

## Mindfulness para el mundo laboral. Taller Club RRHH



Modalidad  
Semi-presencial



Del 22/03/2016  
al 22/03/2016



2 horas



PDF  
Curso



Información  
de Matrícula



0€

### PRESENTACIÓN

*Mindfulness* o Atención Plena significa prestar atención de manera consciente a la experiencia del momento presente con interés, curiosidad y aceptación.

Ayuda al directivo a poner foco en lo verdaderamente importante, a ganar claridad mental, visión global y equilibrio emocional para mejorar en la toma de decisiones y gestionar el estrés. También ayuda a manejar mejor la incertidumbre y fortalece la resiliencia.

### DATOS DEL TALLER

**Fecha:** martes, 22 de marzo de 2016.

**Hora:** 17 h.

**Lugar:** Instituto de Tecnología Cerámica. Universitat Jaume I. ([ver mapa](#))

**Importe:** Taller gratuito para los socios del Club de Recursos Humanos.

No socios: 45€

### [INSCRÍBETE AQUÍ](#)

### PONENTES

D. Daniel Pinazo, Universitat Jaume I.

D. Rufino Pérez, especialista en desarrollo personal y mindfulness.

D. Giorgio Orlandi, Witco branding

¿Conoces el Club de Recursos Humanos? Visítanos en [www.clubrrhh.org](http://www.clubrrhh.org).

## Patronos

empresas y entidades



## Contacta con nosotros

te ayudamos a encontrar lo que necesitas



**Silvia Membrilla**

Teléfono: 964 38 72 09  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



**Andrea Navarro**

Teléfono: 964 38 72 12  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



**Reyes Riera**

Teléfono: 964 38 72 10  
[formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)



+34 964 38 72 22



Fundación Universitat Jaume I - Empresa, Campus Riu  
 Sec.

Edif. Escuela de Doctorado y Consejo Social, s/n  
 12071 Castellón de la Plana, España



[Accesos](#)

[Más visitadas](#)

[Otras webs de la Fundación](#)

[Aviso legal](#)

[Cursos FUE-UJI](#)  
[Oferta de prácticas](#)  
[extracurriculares](#)

[Portal de Transparencia](#)

[Inicio](#)[La Fundación](#)[I + D + I](#)[Formación](#)[Jornadas](#)[Prácticas](#)[Becas para titulados](#)[EuroFUE-UJI](#)[Oferta de becas para titulados](#)[Proyectos Europeos e](#)[Internacionales EuroFUE-UJI](#)[Próximas Jornadas,](#)[Seminarios y Congresos](#)[elfue.com](#)[EuroFUE-UJI](#)[InnovaUJI](#)

Fundación Universitat Jaume I - Empresa de la Comunitat Valenciana M.P. CIF: G-12366993