



OpenWebinars certifica que  
**José Manuel Tapia Torres**

Ha superado con éxito  
**Habilidades para Afrontar el  
Teletrabajo**

Duración de la ruta  
**5 horas**

Fecha de expedición  
**12 agosto 2022**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Manuel Agudo', positioned over a large, light gray watermark of the OpenWebinars logo.

CEO de OpenWebinars  
**Manuel Agudo**

# Habilidades para Afrontar el Teletrabajo

## 1. Aprende a detectar tus estresores y manéjalos de forma positiva

### 1. Taller

Aprende a detectar tus estresores y manéjalos de forma positiva

## 2. Gestión de tiempo: ¿Cómo hacer más y estresarnos menos?

### 1. Taller

Gestión de tiempo: ¿Cómo hacer más y estresarnos menos?

## 3. Creencias limitantes y potenciadoras

### 1. Taller

Creencias limitantes y potenciadoras

## 4. Teletrabajo y conciliación

### 1. Taller

Teletrabajo y conciliación

## 5. Comunicación en el equipo de trabajo

### 1. Taller

Comunicación en el equipo de trabajo