opusdei.org

# «¿Cómo puedo equilibrar mi vida?». Segunda temporada de LoveTalks

El 22 de abril comienza la segunda edición de LoveTalks, una serie digital de la IFFD (International Federation for Family Development), bajo el lema “Balanced Life” en donde expertos de todo el mundo ofrecerán ideas y experiencias sobre cómo integrar los diversos aspectos de la vida.

24/03/2023

# Inscripciones a la segunda temporada de "Love Talks: una vida equilibrada"

El 22 de abril se estrena la segunda temporada de LoveTalks, una serie digital de la IFFD (International Federation for Family Development), bajo el lema “Balanced Life” en donde expertos de todo el mundo ofrecerán ideas y experiencias sobre cómo integrar todos los aspectos de la vida.

Para quien es un joven profesional soltero, un recién casado o una persona que lleva décadas casada, intentar integrar todos los aspectos de la vida (familia, trabajo, formación, relaciones, vida social, tiempo libre, salud mental, deportes, etc…) puede resultar difícil.

La ONG IFFD ha visto la necesidad de profundizar en este tema que afecta el día a día de tantas familias. Desde hace años, muchas labores impulsadas por fieles y amigos de la prelatura del Opus Dei se apoyan en su experiencia y *know-how* para desarrollar cursos de orientación familiar

Por ello, tras el éxito de la primera temporada de LoveTalks: Sexualidad y afectividad, a la que se apuntaron más de 10.000 personas de 148 países y alcanzó cerca de 100.000 visualizaciones, han lanzado la segunda temporada bajo el lema "Balanced Life".

Javier Vidal-Quadras, secretario general de la IFFD, explica que esta segunda temporada "busca aliviar una sensación muy presente hoy en día de no llegar a todo, de no tener tiempo y de no saber poner en una

escala lo que verdaderamente es importante”.

En esta nueva temporada de LoveTalks, 20 expertos ofrecerán breves charlas pre-grabadas (10 a 15 minutos) en donde responderán a una pregunta o desarrollarán un tema de forma concisa, con ideas concretas sobre cómo equilibrar la vida y vivirla en armonía. Además, los participantes tendrán a disposición un archivo con otras charlas sobre sexualidad y afectividad.

Algunos títulos de las nuevas charlas son:

- Parentalidad positiva: Una relación dinámica
- Familia y trabajo, un dulce binomio
- Empresas hoy: Liderar una cultura que facilite el balance de trabajo y familia

- Cómo cultivar una mentalidad generosa en casa
- Déjate atrapar por las redes… familiares
- Salud mental: Equilibrio familia y trabajo
- ¿Los jóvenes de hoy apuestan por la familia?
- Reflexiones sobre el trabajo remoto

Leticia Rodríguez, directora de *Family Enrichment*, el área de formación de la IFFD, señala que la elección del tema se basó en rigurosas entrevistas a familias de todo el mundo que expresaban su inquietud de no poder equilibrarlo todo. “Esta segunda temporada –detalla-, además de tener gran rigor científico, prioriza las experiencias personales y prácticas de los ponentes expertos que muchas veces se encuentran en las mismas situaciones vitales que nuestros usuarios”.

La IFFD, organizadora de este evento, es una ONG internacional que promueve actividades de formación, soporte y acompañamiento para familias de todo el mundo con independencia de su raza, color, religión u origen. Presta servicios a numerosas instituciones (familiares, laborales, religiosas, etc.).

---

pdf | Documento generado automáticamente desde https://opusdei.org/es-do/article/afectividad-sexualidad-love-talks-segunda-edicion-IFFD/ (06/12/2025)