

## **PLÁTICA: EL CAMBIO QUE BUSCAS ESTA EN TI**

El día 8 de junio del presente año, se llevó a cabo la conferencia “El Cambio que Buscas esta en ti” impartida por la Lic. Mario Sandoval, especialista en desarrollo humano y coaching personal. Partiendo de la idea que no podemos modificar las circunstancias que nos rodean, puesto que no todas ellas dependen de nosotros, el conferencista nos plantea llevar a cabo cambios desde nuestro ámbito personal.

Es decir realizar pequeñas variaciones en los hábitos y actitudes propias alteran nuestra realidad de manera positiva, dio como ejemplo tres cambios que podemos poner en práctica:

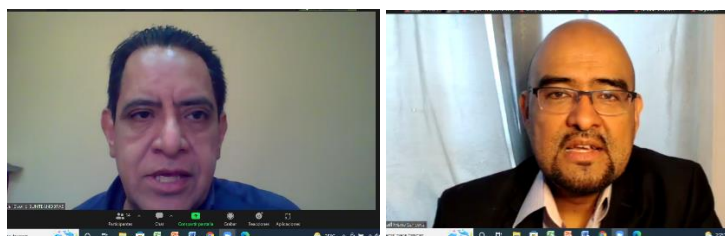
- a) Ser puntual
- b) Conocer a la gente de tu vida
- c) Empezar a saludar

Modificar nuestro enfoque y ser más comprensivo nos traerá mejores reacciones y es a través de una actitud positiva y empática, que las personas en nuestro círculo desearan ser parte de este cambio.

Nuestra capacidad de adaptación a las circunstancias permite que evolucionemos como seres humanos, además fortalece nuestras capacidades para interrelacionarnos con personas que piensan diferente.

Comento que el incluir en nuestras vidas el desarrollo tecnológico y utilizar las herramientas que están a nuestra disposición permite, no solo una mejor comprensión ante el mundo, si no que nos facilita la vida diaria.

Agradecemos a la a Lic. Mario Sandoval, la valiosa información que nos compartió, así como a los jubilados que compartieron sus experiencias.



**Atentamente**  
**Comité Ejecutivo Nacional**

