

Ficohsa Master Class 2020

¿CÓMO LIDERAR EQUIPOS VIRTUALES?

WEBINAR 2

10 TIPS PARA MANTENER ENFOCADO, EFICIENTE Y MOTIVADO A TU EQUIPO VIRTUAL

Impartido por Viveca Arias y Alejandra Rivas
Gestión de Talento Regional | Talento Humano

 Martes 7 de Abril

 11:00am



¿CÓMO GESTIONAR EL ACCOUNTABILITY?

Para hacer que las cosas sucedan.

Impartido por Silvia Morales
Gerente de Talento Humano, Ficohsa Guatemala

 Jueves 16 de Abril  11:00am





Te invita al Taller

“Técnicas de Coaching para elevar equipos de trabajo”

- **Día:** miércoles 14 de octubre, 2020
- **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Te invita al Taller

“Agentes de Cambio”

- **Día:** miércoles 18 de noviembre, 2020
- **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Te invita al Taller
**“El poder de la diversidad
y la inclusión”**

- ▶ **Día:** miércoles 19 de agosto, 2020
- ▶ **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Te invita al Taller
**“Emprender dentro
de la Empresa”**

- ▶ **Día:** miércoles 26 de agosto, 2020
- ▶ **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Te invita al Taller
**“Inteligencia Emocional
para el Liderazgo Inspirador
Pt. 1”**

- **Día:** miércoles 09 de septiembre, 2020
- **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Siempre Un Paso Adelante



Te invita al Taller
**“Inteligencia Emocional
para el Liderazgo Inspirador
Pt. 2”**

- **Día:** miércoles 16 de septiembre, 2020
- **Hora:** 8:00 am a 9:00 am (Guatemala, Honduras y Nicaragua)
9:00 am a 10:00 am (Panamá)

Haz clic aquí para participar



Siempre Un Paso Adelante



¿CÓMO LIDERAR EQUIPOS VIRTUALES?

WEBINAR 1

REGLAS BÁSICAS PARA PROMOVER LA PRODUCTIVIDAD DE LOS EQUIPOS

Impartido por Viveca Arias y Alejandra Rivas
Gestión de Talento Regional | Talento Humano

Miércoles 1 de Abril

11:00am

[Haz clic aquí para ingresar a la sesión en Zoom](#)



Ficohsa

Master Class

Programación Semanal

Mi mentalidad ganadora Controla tu mente para alcanzar el éxito.

Presentador: Jessica Calderón, Presidenta del John Maxwell Team en Español.

Fecha: jueves 17 de agosto, 4:00 pm

Jessica Calderón es una reconocida coach y nos espondrá sobre la mentalidad ganadora, controlando tu mente para alcanzar el éxito.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal

Aprendiendo a convivir con el COVID en mi entorno



Presentador: Soledad Donaire, Gerente General de Reenova Consultorias Gerenciales

Fecha: viernes 12 de junio, 10:00 am

Soledad Donaire nos platicará de como necesitamos aprender a convivir con el COVID en nuestro entorno.

Haz clic aquí para inscribirte



Salud integral en casa: Prevención de lesiones dorsal y lumbar



Presentador: Personal experto de Thérafit

Fecha: sábado 13 de junio, 11:00 am

El personal experto de Thérafit nos ayudarán a mejorar y prevenir las diferentes molestias y patologías que se presentan en las actividades de la vida diaria.

Haz clic aquí para inscribirte



Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal



Webinar sobre la Lactancia Materna



Presentador: Sandra Ramirez, Asesora en Lactancia Materna

Fecha: jueves 06 de agosto, 11:00 am

Sandra nos dará una charla en el cual nos expondrá sobre la importancia de la lactancia materna en los bebés.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes



Mi estilo único.

Encuentra y potencia tus fortalezas de acuerdo a tu estilo de personalidad.



Presentador: Jessica Calderón, Presidenta del John Maxwell Team en Español.

Fecha: jueves 06 de agosto, 4:00 pm

Jessica Calderón es una reconocida coach y nos hablará de las fortalezas de acuerdo a tu estilo de personalidad.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes





Ficohsa
Master Classes

 **cocinando como un CHEF**

Una sesión de cocina semanal en las que el **Chef José Raúl Midence** compartirá recetas fáciles y rápidas para hacer de tus platillos algo memorable.

¡Toda la familia está invitada a participar!

sábado 9 de mayo, 2020
11:00 a.m.

Link de inscripción adjunto




Responsabilidad Social Corporativa



Te invitamos a la conferencia

“El voluntariado no está en cuarentena”

Técnicas y consejos de resiliencia en tiempos de crisis

Expositora
CAMILA MEDAL

Experiencia Laboral
Veinticinco años de experiencia laboral multifuncional, actualmente:

- Directora y propietaria de Dale Carnegie Nicaragua
- Dale Carnegie Senior Trainer
- Dale Carnegie Digital Live On-Line Trainer

Viernes 18 SEP

8:00 A.M.

Acompáñanos 
via zoom

Los participantes recibirán el libro "Golden Book digital"

Haz clic aquí para participar





Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal



Desafío del millenial en tiempos de coronavirus



Presentador: Gina Forte, Coach de Vida y Ejecutivo Certificada aval ICF (International Coach Federation)

Fecha: miércoles 22 de julio, 11:00 am

Gina nos hablará sobre los desafíos que enfrentan los millenials en tiempos de coronavirus.

Haz clic aquí para participar en el Zoom
(ingresar el mismo día del webinar)

Ficohsa
Master Classes



Energía y Productividad



Presentador: Fátima Cruz - Health Coach

Fecha: martes 20 de octubre, 10:00 am

La health coach Fátima Cruz nos dará tips e información para mejorar la productividad en el trabajo, reforzando tu motivación y alcanzar tus objetivos.

Haz clic aquí para inscribirte



Ficohsa

Master Class

Programación Semanal



Destinado al éxito

Cuales son los ingredientes de la persona de éxito y cómo adquirirlos.

Presentador: Jessica Calderón, Presidenta del John Maxwell Team en Español.

Fecha: jueves 20 de agosto, 4:00 pm

Jessica Calderón es una reconocida coach y nos compartirá los ingredientes de una persona con éxito y como puedes adquirirlos.

Haz clic aquí para inscribirte



Comida Emocional

Presentador: Fátima Cruz - Health Coach

Fecha: jueves 24 de septiembre, 4:00 pm

Fátima Cruz (Health Coach Profesional) nos dará consejos sobre la estrecha y en ocasiones compleja relación que cada persona tenemos con la comida, con nuestra alimentación; y cómo en esa relación las emociones tienen un destacado protagonismo.

Haz clic aquí para inscribirte



Ficohsa
Master Class

Ficohsa

Master Class

Programación Semanal



Disciplina positiva en casa, desde bebés a adolescentes

Presentador: Por Gabriela Narvée - Educadora Certificada por Positive Discipline Association y Empowering People

Fecha: martes 13 de octubre, 10:00 am

La disciplina positiva es una forma de educar a los niños y adolescentes basada en el respeto mutuo, el cariño y la comprensión, que favorece el desarrollo emocional y refuerza los vínculos afectivos entre padres e hijos.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Class

 Ficohsa

Estrés: El Mal del Siglo XXI, Enfoque en el sueño

Presentador: Fátima Cruz - Health Coach

Fecha: viernes 16 de octubre, 10:00 am

El estrés es considerado la enfermedad del siglo XXI, según los expertos, que lo atribuyen al estilo de vida tan frenético de la actualidad y que provoca bajada de defensas, acné, presión arterial, depresión e incluso pérdida de memoria.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

 Ficohsa

Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal

*Duelo por pérdida de un ser querido por COVID 19.
Una mirada al proceso de duelo para transitarlo de la mejor manera.*



Presentador: Gina Forte, Coach de Vida y Ejecutivo Certificada aval ICF (International Coach Federation)

Fecha: miércoles 15 de julio, 08:00 am

Gina nos platicará sobre la mejor manera para enfrentar el proceso de duelo y pérdidas significativas en nuestras vidas.

Haz clic aquí para participar en el Zoom
(ingresar el mismo día del webinar con el password 260701)

Ficohsa
Master Classes



*El amor en los tiempos de Coronavirus.
Para una armoniosa convivencia en pareja.*



Presentador: Gina Forte, Coach de Vida y Ejecutivo Certificada aval ICF (International Coach Federation)

Fecha: miércoles 15 de julio, 06:00 pm

Gina nos expondrá sobre la convivencia en pareja en tiempos de Coronavirus.

Haz clic aquí para participar en el Zoom
(ingresar el mismo día del webinar con el password 486846)

Ficohsa
Master Classes



Ficohsa

Master Class

Programación Semanal



Empoderando a tus hijos en la nueva era de la educación virtual

Presentador: Soledad Donaire, Gerente General de Reenova Consultorías Generales

Fecha: Jueves 03 de septiembre, 4:00 pm

Soledad Donaire nos brindará información y tips para el equilibrio y manejo de la educación en casa con tus hijos.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)



FINANZAS PERSONALES EN TIEMPOS DE **CRISIS**

Impartido por Miriam Cruz



Jueves
23 de Abril

11:00am

TU CONCIENCIA
FINANCIERA.COM

Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal

El miedo. ¿Cómo gestionarlo adecuadamente?



Presentador: Santiago Navarro, Gerente de Responsabilidad Social Empresarial y Fundación Kielsa

Fecha: jueves 04 de junio, 11:00 am

Santiago Navarro nos hablará sobre los efectos en nuestro cuerpo cuando permitimos que el miedo nos domine y nos brindará tips para gestionarlo adecuadamente.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Prevención de lesiones de hombro y mano



Presentador: Personal experto de Thérafit

Fecha: sábado 6 de junio, 11:00 am

El personal experto de Thérafit nos ayudarán a mejorar y prevenir las diferentes molestias y patologías que se presentan en las actividades de la vida diaria.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal

Etiqueta e imagen personal para teletrabajo



Presentador: Stefania Cesi, Image Consulting

Fecha: Jueves 18 de junio, 11:00 am

Stefania Cesi, Asesora de Imagen, nos compartirá tips para su uso en la etiqueta e imagen personal para teletrabajo.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Enfrentando la incertidumbre



Presentador: Soledad Donaire, Gerente General de Reenova Consultorías Generales

Fecha: sábado 20 de junio, 10:00 am

¿Cómo enfrentaremos la incertidumbre?
Es el tema el cual Soledad Donaire nos platicará de ello.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Ficohsa

Master Class

Programación Semanal



Herramientas para padres



Presentador: Camila Villafuerte, Psicóloga especialista en Bioneuroemoción y Coach para padres.

Fecha: martes 08 de septiembre, 10:00 am

Camila Villafuerte nos facilitará técnicas que nos ayudarán a trabajar con nuestros hijos para que sean capaces de ganar independencia y disciplina.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)



Clases de Tai Chi



Presentador: CONEXIÓN

Fecha: viernes 11 de septiembre, 09:00 pm

Con la ayuda de las técnicas de respiración profunda, el Tai Chi nos ayudará a alcanzar un estado de meditación, a reducir el estrés y la ansiedad.

[Haz clic aquí para inscribirte](#)



Participa en el webinar
**“Convivencia familiar en
tiempos de COVID”**

por *Lic. Ana Mejía*
Psicóloga

Día: sábado 30 de mayo

Hora: 8:30 am

Sala Zoom

**Haz clic aquí
para participar** 



Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal

Manejo de la Ansiedad



Presentador: Soledad Donaire, Gerente General de Reenova Consultorías Generales

Fecha: jueves 02 de julio, 04:00 pm

¿Cómo manejamos la ansiedad?
Soledad Donaire nos platicará y dará tips en el tema.

Haz clic aquí para inscribirte

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Cocinando como un Chef



Presentador: Chef José Raúl Midence

Fecha: sábado 04 de julio, 10:00 am

Una sesión de cocina con el **Chef José Raúl Midence**, quien nos compartirá recetas fáciles y rápidas para hacer de tus platillos una experiencia inolvidable.

Haz clic aquí para inscribirte

Ficohsa
Master Classes

 **Ficohsa**

Ficohsa

Master Classes

Programación Semanal



Transitar de la Incertidumbre a la paz

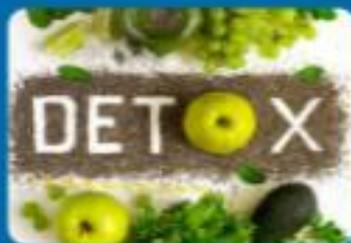
Presentador: Gina Forte, Coach de Vida y Ejecutivo Certificada aval ICF (International Coach Federation)

Fecha: jueves 23 de julio, 11:00 am

Gina nos expondrá sobre como transitar de la incertidumbre a la paz en la actualidad.

Haz clic aquí para inscribirte en el Zoom
(ingresar el mismo día del webinar)

Ficohsa
Master Classes

 Ficohsa

Taller Detox

Presentador: Fátima Cruz - Health Coach

Fecha: martes 22 de septiembre, 10:00 am

La Health Coach Fátima Cruz nos dará tips en los alimentos para limpiar el organismo y eliminar toxinas, obteniendo un efecto cleansing, a la vez que se incrementa la absorción de vitaminas y sustancias antioxidantes.

Haz clic aquí para inscribirte

Ficohsa
Master Class

 Ficohsa

Ficohsa Master Class 2021



Participa en el **Ficohsa Master Class**
**“Ansiedad:
6 pasos para poder manejarla”**



Presentadora:

Diana Spiegeler de Bentzen, madre, esposa y Licenciada en Psicología de la Universidad Del Valle de Guatemala. Con 20 años de experiencia en psicología clínica, homeopatía certificada por el Instituto Naturista en Málaga, España.

Desde hace 15 años dirige su clínica enfocada en terapias alternativas para la salud emocional y física del paciente, utilizando medicamentos homeopáticos, fitoterapia, flores de bach y psicoterapia.



Fecha:

jueves 22 de julio, 11:00 a.m.



12:00 p.m.



Participa en el **Ficohsa Master Class**
“Agile Mindset aplicado al día a día”



Presentadora:

Sara Maza, especializada por la Universidad de Barcelona y OBS Business School en Marketing Digital e E-commerce así como en Dirección de la Comunicación Corporativa.



Fecha:

jueves 20 de mayo, 11:00 a.m.



¿Qué es para ti ser agile? En éste **Ficohsa Master Class** conoceremos el concepto de agile y sus diferencias con el método tradicional. Entenderemos como aplicar el Método Agile en tu día a día, incluyendo las herramientas como la Matriz de Eisenhower o “Pomodoro Time”.



Participa en el **Ficohsa Master Class**
“Conoce más sobre el Score Crediticio”

Presentadora:
Luis Chau, Gerente de Instituciones Financieras, Comercios y Telcos en Equifax Honduras
Miriam Cruz, Jefe de Riesgos, Grupo Financiero Ficohsa

Fecha:
jueves 18 de marzo, 10:00 a.m.

✓ En este Master Class se te explicará cómo funciona el Score Crediticio y se te brindarán tips de cómo mejorar o mantener tu calificación. A través de este servicio, buscamos generar una cultura en la sociedad para el auto-control de las finanzas.



Participa en el **Ficohsa Master Class**
“Cómo iniciar tu primer huerto en casa”

Presentadoras:
Cecilia Martínez, Fundadora de la empresa Finca Urbana, Licenciada en Comunicaciones con énfasis en Publicidad.
Maribel Murillo, Co. Fundadora de Finca Urbana e Ingeniera Agrónomo.

Fecha:
sábado 20 de marzo, 10:00 a.m.

✓ Comer verduras 100% ecológicas, sin pesticidas ni productos químicos ayuda a participar en un modelo de agricultura sostenible y enseña respeto por la naturaleza y lo que ofrece.

Participa con tus hijos en el webinar



Ahorrando Ando
con *Ali Kafie*

Charla Educación Financiera para Niños

 **Día:** sábado 12 de junio
Hora: 10:00 a.m. (GT, HN y NI)
11:00 a.m. (PN)

[Haz clic aquí e insíbete](#)

A los primeros **150** colaboradores que se unan en el día del webinar, recibirán una copia digital de su libro.



COVID-19 Desafío Humano



 **jueves 18 de febrero**
11:00 a.m.

 **Dra. Lilian Laínez**
Epidemióloga, PORSALUD

 **Temas**

- * Recomendaciones para prevenir el COVID-19.
- * ¿Cómo reforzar nuestro Sistema Inmune? La mejor defensa ante el COVID-19.
- * ¿Cuánto tiempo transcurre entre la exposición al COVID-19 y el desarrollo de síntomas?
- * ¿Qué hacer si te diagnostican COVID-19?



Ficohsa  Abrir con Documentos de Google

Master Class

Participa en el **Ficohsa Master Class**
“Técnicas para mantenerte enfocado en un mundo desenfocado”

 **Presentadora:**
Sofía López, docente en diferentes niveles educativos. Es certificada internacionalmente como entrenadora en liderazgo y coaching personal bajo la metodología de John Maxwell.

 **Fecha:**
viernes 16 de abril, 11:00 a.m.

⬅ Durante este Master Class aprenderás a crear un backlog priorizado de actividades...



Participa en el **Ficohsa Master Class**
“Priorizando mis actividades con técnicas ágiles”

 **Presentadora:**
Alejandra Nazar, Arquitecta con una maestría en manejo de proyectos. Facilitadora certificada en la metodología de LEGO® SERIOUS PLAY® y en Total SDI®.

 **Fecha:**
jueves 25 de febrero, 11:00 a.m.

 Durante este seminario aprenderás a crear un backlog priorizado de actividades utilizando MoSCoW y escalas numéricas. Al finalizar el seminario tendrás 2 herramientas sencillas que te ayudará a organizar tus actividades diarias y a usar tu tiempo de manera efectiva para lograr tus objetivos. Necesitas traer al seminario un objetivo en el que quieras trabajar durante el mes, para construir tu backlog orientado al cumplimiento de ese objetivo.

Haz clic aquí para inscribirte



Webinar: “Sin límites: ¡Una mamá de altura!”



En el año 2012 **Andrea Cardona** se convirtió en la primera persona en Latinoamérica en completar el **Grand Slam de los Exploradores**, que consiste en escalar la montaña más alta de cada uno de los 7 continentes (entre ellos el Monte Everest) y esquiar al Polo Norte y Polo Sur geográficos.

Como un detalle para todas las madres de **GFF**, **conmemorando el mes de la madre**, Andrea compartirá su historia inolvidable que les mostrará que toda meta, así como escalar el Monte Everest, se logra con mucha perseverancia para superar los obstáculos del camino.

¡Las esperamos!

Master Class



Participa en el **Ficohsa Master Class** “**Salud Emocional, Nuestro Gran Reto Familiar**”



Presentador:

Rafael Mejía, Consultor Senior de CRECERH; sus consultorías promueven el desarrollo mental, físico, social, cultural y económico a través de programas de capacitación en las áreas de comportamiento y motivación.



Fecha:

jueves 24 de junio, 11:00 a.m.



Conoceremos sobre como actuar en momentos de crisis familiar y como sobrellevar diversas situaciones dentro de la familia.

Anima a tus hijos a
participar en el webinar



Tus Superpoderes contra el COVID-19



La **Dra. Alejandra Andino**, Jefe de Rescate y Clínicas de PORSALUD estará compartiendo con las familias de GFF las principales medidas de bioseguridad a implementar en el hogar para proteger a los más pequeños y contrarrestar así la propagación del COVID-19.

Será un conversatorio dinámico y divertido, por lo que toda la familia, incluidos los más pequeños del hogar están invitados a participar.

Para esta actividad los niños necesitarán papel, marcador de agua y pintura verde para demostrarles, junto a sus padres, cómo se pueden contagiar de COVID-19.

