

## CURSO – Bienestar en los equipos

### Zaragoza - Sainz de Varanda

Formación Bonificable

FUNDAE

APOYO CAI  
A DESEMPLEADOS



<b>Lugar:</b>	Fundación CAI Avda. Alcalde Sainz de Varanda nº 1-3. 50009 Zaragoza 976 355 000
<b>Fechas:</b>	<b>18/02/2026</b>
<b>Horario:</b>	de 8.30 a 14.30 h. ( 6 horas lectivas)
<b>Importe:</b>	160 €
<b>Importe desempleados:</b>	48 €
<b>Plazo de inscripción:</b> <b>(Hasta las 15 h.)</b>	12/02/2026

**Este curso está comprendido dentro del programa: Liderar personas y establecer el rumbo**

### Presentación

Este curso te invita a crear entornos de trabajo emocionalmente saludables y efectivos. Conocer y reconocer las variables que influyen en el bienestar y cómo construir una cultura de confianza y seguridad. Identificaremos factores de estrés y cómo gestionarlos para mejorar el clima laboral. También profundizaremos en las claves de los equipos de alto rendimiento. Analizaremos el rol del líder, la distribución de responsabilidades y cómo fomentar la participación. Aprenderás estrategias para impulsar la colaboración y la cohesión del equipo. Un entorno sano y un equipo unido son la base del éxito sostenible.

### Objetivos

- Establecer un entorno y clima de bienestar emocional
- Trabajar las estrategias para ser efectivos

### Dirigido a

Profesionales que quieran desarrollar sus habilidades directivas o quieran actualizar sus competencias de liderazgo.

### Metodología

- Prácticas reales en el aula.
- Plan de acción.

### Profesorado

Dña. **Marta Cabrero Callejero**. Licenciada en Psicología, Diplomada en Formación del Profesorado y Educación y Postgrado Experto Universitario Evaluación de Planes de Formación. Experta en Inteligencia Emocional. Responsable de Proyectos de Formación para empresas. Coach para directivos en Competencias Clave y Asesor en proyectos de Recursos Humanos. Formadora in company, en Empresas Privadas, Organismos Oficiales, Asociaciones, Fundaciones, Federaciones, Centros Educativos de Grados y Universidad.

## Programa

- Entorno de bienestar
  - Variables para trabajar
  - Cultura de confianza y seguridad
  - Factores de estrés en el entorno
- Ser equipos
  - Características de un equipo de alto rendimiento.
  - Roles y responsabilidades del líder de equipo.
  - Cómo facilitar la participación y el compromiso del equipo.
  - Estrategias para fomentar la colaboración y la cohesión

## Organización

### Plazo de inscripción

La recepción de solicitudes finalizará el 12 de febrero, a las 15,00 horas. Plazas limitadas siguiendo las normas de la Fundación Tripartita. Se enviará confirmación por correo electrónico. Las cancelaciones efectuadas con posterioridad a dicha fecha, estarán sujetas a la retención del 40% de la cuota de inscripción.

Teléfono de información 976 355 000

### Cuota de inscripción y forma de pago

Bonificable en un porcentaje de la cuota de inscripción. Si desea acogerse a la bonificación, deberá realizar la inscripción, como mínimo, 7 días hábiles antes de la fecha de inicio.

- Importe para desempleados (previa confirmación de la plaza) pago con tarjeta de crédito: 48 euros (incluye documentación).
- Importe para pagos por domiciliación o tarjeta de crédito (previa confirmación de la plaza): 160 euros (incluye documentación).

En virtud del Decreto 82/2003 de 29 de abril del Gobierno de Aragón, se advierte de que las enseñanzas que se imparten organizadas por la Fundación CAI, no conducen a la obtención de títulos académicos oficiales.

**Fundación Caja de Ahorros de la Inmaculada de Aragón** - CIF. G-50000819.

Inscrita en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón con el número 350/I  
Domicilio Social: Calle San Braulio, 5-7, 50003 - ZARAGOZA.

© 2012-2026 **Fundación Caja Inmaculada**