

apd



ENCUENTRO PREMIUM

Cómo fomentar el bienestar en las organizaciones

Con **Marian Rojas Estapé**

Pamplona, 19 de mayo de 2026

#EncuentroAPD

70^{apd}
ANIVERSARI
2026

ORGANIZA

apd

PATROCINAN

Gobierno de Navarra  Nafarroako Gobernua



BBVA

enhol

HOWDEN

Viscofan

COLABORAN



Universidad de Navarra

DN Management

 cen
empresa navarra

ostiz audiovisuales

PRESENTACIÓN

En un entorno empresarial cada vez más exigente, la capacidad de gestionar la mente se ha convertido en una competencia estratégica para los líderes. Tomar decisiones con claridad, mantener la calma en la incertidumbre y preservar el equilibrio personal son hoy pilares imprescindibles para dirigir con eficacia.

En esta conferencia, Marian Rojas Estapé, psiquiatra y reconocida divulgadora, nos invita a comprender cómo funciona nuestra mente y qué herramientas prácticas pueden ayudarnos a manejar el estrés, regular las emociones y potenciar nuestra energía vital.

A través de un enfoque cercano, respaldado por la ciencia y centrado en la experiencia humana, exploraremos cómo cultivar la alegría como actitud entrenable y cómo generar hábitos que fortalecen la resiliencia y el bienestar.

Una sesión en la que se encontrarán claves aplicables tanto para nuestra vida profesional como para la personal y que está especialmente dirigida a quienes desean liderar con serenidad, foco y una mente bien entrenada.

PROGRAMA

12.30 h. RECEPCIÓN ASISTENTES

13.00 h. BIENVENIDA

Héctor Barbarin

Presidente en Navarra-La Rioja
APD
Director General
CNTA

13.05 h. CONVERSACIÓN DE
INTRODUCCIÓN

Modera:

Natalia Oliver

Directora de reputación Corporativa
y ASG
ENHOL

Participan:

Marian Rojas Estapé

Médico, psiquiatra y escritora

Marta Alonso

Directora territorial Norte
BBVA

Fran Murcia

Global Wellbeing Director
HOWDEN IBERIA

José Antonio Canales

Consejero Delegado
VISCOFAN

13.25 h. CÓMO DOMAR LA MENTE
Y CULTIVAR LA ALEGRÍA

Marian Rojas Estapé

Médico, psiquiatra y escritora

14.20 h. CLAUSURA

Mikel Irujo

Consejero de Industria, Transición
Ecológica y Digital Empresarial
GOBIERNO DE NAVARRA

14.30 h. FIN DEL ENCUENTRO
SEGUIDO DE VINO NAVARRO



MARIAN ROJAS ESTAPÉ

Médico especialista en psiquiatría, formada en la Universidad de Navarra, ha desarrollado su labor clínica en el Instituto Rojas Estapé. Ha investigado en Londres en el ámbito de la somatización y ha ejercido como profesora invitada en la escuela de negocios IPADE (México).

Su trayectoria combina la práctica clínica con la divulgación científica y proyectos solidarios internacionales, destacando su trabajo en Camboya con la Fundación Somaly Mam y con la ONG Por la sonrisa de un niño.

Autora de varios best sellers traducidos a más de 40 países, es una de las voces más influyentes en bienestar emocional, estrés, optimismo y educación afectiva, ofreciendo conferencias en España e Hispanoamérica.

SAVE THE DATE



Pamplona

**Teatro del Museo de la
Universidad de Navarra**
Campus Universitario, s/n
31009 Pamplona



19 de mayo de 2026

Cómo fomentar el bienestar en las organizaciones con Marian Rojas Estapé

Información práctica

- **Fecha:** 19 de mayo de 2026
- **Lugar:** Pamplona – Teatro del Museo de la Universidad de Navarra (Campus Universitario, s/n – 31009 Pamplona)
- **Horario:** **Recepción de Asistentes:** 12.30 h.
Encuentro: de 13.00 h. a 14.30 h. (seguido de vino navarro)
Dada la numerosa asistencia prevista se recomienda acudir con anticipación
- **Información:** 94 423 22 50 - inscripcionesnorte@apd.es
- **Inscripciones:** www.apd.es

Inscripción

- Asistencia gratuita para socios de APD. **Los Socios Protectores dispondrán de 8 plazas y los Socios Globales de 4 plazas por empresa.**
- No socios, consultar con Raquel Trincado rtrincado@apd.es o en el 667 964 924). **SER SOCIO DE APD TIENE IMPORTANTES VENTAJAS**

INSCRÍBETE



**LA COMUNIDAD GLOBAL DE
DIRECTIVOS**

APD Zona Norte
Jose M^a Olabarri, 2 – 48001 Bilbao
inscripcionesnorte@apd.es
94 423 22 50

Síguenos en



www.apd.es