

#FELICES  
MOVIMIENTO POR LA FELICIDAD Y BIENESTAR

### GESTIONA TU TIEMPO Y TU VIDA

Conoce estrategias para  
administrar de forma exitosa  
tus días, semanas, meses y  
años.

Masterclass  
movimientofelices.org/masterclass

#FELICES



## Gestiona tu tiempo y tu vida Masterclass

**Viernes 29 de noviembre**

**18:00 a 20:00 hrs**

**Modalidad online**

**Inscripciones:**

[movimientofelices.org/masterclass](https://movimientofelices.org/masterclass)

## Ficha Técnica

<b>Duración</b>	2 horas cronológicas
<b>Modalidad</b>	Online sincrónica y asincrónica
<b>Fecha</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 29 de noviembre de 2024 (1era versión sincrónica)</li><li>● Versión asincrónica disponible el 01 de diciembre de 2024.</li><li>● Nuevas versiones sincrónicas disponibles según demanda.</li></ul>
<b>Horario</b>	18:00 a 20:00 hrs (1era versión sincrónica)
<b>Grupo objetivo</b>	Profesionales de la salud y de otras áreas afines que deseen aplicar habilidades de liderazgo y bienestar personal y colectivo, buscando mejorar su desempeño y el de sus equipos en entornos laborales desafiantes.

## Objetivo General

Al finalizar la masterclass, los participantes serán capaces de:

Conocer y aplicar herramientas efectivas de gestión y organización del tiempo que permitan a los participantes optimizar sus actividades diarias, mejorar su productividad y alcanzar sus metas con mayor eficacia.

## Contenidos

Masterclass	Contenidos	Fecha de realización
<p><b>Gestiona tu tiempo y tu vida</b></p>  <p><b>GESTIONA TU TIEMPO Y TU VIDA</b>            Conoce estrategias para administrar de forma exitosa tus días, semanas, meses y años.            Masterclass <a href="http://movimientofelices.org/masterclass">movimientofelices.org/masterclass</a>  <b>#FELICES</b></p>	<p>Comprender los principios básicos de la gestión del tiempo y las ventajas de una organización efectiva.</p> <p>Exploración de métodos específicos para organizar tareas y mejorar la productividad.</p> <p>Estrategias para estructurar un calendario efectivo y establecer seguimiento de metas a corto, mediano y largo plazo.</p> <p>Identificación de técnicas para crear un espacio que favorezca la concentración y un flujo de trabajo continuo.</p>	<p><b>Noviembre 2024</b></p>

## Características de las Masterclasses

- Estructura de 2 horas:**  
 Cada masterclass está diseñada para ser completada en un formato compacto de 2 horas cronológicas, permitiendo a los participantes absorber y aplicar rápidamente los conceptos aprendidos. Si se toma el curso completo, a cada masterclass se añaden 2 horas para revisión de material complementario.
- Foco en la evidencia:**  
 Basadas en teorías y modelos sólidos provenientes de la investigación académica y profesional, asegurando que los participantes obtengan conocimientos válidos y aplicables.
- Enfoque experiencial:**  
 Las masterclasses se centran en la experiencia práctica, permitiendo a los participantes aplicar los conceptos a situaciones reales.
- Casos prácticos:**  
 Incluyen ejemplos y estudios de caso que ilustran cómo los conceptos se implementan en diferentes contextos.
- Metodología participativa:**  
 Diseñadas para ser interactivas, promoviendo la participación activa de los asistentes a través de discusiones y dinámicas grupales.
- Desarrollo de habilidades:**  
 Se enfoca en el desarrollo de habilidades prácticas que los participantes pueden implementar de inmediato en su vida profesional y personal.
- Feedback y reflexión:**  
 Espacio para la retroalimentación, contribuyendo a un aprendizaje más profundo y

duradero.

- **Material de apoyo:**

Incluye la entrega recursos adicionales, como videos, presentaciones, lecturas recomendadas y toolkits multimedia con herramientas prácticas.

## **Relator**



**felipecortesleddy**



**felipecortesleddy**



**enfermerofeliz**

Felipe Cortés Leddy, Licenciado en Enfermería por la Universidad Católica de la Santísima Concepción en Chile (2002), y especialista en liderazgo global, bienestar organizacional y personal. Ha completado estudios en instituciones de renombre como la Universidad de Yale, la Universidad de Chile, la University for Peace (UPEACE), mandatada por Naciones Unidas y la Universidad Adolfo Ibáñez (UAI) en donde es Magíster (c) en Psicología Positiva Aplicada (MAPPA).

Es creador y director de #FELICES ([movimientofelices.org](http://movimientofelices.org)), movimiento ciudadano dedicado a fomentar el bienestar y la felicidad en la sociedad. Es también miembro del Instituto del Bienestar y de Action for Happiness, destacándose como un referente en la promoción de la salud mental. Recientemente, ocupó el cargo de Vicepresidente de la Sociedad Chilena de Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría y Consejero Nacional del Colegio de Enfermeras de Chile.

Actualmente, se desempeña como docente del Diplomado en Psicología Positiva y Bienestar (DPP-B) en la Universidad Adolfo Ibáñez y ha sido un conferencista habitual a nivel nacional e internacional en temas de salud mental y bienestar. En 2023, fue nombrado Director Nacional de Enfermería del Ministerio de Salud, liderando importantes políticas públicas relacionadas con las especialidades en enfermería, la educación de pregrado y la integración del liderazgo en todas las políticas de salud. También actúa como asesor en Humanización para la Ministra de Salud, contribuyendo al primer Plan Nacional de Humanización en Salud en Chile.

Felipe es redactor e investigador del libro "[Felicidad en Serio](#)," que aborda la ciencia del bienestar a través de diversas áreas, incluyendo la educación, el trabajo y el desarrollo personal y comunitario; este libro agotó su primera edición. Además, se desempeña como columnista en plataformas como EMOL, Buena Salud y otras, donde comparte su perspectiva

sobre salud y bienestar. Reconocido a nivel nacional e internacional, Felipe destaca como una voz influyente en el ámbito de la enfermería, el liderazgo y el bienestar.

## **Sobre #FELICES**



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



[@movimientofelices](https://www.instagram.com/movimientofelices)



[info@movimientofelices.org](mailto:info@movimientofelices.org)

#FELICES es un Movimiento Ciudadano que nació en Chile el 30 de abril de 2016 con el objetivo de promover la felicidad y el bienestar como un concepto integral a nivel comunitario. A través de acciones sencillas, basadas en evidencia científica y experiencias validadas a nivel mundial, busca generar un impacto positivo en la vida de las personas.

El movimiento forma parte de una "triada de felicidad", junto con el [Instituto del Bienestar](#) y su [Fundación](#), donde convergen talentos, ideas y acciones orientadas a crear entornos y relaciones más saludables. El nombre #FELICES es un acrónimo que encapsula siete principios fundamentales de la psicología positiva para fomentar el bienestar tanto personal como colectivo.

En poco tiempo, #FELICES ha logrado posicionarse en Chile y Latinoamérica, contando con embajadores en varios países. Apoyado por el movimiento internacional [Action for Happiness](#), fue co-partner del 1er [World Happiness Summit](#), un evento que reunió a líderes mundiales en felicidad. Además, #FELICES ha tenido presencia constante en medios de comunicación y lleva a cabo actividades en escuelas, universidades, conferencias y diversos espacios urbanos.

El movimiento hace suya la [Declaración de la Asamblea General de las Naciones Unidas de 2011](#), que reconoce la felicidad como "un objetivo humano fundamental" e insta a los países a formular políticas públicas que reflejen la importancia de la felicidad en el desarrollo. Asimismo, #FELICES promueve los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), integrando el bienestar sostenible en sus acciones y enfoques.

Finalmente, #FELICES es patrocinador del [World Happiness Fest](#), que se celebrará en Chile en 2024, consolidando su papel como líder en la promoción del bienestar y la felicidad en la

región.

## **Inscripciones y valores**

<b>Valores</b>	<b>Inscripción y pago</b>	<b>Productos entregados</b>
<b>\$20.000 CLP.</b> <b>Todo medio de pago.</b> <b>(Válido hasta el 15 de noviembre de 2024).</b> <b>Modalidad sincrónica.</b>	<b>Clic <a href="#">aquí</a></b>	Presentación y video de la masterclass Material de apoyo Certificado de participación

**Contacto: [info@movimientofelices.org](mailto:info@movimientofelices.org)**

**“El secreto para salir adelante es comenzar”**

**Mark Twain.**