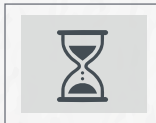




CONFERENCIA CORPORATIVA CALIDAD EN MI TRABAJO Y VIDA DE CALIDAD



Duración:

3 horas



Objetivo General:

Es necesario hacer nuestras "cajas emocionales", colocando en cada una de ellas a las personas y actividades que nos interesan, **gestionando de mejor manera nuestra vida familiar y personal, aplicando herramientas de planeación y organización que se expondrán en la conferencia.**

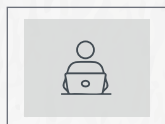
Asimismo, se abordan los aspectos más relevantes relacionados con el desarrollo del trabajo en **entornos laborales libres de violencia y sin discriminación**, compartiendo recomendaciones para la adecuada gestión del tiempo en el ámbito familiar y en la vida personal.

En el mundo laboral todo el tiempo recibimos información para hacer mejor nuestro trabajo que nos lleva a gestionar eficientemente las tareas, también aprendemos a interesarnos en lo que el centro de trabajo espera de nosotros mediante la evaluación del desempeño, y la mayoría de las veces somos capaces de organizarnos mejor aplicando técnicas de trabajo en equipo para cumplir nuestras labores, entre otros aspectos, sin embargo, **con toda esa información y aprendizajes, no somos capaces de organizar nuestra vida personal y familiar para atender todos los aspectos que nos importan.**

Es necesario hacer nuestras "cajas emocionales", colocando en cada una de ellas a las personas y actividades que nos interesan, gestionando de mejor manera nuestra vida familiar y personal, aplicando herramientas de planeación y organización que expondremos en la conferencia.

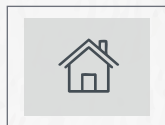
Consecuentemente, en la conferencia también abordamos los aspectos más relevantes relacionados con el desarrollo del trabajo en entornos laborales libres de violencia y sin discriminación. Asimismo, compartimos recomendaciones para la adecuada gestión del tiempo en el ámbito familiar y en la vida personal.

Fases:



Fase 1. Calidad en el Trabajo.

- Derechos y responsabilidades en el trabajo.
- Corresponsabilidad personal, familiar y laboral.
- Gestión efectiva del tiempo.



Fase 2: Vida de Calidad.

- Cajas emocionales.
- Bienestar emocional y salud mental.
- Proyecto de vida y construcción de metas personales y familiares.

Contacto:

✉ **Correo:** informes@ramoncuevas.mx

🌐 **Sitio:** <https://ramoncuevas.mx/>