

1 DICIEMBRE DE 2016, 09:30H, EN #espaiFPdGi

## Taller de alto rendimiento para jóvenes emprendedoras,

por la medallista olímpica **Maribel Martínez de Murguía**.

La Federación Española de Mujeres Directivas, Ejecutivas, Profesionales, y Empresarias (**FEDEPE**) presenta, por primera vez en Girona, el taller del "**Proyecto Evolucion: Alto rendimiento femenino en entornos laborales saludables y eficientes**", con la colaboración del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. El taller, impartido por la ex-campeona olímpica de Hockey hierba, psicóloga del deporte y coach **Maribel Martínez de Murguía**, va dirigido fundamentalmente a jóvenes emprendedoras y llega a Girona después de un gran éxito de participación y resultados en otras ciudades españolas durante los últimos cinco años (A Coruña, Bilbao, Oviedo, Sevilla, Barcelona, Valencia, Madrid o Málaga, entre otras).

La cita tendrá lugar el **jueves 1 de diciembre, de 09.30h a 14.00h, en el #espaiFPdGi, sede de la Fundación Princesa de Girona** (Calle Juli Garreta, 1, 1ºE, 17002 Girona).

El **objetivo** del taller, dirigido a jóvenes mujeres directivas, empresarias y profesionales, es impulsar el espíritu emprendedor, la incorporación y promoción de las mujeres en el ámbito profesional, y beneficiar a las mujeres directivas y empresarias de este país, trasladando de forma positiva los valores del entrenamiento en equipo y de trabajo en un entorno competitivo de alto nivel con hábitos saludables, todo lo cual se traduce en una mejora de la cuenta de resultados de cualquier empresa.

Este proyecto está diseñado en formato de **taller presencial**, durante el cual se aborda un conjunto de habilidades íntimamente relacionadas con el alto rendimiento en entornos saludables y eficientes, tanto en el ámbito de la gestión individual (autocontrol, autoconfianza, control de la energía, gestión del éxito y del fracaso, gestión del cambio) como en el ámbito de la gestión de personas y el trabajo en equipo (toma de decisiones, comunicación, gestión de conflictos, planificación).

Durante cada taller se abordará la siguiente **agenda temática**:

### **MÓDULO 1: Descubriendo mi auto-liderazgo**

- Tomando conciencia de mí misma
- Rescatando mi propósito superior

- Poniendo en valor mis talentos

## **MÓDULO 2: Herramientas para la gestión de mi energía**

- Diseñando mi visión hacia el futuro
- Desvelando mis necesidades como mujer y como profesional
- Gestionándome ante la adversidad

## **MÓDULO 3: Trascender en mi equipo y en la sociedad**

- Aprendiendo las competencias inteligentes en las relaciones
- 3 claves

### **Sobre la coach:**

Maribel Martínez de Muguía es Licenciada en Pedagogía (Universidad Complutense de Madrid), Máster en Psicología del deporte (UNED); *Coach* Transformacional formada con Cristina Naughton; Insights Discovery® Licensed Practitioner; *Coach* organizacional, personal y deportiva; *Coach* y conferenciante en *makeateam*; Ex-jugadora internacional Hockey Hierba; Campeona olímpica en Barcelona 92; y Entrenadora nacional de Hockey Hierba.

### **Inscripciones**

Para poder asistir al taller, que tendrá carácter gratuito para las participantes, hay que solicitar asistencia a la Secretaría de **FEDEPE** ([secretaria@mujeresdirectivas.es](mailto:secretaria@mujeresdirectivas.es)) con los datos (nombre, apellidos, cargo, empresa y DNI) de las personas que vayan a asistir.



**FPdGi** Fundació Fundació Princesa de Girona

#espaiFPdGi

Juli Garreta1  
17002 Girona

[fpdgi.org](http://fpdgi.org)