

apd



V AFTERWORK APD BILBAO  
/ PASIÓN POR EL NETWORKING /

ASOCIACIÓN PARA EL **PROGRESO DE LA DIRECCIÓN**



# En busca del equilibrio perdido

Transforma tu salud,  
transforma tu empresa

Bilbao, 18 de septiembre de 2018

apd



# En busca del equilibrio perdido

Transforma tu salud,  
transforma tu empresa



Desde la manzana del Paraíso a la actual manzana tecnológica, se han producido cambios verdaderamente extraordinarios. Importantes avances médicos que nos permiten vivir más y en mejores condiciones o los tecnológicos, que han supuesto una revolución imparable que ha modificado nuestra manera de entender el trabajo y las relaciones interpersonales.

Pero, **¿realmente este espectacular desarrollo conlleva un mayor equilibrio personal?**

El ritmo que la tecnología nos impone o la presión de la competencia en un mercado global, entre otros, nos empujan a llevar una vida estresante y desequilibrada. La cuestión es **¿podemos cambiar esta tendencia?**

Con la organización de la jornada **En busca del equilibrio perdido: transforma tu salud, transforma tu empresa** queremos dar la oportunidad a todos aquellos que creen que la respuesta es sí, de reflexionar sobre los pilares que pueden hacer de nosotros personas más equilibradas y felices tanto en lo personal como en lo profesional. Salud, alimentación, trabajo, deporte y naturaleza serán por una tarde el centro de toda nuestra atención.



# intervienen

## MAGO MORE

Mago, presentador, empresario, guionista, actor, conferenciante y articulista.

## ROSA MOLTÓ

Licenciada en medicina y cirugía por la Universidad de Valencia complementa su formación en inmunología en University of Texas Health Science Center y, tras su participación en varias investigaciones sobre el cáncer de mama, desde 2004 dirige en Valencia su propia clínica Pro-Aging.

## MARGARITA ÁLVAREZ

Una de las 50 mujeres más influyentes en España según la Revista Forbes. Fundadora del Observatorio de Innovación y Empleo. Su trayectoria profesional ha estado vinculada al Grupo Adecco como Directora de Marketing y Comunicación y a Coca Cola como Experiential Marketing Manager donde fue, además, presidenta de su Instituto de la Felicidad.

## EDUARDO ANITUA

Doctor en medicina y cirugía por la Universidad de Valencia. Fundador y Director Científico de B.T.I. (Biotechnology Institute), empresa especializada en implantología y en terapias regenerativas. Presidente de la Fundación Eduardo Anitua.

## ÁNGEL JAREÑO

Doctor en Competitividad Empresarial y Desarrollo Económico por la Universidad de Deusto, trabaja como Subdirector General en Grupo Uvesco y, como hobby, además de la montaña, asesora como mentor a jóvenes empresarios.



# programa

**17:45 h** Recepción de asistentes

---

**18:00 h** Bienvenida

**Miguel Ángel Lujua**

Consejero en Zona Norte de APD  
Consejero Director general de Grupo IMQ

**Gonzalo Alonso-Alegre**

Gerente de CONEKLAB

**Presenta y dinamiza**

**Mago More**

---

**18:10 h** ¿Y si fuera posible ser feliz en el trabajo?

**Margarita Álvarez**

Fundadora del Observatorio de Innovación y Empleo

---

**18:30 h** Coloquio: Aspectos a tener en cuenta para lograr el equilibrio en lo personal y en lo profesional

**Algunas de las cuestiones que se abordarán:**

- ¿Qué es la medicina integrativa y cómo puede contribuir a nuestro bienestar personal?
- Nuestro cuerpo nos envía señales ¿cuáles no debemos ignorar?
- ¿Qué relación hay entre salud y alimentación?
- ¿Qué pautas de alimentación tiene que tener en cuenta un directivo?

- ¿Cómo contribuye el deporte a nuestra salud?
- ¿Qué debo conocer sobre el sueño? ¿Puedo hacer algo para mejorar su calidad?
- ¿Es la salud un factor a tener en cuenta en la políticas de empresa?
- ¿Qué acciones concretas se pueden implementar en las organizaciones para favorecer la salud y el bienestar de las personas que las integran?

*Modera:*

**Mago More**

Mago, presentador, empresario, guionista, actor, conferenciante y articulista

*Participan:*

**Rosa Moltó**

Licenciada en medicina y cirugía.  
Especialista en medicina integrativa.

**Eduardo Anitua**

Fundador y Director Científico de B.T.I.  
(Biotechnology Institute)

**Ángel Jareño**

Subdirector General del Grupo Uvesco

**Margarita Álvarez**

Fundadora del Observatorio de Innovación y Empleo

**19:30 h** Reflexiones en clave de humor

**Mago More**

**20:00 h** Cocktail-networking

# En busca del equilibrio perdido

Transforma tu salud,  
transforma tu empresa



V AFTERWORK APD BILBAO  
/ PASIÓN POR EL NETWORKING /

inscripciones

## Informaciones prácticas

- Día: **18 de septiembre, 2018**
- Lugar: Bilbao – Palacio Euskalduna (Avda. Abandoibarra, 4)
- Horario: Recepción de asistentes: 17:45 h  
Afterwork: De 18:00 a 20:00 h (seguido de cocktail-networking)
- Inscripciones: [www.apd.es](http://www.apd.es)
- Información: 94 423 22 50 / inscripcionesnorte@apd.es

## Cuotas de inscripción

**Asistencia gratuita y exclusiva para Socios de APD e invitados de Coneklab**

No socios, solicitar información enviando un e-mail a Josu Escudero: [jescudero@apd.es](mailto:jescudero@apd.es)