

Freepik. Imagen libre de derechos de autor



WEBINAR GRATUITO

Salud mental y bienestar
en el ámbito social

REGISTRO

<https://bit.ly/4eJy2IA>

11 DE DICIEMBRE



OBJETIVO

Proporcionar herramientas conceptuales y prácticas para la promoción de la Salud Mental en la organización

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

QUE EL PARTICIPANTE:



Proporcionar herramientas conceptuales sobre la Salud Mental y el Bienestar individual y organizacional



Reflexionar sobre la importancia del cuidado integral de la salud mental y bienestar individual y colectivo



Proporcionar herramientas prácticas para el manejo del estrés, la ansiedad y otras emociones

DIRIGIDO

Organizaciones de la sociedad civil preferentemente



11 DE DICIEMBRE



15:00 A 17:00 HRS



VÍA ZOOM



1 SESIÓN
DE 2 HORAS

TEMARIO

1 Conceptos básicos: Salud Mental, Bienestar individual, Bienestar organizacional, Riesgos psicosociales y Resiliencia

2 ¿Cómo estoy y cómo estamos?

3 Apoyo biopsicosocial, Autocuidado, Burnout y técnicas para el manejo del estrés

4 Nuestras buenas prácticas y los retos

5 Nuestras buenas prácticas y los retos

FACILITADOR

RAÚL RODRÍGUEZ



Psicólogo y Sexólogo. Emprendedor Social. Apasionado. Orientador, Capacitador y Terapeuta Humanista.

Raúl Armando Rodríguez Sansores Asesor y consultor de Organizaciones de la Sociedad Civil con diversos diplomados en Desarrollo Organizacional, Gerenciamiento, Evaluación de impacto, Mercadotecnia Social y Gestión Social.

Conferencista, Tallerista, Terapeuta, Catedrático e Instructor en diversas Instituciones a nivel peninsular y nacional.

Miembro de diversas OSC y movimientos sociales.

MÁS INFORMACIÓN

Iván Fernando Rodríguez
i.rodriguez@fundacionmerced.org.mx

REDES SOCIALES

    @FundMercedAC
www.fundacionmerced.org.mx