





2019

# ESCUELA DE GOBIERNO LOCAL

AUTONOMÍA - LIDERAZGO - INNOVACIÓN



## PROGRAMA SEMINARIO APRENDIENDO A VIVIR SIN ESTRÉS Y LIDERAZGO EN TERRENO



## SEMINARIO APRENDIENDO A VIVIR SIN ESTRÉS Y LIDERAZGO EN TERRENO.

La charla tiene un formato único que combina temas de relevancia con música, humor, cuentos, ejercicios, creándose una experiencia inolvidable para los participantes, que ríen, aprenden, practican y se conectan emocionalmente ayudando a la recordación de los temas más allá de la jornada.

El estilo es cercano y dinámico, proponiendo ejemplos reales de personas y empresas que lograrán las metas sin sacrificar el bienestar, inspirando a los participantes a practicar. Otro aspecto importante es que se entregan durante la charla tips para que se puedan practicar los temas y continuar el entrenamiento.

Como valor agregado las personas experimentan el poder del Autocoaching, ya que no sólo comprenden en qué sentido es necesario cambiar sino que experimentarán el cómo cambiar ellos mismos y a su vez compartir lo aprendido en sus equipos y familias.

### Fecha:

- Jueves 12 de diciembre 2019.
- Martes 17 de diciembre 2019.
- Martes 07 de enero 2020.
- Jueves 09 de enero 2020.

### Horario:

- Desde las 9:00 - 18:30 horas aprox.

### Modalidad:

- Presencial/ Abierta.

### Lugar de realización:

- Battlerfield Live, Chicureo.
- Fogón del Leñador, Chicureo.

### **Objetivos de Battlerfield Live :**

- Desarrollo de Liderazgo efectivo.
- Eficiencia en el logro de objetivos.
- Capacidad de Trabajo en Equipo, bajo presión.
- Comunicación Efectiva.
- Integración y sincronía de equipos.
- Adaptabilidad a los cambios, bajo presión.
- Integración y solución de conflictos.
- Brindar herramientas para que los miembros del área de seguridad amplíen sus capacidades de inspirar, comunicar, entrenar y liderar con energía y entusiasmo a los equipos de trabajo.

### **Objetivos de la charla Aprendiendo a vivir sin estrés:**

- Aprender a manejar el estrés, para potenciar las capacidades y logros, ya que la efectividad y el bienestar personal dependen de ello.
- Practicar técnicas y herramientas, elegir las más apropiadas a la situación actual y así poder realizar un plan de cambio y mejora individual y grupal.
- La propuesta se completa trasladando las prácticas de manejo de estrés a los grupos de trabajo y la familia, ya que en equipo nos ayudaremos a sostener los cambios y construir una cultura de manejo de estrés.
- Realizar una charla es el primer paso que permitirá a medida que se practique crear una cultura de manejo de estrés en grandes grupos de personas para prevenir enfermedades ocupacionales y asegurar una mayor efectividad en la realización de la tarea.
- La charla fortalece la pertenencia de las personas en la empresa, llevando un propuesta pensada para su bienestar y el de su familia.

**Programa:**

HORARIO	ACTIVIDAD
9:00 -9:45	Traslado actividad en terreno.
9:45-10:30	Desayuno
10:30-12:30	Actividad Battlerfield Live
12:30-13:00	Traslado al Fogón del Leñador
13:00-15:30	Almuerzo
15:30-17:30	Charla y coffe
17:30-18:30	Retorno

*\*Programa sujeto a modificaciones.*

2019

# ESCUELA DE GOBIERNO LOCAL

AUTONOMÍA - LIDERAZGO - INNOVACIÓN



[WWW.ESCUELADEGOBIERNOLOCAL.CL](http://WWW.ESCUELADEGOBIERNOLOCAL.CL)