



Instituto de Alto Rendimiento

Colegio Los Olivos



FORMACIÓN PARA LA VIDA

Escuela de
Rendimiento y Bienestar

Curso 2019 - 2020

Organiza



Subvenciona



FORMACIÓN PARA LA VIDA

Escuela de Rendimiento y Bienestar

Curso 2019 - 2020

La **ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR** es una iniciativa del **Instituto de Alto Rendimiento (IAR)** para acercar al mundo educativo y familiar novedosas y eficaces herramientas que ayuden a las personas a disponer de lo mejor de sí mismos en sus desempeños laborales y académicos y en el entorno familiar.



El **Colegio Los Olivos** de Málaga, en su apuesta por la vanguardia formativa, subvenciona esta iniciativa para ofrecer a los alumnos, familias y personal docente y no docente, un valor añadido que le distingue de otras instituciones educativas por su calidad y servicio.



ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR

La **ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR** es un espacio formativo que facilita el desarrollo de competencias o habilidades personales cuya aplicación en los entornos laborales, académicos y familiares garantiza la **mejora de los resultados y una vida más satisfactoria y plena**.

De entre todas las habilidades básicas, el Instituto de Alto Rendimiento (IAR) apuesta por la integración de la ***Competencia del Bienestar Personal (CBP)***, que hace posible que el talento esté disponible, que la propia vocación pueda expresarse y que los objetivos profesionales, académicos y vitales puedan alcanzarse.

La ERB es un **complemento a la oferta educativa actual**. Aporta la capacitación para la gestión personal, grupal y familiar en los diversos ámbitos de la vida por medio de talleres, cursos, aulas de experiencia y retiros. Esta aportación es cada vez más demandada en el mundo profesional y cada vez más necesaria en el mundo personal y familiar, dadas las características y el momento de la sociedad en la que nos toca vivir.

ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR

La ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR se compone de varias opciones o itinerarios que se complementan:

ITINERARIO A – Jóvenes y adultos

SACA LO MEJOR DE TI Training en Gestión del Talento (TGT)
Contenidos
La comunicación eficaz y la gestión de conflictos
La Inteligencia emocional
La gestión del tiempo

ITINERARIO B – Jóvenes y adultos

LA VIDA QUE TÚ QUIERES Entrenamiento del Bienestar Personal (EBP)
Contenidos
Taller Aprende a parar tu mente
Cómo rendir y ser feliz en el trabajo
Curso de Neuromeditación
MeditaRoom
Retiro con Neuromeditación
Taller de Perdón

ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR

La ESCUELA DE RENDIMIENTO Y BIENESTAR se compone de varias opciones o itinerarios que se complementan:

ITINERARIO C – Alumnos de Bachillerato

EL CLUB DEL TALENTO
Contenidos
La gestión del estrés académico
La Inteligencia instrumental para el estudio y la vida
La gestión del cambio y del carácter personal
El proyecto de vida con sentido

ITINERARIO D – Alumnos de Primaria

LA RUTA DEL TESORO
Contenidos
Iniciación a la gestión emocional, mental y corporal
Iniciación a las virtudes y los valores esenciales
Iniciación a la introspección y a la trascendencia

FORMACIÓN PARA LA VIDA
**Escuela de
Rendimiento y Bienestar**
Curso 2019 - 2020

Inscripción

Inscríbete en la ERB y recibe en tu correo electrónico la información de las distintas actividades que se realizan sin necesidad de estar pendiente.

INSCRIPCIÓN

Calendario y actividades de la ERB:

Accede al calendario para poder ver las fechas y la información básica sobre las distintas actividades de la Escuela de Rendimiento y Bienestar.

CALENDARIO

Más información en:

Mail: iar@institutoaltorendimiento.com

Teléfono: 640 26 68 56

Información sobre IAR: www.institutoaltorendimiento.com

Instituto de Alto Rendimiento Colegio Los Olivos



FORMACIÓN PARA LA VIDA
**Escuela de
Rendimiento y Bienestar**
Curso 2019 - 2020

-  www.institutoaltorendimiento.com
-  www.institutoaltorendimiento.com/gestiondeltalento
-  www.neuromeditacion.es
-  iar@institutoaltorendimiento.com
-  640 26 68 56
-  [@institutoaltorendimiento](https://www.facebook.com/institutoaltorendimiento)
-  [@iarendimiento](https://twitter.com/iarendimiento)