



2025



Curso:

PUNTO DE EQUILIBRIO

Renueva tú vida profesional y personal
con la metodología (A.L.M.A.S)



01

Objetivo

Objetivo

Al terminar el Curso, los participantes habrán practicado y aplicado en las 3 áreas de dominio en la capacitación: habilidades, conocimientos y actitudes para mejorar su desempeño, adaptación al cambio y desarrollo profesional y personal, para aplicarlo en el desarrollo de su vida.

Dirigido a:

Todas las personas que deseen mejorar su calidad de vida en todos los aspectos: personal, familiar, laboral y social.

Instructor

Dra. Nelda Leticia Gutiérrez Martínez

Calendarización



Fecha:

15 Y 16 MAYO

MAYO						
D	L	M	M	J	V	S
				01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Horario:

9:00 a 18:00 horas

Duración:

16 horas

Modalidad:

Presencial

Sede:

División de Estudios de Posgrado | Facultad
Ciencias Químicas | UANL.

Ubicación:

Guerrero y Progreso S/N Col. Treviño C.P.
64570 Monterrey, Nuevo León, México.

Introducción

•Este curso taller presencial personalizado tiene como objetivo proporcionar a los participantes las herramientas necesarias para desarrollar sus habilidades en los tres dominios fundamentales del aprendizaje: cognitivo, psicomotor y afectivo. A través de una formación integral, se abordarán procesos cognitivos relacionados con el conocimiento y el pensamiento crítico, se fortalecerán las habilidades psicomotoras mediante el desarrollo de la coordinación física, y se fomentarán aspectos afectivos como valores, actitudes y motivación. Este enfoque multidimensional busca mejorar el desempeño profesional y personal de los participantes, adaptándose a sus necesidades individuales para promover un aprendizaje significativo y efectivo.



Contenido

- Punto de Equilibrio (A.L.M.A.S) (Acepta, Libera, Modifica, Ámate, Sana) . 4 área de la vida: personal, familiar, laboral, social
- Aceptar: Cuál es tu enfoque?
- Tu cuerpo
- Familia
- Trabajo
- Actitud
- Liberar: Todo lo que te afecta, Apegos y Muerte
- Comunicación
- Salud Integral
- Modificar: Pensamientos, Creencias y Respeto
- Tiempo
- Aficiones, hábitos y vicios
- Educación
- Amar: A qué viniste?, Qué edad tienes?
- Amor y Soledad

Precio:

\$5,300.00 Público General
\$4,850.00 Comunidad UANL

En caso de requerir factura el costo es más IVA (16%)

Incluye:

- Manual Digital.
- Constancia impresa.
- Servicio de coffee break.

Es necesario realizar el pago para la entrega de su constancia.

Formas de Pago

Para factura:

- 1. Transferencia electrónica o deposito bancario.**

El costo es más IVA (16%)

Para recibo:

- 1. Transferencia electrónica o deposito bancario.**
- 2. Cheque a favor de:** *Universidad Autónoma de Nuevo León.* Entregar en caja División de Estudios de Posgrado.
- 3. Efectivo:** *El pago se realiza en caja de División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Ciencias Químicas.*

Enviar su comprobante de pago al correo:

- cenec.fcq@gmail.com
- cenec.fcq@uanl.mx

No se podrá reembolsar después de 5 días de haber realizado el pago.

Contacto



E-mail

cenec.fcq@gmail.com

cenec.fcq@uanl.mx



Página Web

www.fcq.uanl.mx



Facebook

www.facebook.com/cenec.fcq



Instagram

www.instagram.com/cenec.fcq



Teléfono

[\(81\) 83 29 40 00](tel:(81)83294000)

[Ext: 3417](tel:(81)83294000)

