

Programa MAV:

Fórmate como asistente virtual

- **Formato:** Talleres online y en directo. Excepto la primera sesión, que será presencial.
- **Duración:** 90 minutos por sesión
- **Grupo destinatario:** Madres con hijos/as (especialmente de 0 a 6 años)
- **Idioma:** Español
- **Total de 8 sesiones:** 1 introductoria presencial y obligatoria, 2 por tema (Habilidades Blandas, Habilidades Digitales, Habilidades Emprendedoras), 1 final

RESUMEN DE LAS SESIONES

1. Bienvenida a MAV: desayuno entre madres

Fecha: Martes, 30 de septiembre de 2025 – 10:00 CET

En esta sesión de bienvenida presencial te presentamos el proyecto MAV, su enfoque europeo y cómo convertirte en asistente virtual puede ser una salida laboral viable, flexible y realista para madres. Descubrirás qué habilidades se valoran en este perfil profesional y cómo puedes empezar a formarte en ellas.

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Lugar: Oficina Fundación Nantik Lum ([Paseo de la Castellana, 89, bajo <M> Nuevos Ministerios o Santiago Bernabéu](#))

2. Tus habilidades como madre también cuentan: conviértelas en tu nueva fortaleza laboral

Taller centrado en reconocer y valorar las habilidades transversales desarrolladas durante la maternidad —organización, comunicación, gestión emocional, etc.— y su aplicabilidad al trabajo digital.

Fecha: Jueves, 2 de octubre de 2025 – 10:00 a 11:30 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/87378710719>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formadora:

- **Sara Llanos** – Técnica en salud financiera y formadora en empleabilidad e inteligencia emocional | Fundación Nantik Lum
-

3. Aprende a comunicarte con seguridad y confianza en el mundo digital

Aprenderemos a adaptar las habilidades interpersonales al entorno virtual: comunicación con clientes, gestión de conflictos, colaboración remota y resiliencia. Incluye consejos sobre cómo mostrarlas en entrevistas o perfiles digitales.

Fecha: Martes, 7 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/84162887954>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formador:

- **Iñaki Pérez** – Consultor en psicología organizacional y experto en desarrollo de talento | Business and Change Development
-

4. Empieza a usar las herramientas digitales básicas para trabajar desde casa

Introducción práctica a las herramientas básicas que usa una VA: gestión de correo y calendarios, formularios online, plataformas colaborativas y gestión de tareas.

Fecha: Jueves, 9 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/87379193828>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formadora:

- **Amparo Valenzuela** – Responsable de comunicación y experta en visibilidad digital | Fundación Nantik Lum
-

5. Hazte visible online: redes sociales y contenidos que funcionan para tu futuro profesional

Aprende a apoyar la visibilidad digital de un cliente: diseño con Canva creación de contenido básico y estrategias de presencia digital.

Fecha: Martes, 14 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/82511379077>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formadora:

- **Amparo Valenzuela** – Responsable de comunicación y experta en visibilidad digital | Fundación Nantik Lum
-

6. Cómo darte de alta como autónoma y trabajar por tu cuenta desde casa

Aspectos básicos del autoempleo en España: cómo darse de alta como autónoma, obligaciones fiscales, tarifas, contratos, facturación y cómo estructurar tus servicios desde casa.

Fecha: Jueves, 16 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/82060972971>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formador:

- **Carlos López Yaniz** – Experto en finanzas y consultor en emprendimiento | Trayectoria en banca internacional y venture capital
-

7. SALUD FINANCIERA



Conceptos financieros básicos para madres emprendedoras, aspectos básicos sobre tipos de cuentas bancarias, píldora de VVEE, tips para tener en cuenta para gestionar mejor nuestras finanzas personales y profesionales.

Fecha: Martes, 21 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/89942822975>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

8. Crea tu marca personal y encuentra tu sitio como profesional digital

Taller para definir tu nicho profesional, diseñar tu propuesta de valor, optimizar tu perfil de LinkedIn y empezar a posicionarte.

Fecha: Jueves, 23 de octubre de 2025 – 10:00 CET

Enlace: <https://us06web.zoom.us/j/89975951621>

Facilitadora:

- **Lidia Acosta** – Técnica de Salud Financiera

Formadora:

- **Teresa de Ledesma Morales** – Directora de Marketing y Comunicación en Kantar | Experta en estrategia de marca, comunicación digital y desarrollo de proyectos con impacto social.