

# EMOCIONES



Asociaciones  
Fundaciones  
Andaluzas



En esta breve sesión daremos un primer paso para **gestionar mejor las emociones propias y comprender las ajenas.**

El objetivo será descubrir para qué sirven las emociones básicas y aplicar con sencillez la secuencia de la inteligencia emocional. También compartiremos algunas **herramientas** del día a día, **hábitos** que aprender y desaprender, que puedan ser útiles en estos momentos de incertidumbre que estamos viviendo.



## COACH

**CARLOS CORTÉS LEÓN.** Consultor social, formador y coach ejecutivo.

Toda su carrera profesional, con más de 10 años como directivo, se ha desarrollado en el ámbito de la gestión y dirección de personas, especialmente en el Tercer Sector en entidades como Médicos sin Fronteras o Ayuda en Acción.

Es licenciado en Derecho, con másters en Recursos Humanos, MBA, Dirección de Fundaciones, PRL, Dirección y Gestión de ONG, Liderazgo e Innovación Social.

## INFORMACIÓN

**Fecha:** Martes, 14 de abril de 2020

**Horario:** De 11,00 a 12,00 h.

**Duración:** 40' + 20' preguntas

**Formato:** Webinar en la plataforma ZOOM

**Precio:** Gratuito

**INSCRÍBETE** a través de la Sección de Formación de la web de AFA, en el siguiente enlace:

[www.afandaluzas.org/servicios/formacion/](http://www.afandaluzas.org/servicios/formacion/)