

02

horas  
Gratuito  
+ Titula

10 am a 12 md



ive  
bien

2025

# CÓMO EVITAR LA ENVIDIA & que hacer si existe



WEBINAR  
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 🚀

🗣️ **¿Te has encontrado alguna vez en situaciones donde la envidia afecta tu bienestar o el de quienes te rodean?**

✨ La envidia, aunque natural, puede convertirse en un obstáculo en nuestras relaciones y desarrollo personal si no se maneja adecuadamente. Saber cómo evitarla y qué hacer cuando surge es crucial para mantener un entorno saludable y equilibrado. 💡

✨ **¡Prepárate para aprender cómo manejar la envidia de manera constructiva y transformar esos sentimientos en oportunidades de crecimiento personal y profesional!** 🚀

Al comprender y gestionar la envidia, no solo mejorarás tus relaciones interpersonales, sino que también podrás convertir ese sentimiento en un motor para tu propio éxito.

💡 **¡Es el momento de transformar desafíos en ventajas y avanzar con confianza hacia tus metas!** ✨

🔄 ¡Gracias por unirse a nosotros! ✨ 📈



# Objetivo



✨ Equipar a los participantes con **herramientas y estrategias** para evitar la envidia y gestionar de manera efectiva cuando se presente, promoviendo un **entorno de respeto** y crecimiento mutuo 🚀

## Beneficios



### Desarrollar Inteligencia Emocional



Identifica y maneja la envidia para regular emociones.



Transforma sentimientos negativos en crecimiento personal.



### Mejorar Relaciones Personales y Profesionales



Mantén relaciones saludables reduciendo la envidia.



Fomenta un entorno de confianza en tu vida personal y laboral.



### Convertir la Envidia en Motivación Positiva



Usa la envidia como impulso para alcanzar metas.



Desarrolla una mentalidad de crecimiento para lograr más.



### Promover el Autoconocimiento y la Autoaceptación















Fortalece tu autoconcepto aceptando tus fortalezas.



Aprende a valorarte y mejorar tu autoestima.

# día Único

## Transforma la envidia en oportunidades: Crecimiento y relaciones positivas

-  **Transforma la envidia en fuerza**  
Convierte las emociones negativas en motores de éxito
-  **De la envidia a la admiración**  
Cómo reestructurar pensamientos para el crecimiento
-  **Enfoca tus metas con claridad**  
Supera la envidia al centrarte en tus objetivos
-  **Impulsa tu bienestar emocional**  
Estrategias para mantener la paz interior ante la envidia
-  **Crea relaciones positivas**  
Fomenta vínculos sanos y evita la competencia negativa
-  **Fortalece tu autoestima**  
Desarrolla la confianza para neutralizar la envidia
-  **Resuelve conflictos con madurez**  
Cómo gestionar la envidia en ambientes laborales
-  **Apoya y colabora con otros**  
Transforma la envidia en oportunidades de cooperación
-  **Empieza el cambio desde hoy**  
Técnicas prácticas para evitar la envidia
-  **Construye tu éxito personal**  
Define y alcanza tus metas sin compararte con otros
-  **Haz crecer tu círculo de apoyo**  
Rodéate de personas que te inspiren y apoyen
-  **Metas poderosas**  
Visualiza un futuro libre de envidia y lleno de logros

# Matrícula



## W22-25 Vive Webinar Cómo evitar la envidia y qué hacer si existe

**Se imparte: 11 de agosto, de 10 am a 12 md  
Cierre de matrícula: 25 de julio 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](mailto:vivebien@ccss.sa.cr)  
(506) 2539-0067