Empresas y Deporte

*El Mindfulness es una disciplina indicada para desarrollar el equilibrio emocional, facilitar una adecuada toma de decisiones, entrenar la atención, e incrementar la concentración ante retos personales, profesionales, y deportivos*

## 9 MASTERCLASS

### EMOCIONES, ALIMENTACIÓN Y CRONOBIOLOGÍA MARTA GARAULET

Catedrática de Fisiología y Nutrición, Doctora en Farmacia, Colaboradora en Harvard y Autora de "Los relojes de tu vida"

### PROCESOS COGNITIVOS Y ATENCIÓN PLENA PEDRO JARA

Profesor Asociado de la Facultad de Psicología, Psicoterapeuta, y Autor del libro "Adicción al Pensamiento"

### ATENCIÓN PLENA Y PROCESOS CREATIVOS JAVIER CORBALÁN

Profesor Titular del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico y Experto en Creatividad

### MARCA PERSONAL Y EMPRENDIMIENTO BÁRBARA HERNÁNDEZ

Profesora Asociada del Departamento de Marketing de la Facultad de Economía de la Empresa

### LIDERAZGO Y MANEJO DE GRUPOS PARA MONITORES RAÚL GALLEGO

Psicólogo Especializado en Coaching de Equipos y Co-autor del libro "Programa Arco Iris de Educación Emocional"

### FELICIDAD Y BIENESTAR DESDE PSICOLOGÍA POSITIVA LAURA WILKIS

Psicóloga Colegiada Especializada en Psicología Positiva, Coaching e Inteligencia Emocional

### PSICOLOGÍA POSITIVA APLICADA A LA DOCENCIA ÓSCAR SÁNCHEZ

Doctor e Investigador en Psicología Positiva del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación

### ATENCIÓN PLENA Y EL PERDÓN ANA CANALES

Psicóloga Colegiada e Investigadora en Intervenciones basadas en el Perdón

### ATENCIÓN PLENA, NEUROCIENCIAS Y EVIDENCIAS ESTEBAN ORTIZ

Psicólogo Colegiado, Conferenciante y Profesor de Mindfulness