

NEurocoaching: com entendre el que faig i enfocar-me en el que vull fer

Red adscrita  CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Personas mayores, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

El curs té com a finalitat l'aplicació pràctica de la Neurociència al coaching per ajudar al participant a trobar el seu propi equilibri personal. La combinació de les dues disciplines proporciona una gran consciència i autoconeixement que facilita la comprensió d'un mateix i dels altres, potencia el recursos propis i ajuda a la gestió dels obstacles interns que posa el cervell o de les condicions del context. Com a resultat, la persona es centrarà en el que realment vol aconseguir. Porten impartits 2 trimestres però es pot incorporar gent nova.

Dimarts 18 h

Población

Mayores de 65 años - Cualquiera (.)

Persona de contacto

Centre Cívica Navas (93 349 35 22) (ccnavas@bcn.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívica Navas

Fecha de última actualización de la actividad

08/09/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Avenida Doctor Torrent 1 08027 Barcelona Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<https://inscripciones.ccnava.cat/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=4&a=7370>