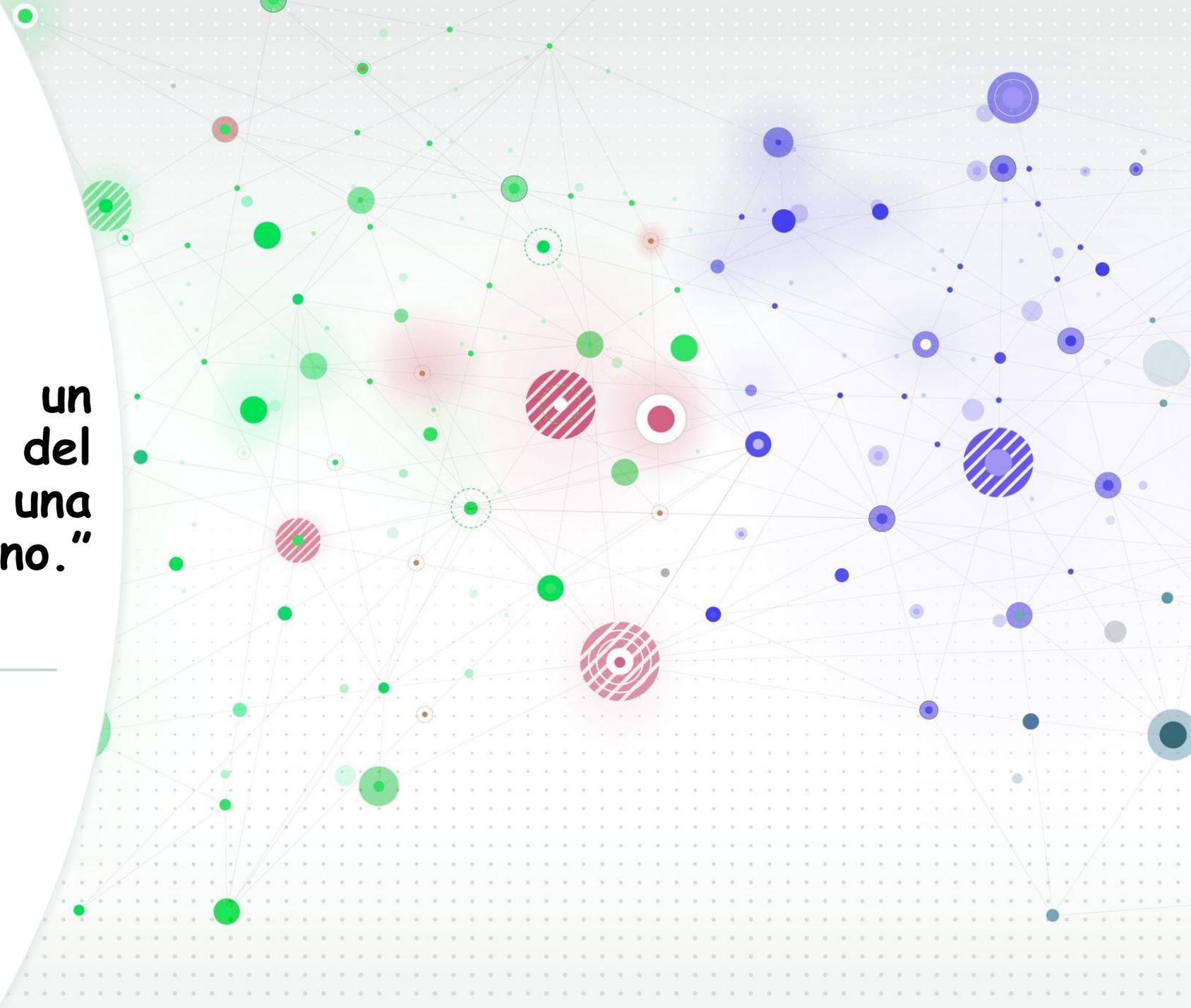


TALLER PARA EL BIENESTAR Y SALUD EMOCIONAL

Profesionales a su servicio según sus necesidades



“La buena vida es un proceso, no un estado del ser. Se trata de una dirección no un destino.”

Carl Rogers

Qué buscamos

Brindar un servicio de calidad donde se oriente las necesidades que presenta cada individuo, la organización y/o la comunidad. Por lo cual, hemos creado una serie de talleres que trabajará la gestión emocional y 6 talleres para la autoestima logrando disminuir el estrés, mejorando estilos de vida y la motivación con el reconocimiento del "yo".





Servicios ofertados

Nos enfocamos en...

Talleres de identificación y gestión emocional

- La cobija de emociones
- La olla a presión
- Los platos rotos de la vida
- El fonendoscopio interior

Talleres de autoestima

- Recicla la basura menta
- Filtra los contactos positivos
- Optimiza la psicobacteria
- Utiliza un calendario optimista
- Ampliar la cadena de favores
- Activar la cadena de favores



Talleres de identificación y gestión emocional



Lo que pretendemos es brindar reconocimiento de las emociones y lo que causan en nuestro cuerpo físico para así, gestionarla y logra los beneficios que brinda cada una de ellas y trabajar en el fortalecimiento del vínculo con uno mismo y los demás

Talleres de autoestima

Buscamos brindar una guía a través de ejercicios prácticos- reflexivos las capacidades y cualidades del individuo, así como a desarrollar habilidades de autovaloración, autoconocimiento y autoconfianza para que alcanzar una autoestima positiva.



Muchas gracias

