



Excmo. Colegio Oficial de Graduados Sociales de Madrid



EXCMO. COLEGIO OFICIAL DE GRADUADOS SOCIALES DE MADRID
y FRATERNIDAD - MUPRESPA
se complacen en invitarle al Desayuno Profesional

“ORGANIZACIONES POSITIVAS: Caminando hacia el bienestar laboral”

que tendrá lugar el **Martes, 12 de Marzo de 2019 (9:30 h.)**

Caminando hacia el bienestar es un apasionante viaje formado por 7 estaciones que nos ayudará a alcanzar un óptimo nivel de bienestar desde diferentes enfoques.

Durante la jornada veremos una introducción de los aspectos más importantes que nos acercan a llevar un estilo de vida sano y saludable tanto a nivel físico como emocional.

- **¿Qué es CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR?**

- *¿Por qué y para qué?*

- **Estaciones de CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR**

- *Conociéndonos mejor.*
- *¡Ponte las zapatillas!*
- *Alimentarse bien, sentirse mejor.*
- *El descanso, nuestro mejor aliado.*
- *Fitness Emocional.*
- *¡Vence al estrés!*
- *Cuida tus músculos.*

INSCRIPCIÓN GRATUITA

Tlf: 91 523 08 88

Email: formacion@graduadosocialmadrid.org

Ponente: **D. Carlos Maya Santa Cruz.** Health & Safety specialist.

Presenta e interviene: **Dña. María del Mar Morales González.** Directora del Departamento de Prevención y Desarrollo de la Cultura de la Salud. Fraternidad-Muprespa

Lugar: EXCMO. COLEGIO OFICIAL DE GRADUADOS SOCIALES DE MADRID.

C/ ARRIAZA, 4 LOCAL - 28008 Madrid



Las inscripciones se realizarán por riguroso orden de reserva.

Duración estimada de la jornada (1 hora y media)