



# Gestió Emocional. Clau de l'èxit personal i professional d'emprenedors/es del món rural

Jornada tècnica

BELL-LLOC D'URGELL, dijous 18 d'octubre 2018

## Presentació

La intel·ligència emocional és una forma d'interactuar amb el món empresarial, que té molt en compte els sentiments, emocions i engloba habilitats tals com el control d'impulsos, l'autoconsciència, la motivació, l'entusiasme, la perseverança, l'empatia, etc.

Les persones amb habilitats emocionals ben desenvolupades tenen més probabilitats de sentir-se satisfetes i ser eficaces en els diferents àmbits de la seva vida: personal, familiar, social i laboral. Treballarem la Gestió de les Emocions en empresaris/es del món rural.

## Organització



Associació Leader de Ponent



Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell



INCUBADORA D'EMPRESES  
D'INNOVACIÓ AGROMETAL·LÚRGICA  
BELL-LLOC D'URGELL  
www.ida.cat

 @ruralcat

## Programa

**18.30 h** Inscripcions i lliurament de la documentació

**18.40 h** Presentació de la Jornada

**18.45 h** Les emocions, origen i naturalesa. Sentiments, raó versus emoció

**19.45 h** Emocions bàsiques i secundaries dins l'empresa. Consciència emocional en la vida professional

**20.45 h** Emocions i empenedoria: emocions que activen i emocions que paralitzen. Regulació emocional

**21.30 h** Tècniques de gestió emocional i de processament de la informació

**22.00 h** Emocions positives: clau de l'èxit personal i empresarial

**22.30 h** Cloenda de la Jornada

*Totes les ponències aniran a càrrec de la Sra. Àngels Revenga, experta en coaching per la Universitat de Lleida i postgrau en Mindfulness i relació d'ajuda.*

## Lloc de realització

Incubadora d'Empreses d'Innovació Agrometal·lúrgica  
C/ Joan Oró, 3  
25220 BELL-LLOC D'URGELL

## Inscripcions

La jornada és gratuïta però cal inscriure's a través de:

[www.ida.cat/formacio/jornades-i-seminaris](http://www.ida.cat/formacio/jornades-i-seminaris)

També us podeu inscriure a través del servei de Preinscripcions a jornades del PATT del portal RuralCat:

[ruralcat.gencat.cat/preinscripcionspatt](http://ruralcat.gencat.cat/preinscripcionspatt)



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Agricultura,  
Ramaderia, Pesca i Alimentació

PLA ANUAL 2018  
DE TRANSFERÈNCIA TECNOLÒGICA