

04

horas

Gratuito

+ Titula

08 am a 12 md



REDES SOCIALES EN **NAVIDAD**

Conéctate con lo que importa



MASTERCLASS
VIVE BIEN

VIVE



¡Únete a nuestra comunidad y
transforma tu bienestar! ✨ ✨



Generamos *cambios*
positivos en la
calidad de **vida**



☀️ ¡Descubre el Programa Vive Bien de la CCSS! ☀️

Nos interesa orientar al cotizante para que se pensione exitosamente del IVM, y acompañarle a lo largo de las etapas de su vida para que logre diseñar un sólido plan de vida que le permita Jubilarse Plenamente

¿Sabías que un envejecimiento activo, marcado por **una alta calidad de vida** y un estado de bienestar, **son una prioridad para la Caja Costarricense de Seguro Social?**

En el **Programa Vive Bien**, estamos aquí para acompañarte en cada paso hacia su jubilación caracterizada por una vida con bienestar y plenitud 🤝 ❤️

🌟 ¿Qué es el Programa Vive Bien?

Es nuestra iniciativa para **promover la calidad de vida, y la preparación para la jubilación** de las personas Aseguradas y Pensionadas del IVM.



A través de este programa, ofrecemos:

- ◆ **Webinars - Masterclass** *informativas*
- ◆ **Talleres - Seminarios - Cursos** *educativos*
 - ◆ **Charlas** *de capacitación*
 - ◆ **Certificaciones** *especializadas*
 - ◆ **Grupos** *de apoyo*
 - ◆ **Campañas** *de orientación*

Introducción



☀️ ¡Bienvenidos a las Modernas Prestaciones Sociales! ☀️

🌐💡 Diseñadas con **agilidad y adaptabilidad** para un mundo en constante cambio 🚀

🎄 **La Navidad es un momento especial para reconectar con lo que realmente importa: la familia, los amigos y el verdadero espíritu navideño.**

Sin embargo, en la era de las redes sociales 🌐, es fácil perdernos en el scroll infinito y dejar de lado lo esencial. ¿Cómo podemos aprovechar estas plataformas sin alejarnos de lo que hace única esta temporada? 🎁

📱 **En este espacio descubrirás cómo utilizar las redes sociales de forma consciente para fortalecer lazos, compartir momentos genuinos y crear recuerdos inolvidables.**

Aprende a equilibrar el mundo digital con la calidez de las conexiones reales, para que esta Navidad sea verdaderamente significativa. ✨

← END ¡Gracias por unirse a nosotros! ☀️ 📊



Objetivo



🎯 **Equipar a los participantes con estrategias para usar las redes sociales de manera equilibrada durante la Navidad**, conectándose con lo que realmente importa y potenciando las relaciones personales sin perder el foco en el verdadero espíritu navideño. ✨

Beneficios

🎯 **Fortalecer las relaciones navideñas**

- 💛 Usa las redes para conectarte auténticamente con tus seres queridos.
- 🎄 Reforzar vínculos personales mediante interacciones genuinas y festivas.

🎁 **Compartir momentos sin excesos**

- 📱 Aprende a compartir recuerdos navideños sin perder el foco en lo importante.
- 🎉 Equilibra la presencia digital con la calidad de los momentos vividos.

🎄 **Conectar con propósito en redes**

- 💡 Publica contenido que inspire y conecte a otros durante las fiestas.
- ☀️ Transmite mensajes significativos que resalten el espíritu navideño.

💬 **Promover interacciones positivas**

- ☀️ Crea conversaciones amables y significativas en tus redes.
- ❤️ Fomenta un entorno de respeto y empatía en tus interacciones online.

día Único

🌟 Redes Sociales en Navidad: Conéctate con lo que importa 🌲 📱

-  **Fortalece la conexión familiar**
Usa redes para mantener vínculos cercanos y auténticos.
-  **Comparte momentos especiales**
Publica recuerdos navideños sin distraerte de la celebración real.
-  **Publica con propósito**
Crea contenido que inspire y celebre el espíritu navideño.
-  **Promueve interacciones positivas**
Fomenta conversaciones amables y significativas en tus redes.
-  **Encuentra equilibrio digital**
Combina el tiempo online con el disfrute de las fiestas en persona.
-  **Captura sin desconectar**
Toma fotos significativas sin perder el momento presente.
-  **Compra responsablemente**
Usa redes para encontrar regalos sin caer en el consumismo.
-  **Gestiona tu tiempo**
Organiza tu presencia online para no perder momentos clave.
-  **Desconecta cuando sea necesario**
Aprende a apagar el dispositivo para disfrutar de la Navidad.
-  **Publica contenido auténtico**
Refleja el verdadero espíritu navideño en tus publicaciones.
-  **Fomenta gratitud y generosidad**
Comparte mensajes de agradecimiento y bondad.
-  **Prioriza lo importante**
Enfócate en conexiones reales, usando redes como complemento.

Matrícula



M12-25 Vive Masterclass Redes Sociales en Navidad Conéctate con lo que importa

Se imparte: 15 de diciembre, de 8 am a 12 md
Cierre de matrícula: 21 de noviembre a las 4 pm



Matrícula

★ TITULO ★

APROVECHAMIENTO

★★★★★

Si logras:

- 100% de Asistencia
- Examen mayor a 70



★ TITULO ★

PARTICIPACIÓN

★★★★★

Si logras:

- 100% de Asistencia
- Examen menor a 70





Programa de Orientación en:

CALIDAD DE VIDA
PENSIONES
JUBILACIÓN

Para más información:
vivebien@ccss.sa.cr
(506) 2539-0067