

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## 2017

### ENERO

- AUTOESTIMA  
23/01/17
- ESTRATEGIAS  
APRENDIZAJE  
24/01/17
- ANSIEDAD  
ANTE LOS  
EXÁMENES  
25/01/17

### FEBRERO

- INTELIGENCIA  
EMOCIONAL  
20/02/17
- HABLAR EN  
PÚBLICO  
21/02/17
- RELAJACIÓN  
22/02/17

### MARZO

- MOTIVACIÓN  
PARA EL  
ESTUDIO  
27/03/17
- TRABAJO EN  
EQUIPO  
21/03/17
- COMUNICACIÓN  
22/03/17

### ABRIL

- AUTOCONFIANZA  
24/04/17
- SUPERAR EL  
MIEDO HABLAR  
EN PÚBLICO  
25/04/17
- ANSIEDAD ANTE  
LOS EXÁMENES  
26/04/17

**HORARIO DE 12:30 A 15:30**

Actividades gratuitas

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en [ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta **dos días antes del inicio** de la acción en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

Seminario:

## AUTOESTIMA

23/01/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario:

# ESTRATEGIAS APRENDIZAJE

**24/01/17**

**12:30 a 15:30**

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### **Inscripciones:**

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

**Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa**

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

Seminario:

## ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES

25/01/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario:

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

**20/02/17**

**12:30 a 15:30**

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### **Inscripciones:**

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

**Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa**

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario:

# HABLAR EN PÚBLICO

**21/02/17**

**12:30 a 15:30**

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### **Inscripciones:**

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

**Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa**

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario: RELAJACIÓN

22/02/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario:

# MOTIVACIÓN PARA EL ESTUDIO

27/03/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional



# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

Seminario:

## TRABAJO EN EQUIPO

21/03/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario: COMUNICACIÓN

22/03/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

Seminario:

## AUTOCONFIANZA

24/04/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

## Seminario:

# SUPERAR EL MIEDO HABLAR EN PÚBLICO

25/04/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional

# II PROGRAMA DE COMPETENCIAS PARA LA MEJORA DEL DESARROLLO ACADÉMICO Y PERSONAL

Seminario:

## ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES

26/04/17

12:30 a 15:30

Actividad gratuita

Con reconocimiento  
de créditos

### Inscripciones:

Descarga el formulario de inscripción en  
[ww.uah.es/orientacion](http://ww.uah.es/orientacion)  
y envíalo a [orientacion@uah.es](mailto:orientacion@uah.es)

Se admitirán inscripciones hasta dos días antes del inicio de la acción  
en la que se solicita la inscripción siempre que no esté completa

Servicio de Prácticas y Orientación Profesional