

## DADES GENERALS

## Curs acadèmic

<b>Tipus de curs</b>	Certificat Universitari
<b>Nombre de crèdits</b>	3,00 Crèdits ECTS
<b>Matrícula</b>	250 euros (import preu públic)
<b>Requisits d'accés</b>	
<b>Modalitat</b>	Presencial
<b>Lloc d'impartició</b>	Edificio de Institutos Universitarios, Campus dels Tarongers, C/ Serpis 29, 46022
<b>Horari</b>	Divendres de 16 a 21h,

## Direcció

<b>Organitzador</b>	Departament d'Economia Aplicada Institut Universitari d'Investigació de Polítiques de Benestar Social "Polibenestar"
<b>Direcció</b>	Antonia Sajardo Moreno Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Economia Aplicada. Universitat de València

## Terminis

<b>Preinscripció al curs</b>	Fins a 16/12/2017
<b>Data inici</b>	Gener 2018
<b>Data fi</b>	Febrer 2018

## Més informació

<b>Telèfon</b>	961 603 000
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:informacio@adeituv.es">informacio@adeituv.es</a>

## PROGRAMA

1. Marco conceptual del Mindfulness o Atención Plena
2. Mindfulness y la conexión mente-cuerpo
3. Mindfulness en la empresa (I)
4. Mindfulness en la empresa (II)
5. Mindfulness interpersonal.
6. Profundizando en la práctica.
7. El camino del mindfulness:
8. Conclusiones: agradecimiento, fortaleza y sabiduría.

## PROFESSORAT

## Inmaculada Juan Montañana

Licenciatura en Ciencias de la Información

## Francisco José Ródenas Rigla

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Treball Social i Serveis Socials. Universitat de València

## Antonia Sajardo Moreno

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Economia Aplicada. Universitat de València

## Juan José Soler Arnedo

## OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

- Professionalització en mindfulness en l'àmbit empresarial.
- Acompanyament en mindfulness per a empreses.
- Coach en mindfulness per a executius i líders.

Este curs se centra en l'estudi de la metodologia i ferramentes pràctiques de mindfulness aplicades a l'àmbit de l'empresa. L'objectiu últim del mateix és ampliar les capacitats de les persones que conformen les empreses (gestors, directius, líders o empleats), i millorar les seues habilitats empresarials concretes com la creativitat, la presa de decisions, la gestió de les emocions i les relacions interpersonals.