



Semana de Puertas Abiertas en Crearte

Empezamos Año con muy buenos propósitos
Del 11 al 15 de Enero 2021

Dífruta SPA Crearte Desde tu Casa

Un año mas, desde **Crearte Coaching**, te ofrecemos nuestra famosa **Semana de Puertas Abiertas** para seguir acompañándote en tu camino de **crecimiento personal y profesional**.

Como la última vez, hemos decidido **ponértelo aún más fácil**. Disfruta de **15 Experiencias Transformadoras** en **formato Online** y en tiempo real.

❖ **CONVERSACIONES INSPIRADORAS** de 11:00 a 12:00 hora peninsular española.

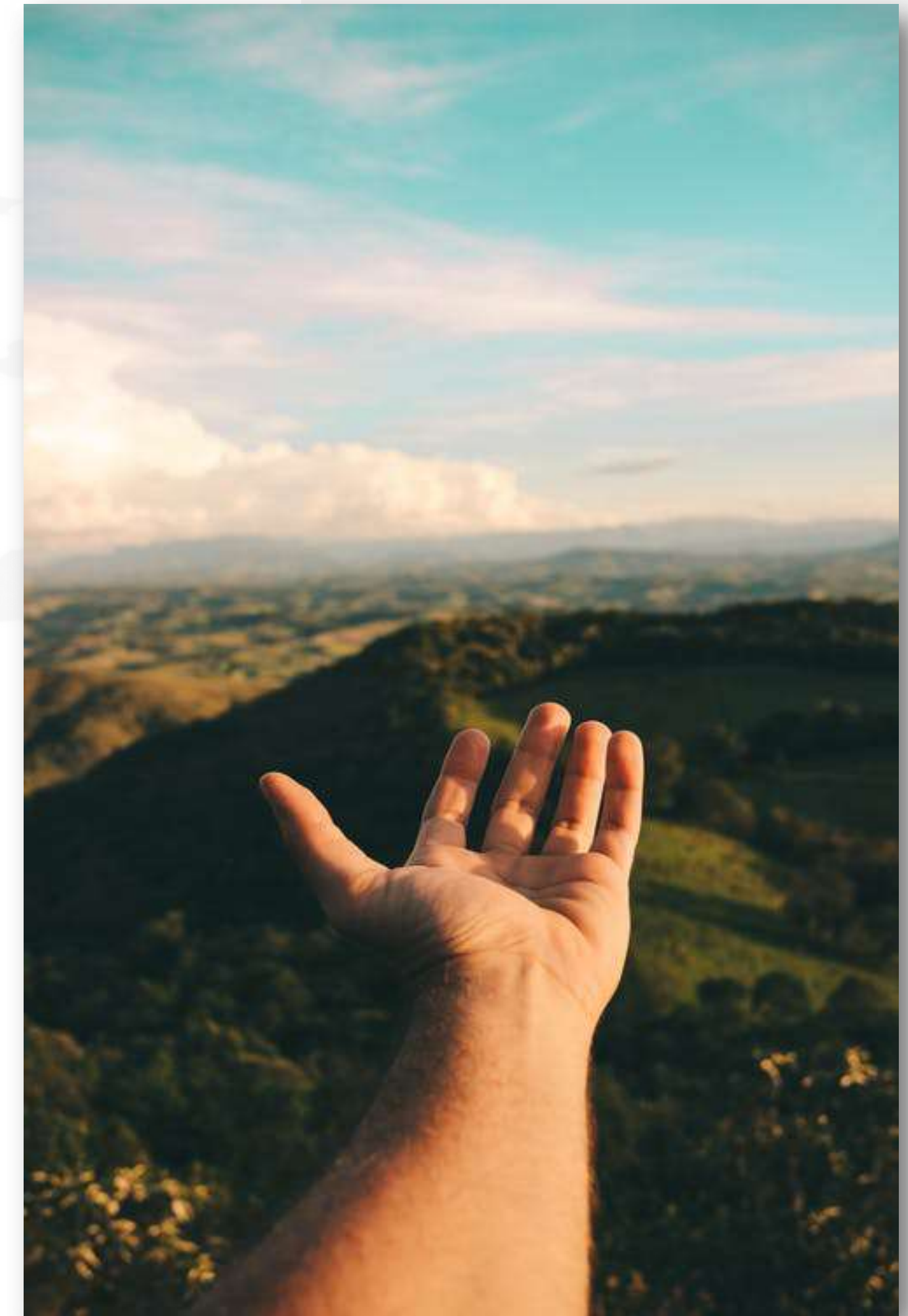
Todos las mañanas entrevistamos a antiguos alumnos que, tras su paso por Crearte, contribuyen a hacer del mundo un lugar mejor, haciendo realidad sus sueños. Déjate inspirar por sus pasos.

❖ **PILDORAS TRANSFORMADORAS** de 17:00 a 18:00 hora peninsular española.

Todas las tardes disfruta de una exclusiva colección de webinars y llévate claves y herramientas para trasladar a tu día a día.

❖ **WEBINARS DE APRENDIZAJE** de 18:30 a 20:30 hora peninsular española.

Todas las tardes descubre nuestros talleres y acércate al mundo del Coaching, la PNL, la Inteligencia Emocional, el Eneagrama y el Mindfulness, con poderosas herramientas de la mano de algunos de los mejores profesionales en estas materias.



CONVERSACIONES INSPIRADORAS

Entrevistamos a antiguos alumnos que viven de sus sueños, y que tras su paso por Crearte te compartirán sus proyectos profesionales con los que contribuyen a hacer del mundo un lugar mejor.

Déjate inspirar por todo lo que tienen para contarte.

Lunes 11



Julio Espinosa

La Espiritualidad bajada a tierra.

Te hablaré sobre la importancia de la espiritualidad en nuestro día a día, tanto al relacionarnos con nosotros mismos como con el mundo.

El poder que tiene el uso de la Consciencia para mí, a la hora de vivir una vida en paz y comprensión desde el Ser.

Cómo afrontar situaciones de duda y confusión como el "no sé", desde una visión abierta y saludable y no desde una cerrada y tóxica.

Todas las mañanas de 11:00 a 12:00 (hora Madrid)

CONVERSACIONES INSPIRADORAS

Entrevistamos a antiguos alumnos que viven de sus sueños, y que tras su paso por Crearte te compartirán sus proyectos profesionales con los que contribuyen a hacer del mundo un lugar mejor. Déjate inspirar por todo lo que tienen para contarte.

Martes 12



Sol Aguirre

Claves para encontrar tu talento innato

Aunque no lo recordemos, todos a los seis años sabíamos qué se nos daba bien, cuál era nuestra pasión, cómo era la vida ideal y soñada para nosotros. Con los años, las creencias se enquistan y van creando capas que ocultan nuestra esencia. En la búsqueda de nuestra pasión, no hemos de perseguir, sino desbrozar y aprendernos.

Miércoles 13



Laura Cobos

Sin Autoconocimiento no hay Autoestima

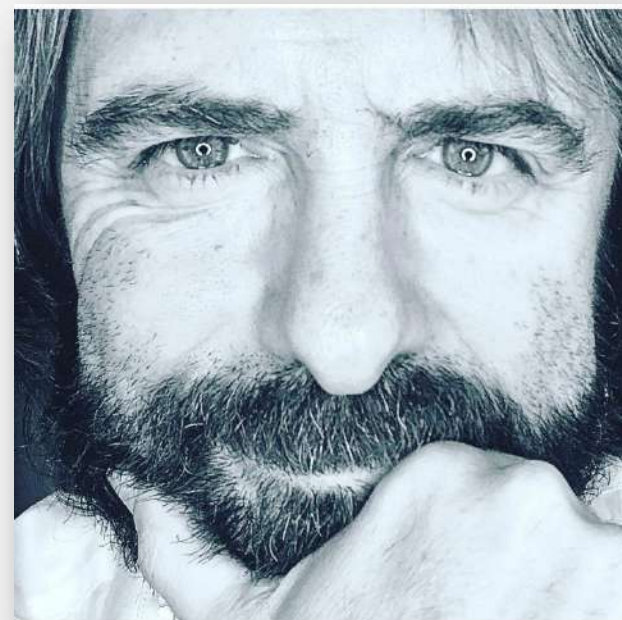
Conocerse a sí mismo es el trayecto más apasionante del mundo. En esta conversación hablaremos de conceptos y claves para iniciar el viaje a nuestro propio interior, y con ello aprender a querernos y a pulir lo que nos daña para estar un paso más cerca de la felicidad .

Todas las mañanas de 11:00 a 12:00 (hora Madrid)

CONVERSACIONES INSPIRADORAS

Entrevistamos a antiguos alumnos que viven de sus sueños, y que tras su paso por Crearte te compartirán sus proyectos profesionales con los que contribuyen a hacer del mundo un lugar mejor. Déjate inspirar por todo lo que tienen para contarte.

Jueves 14



Oscar Modrego

Cosas que me está enseñando el coaching

A través de esta entrevista voy a contar en primera persona lo que me ha cambiado la vida desde que me acerque al mundo del coaching.

Viernes 15



David Alonso Montes

Desarrollando el Talento un Caso de Éxito

Te compartiré como desde Entreculturas facilitamos un ecosistema para el talento comprometido, la realidad global y el contexto de la cooperación que nos requiere ser una organización ágil, flexible, creativa e innovadora. En este periodo hemos lanzado una estrategia orientada al cuidado de personas y equipos, cuidando la comunicación y la cohesión, y apoyándonos en herramientas digitales. ¿Quieres conocerla?

Todas las mañanas de 11:00 a 12:00 (hora Madrid)

PÍLDORAS TRANSFORMADORAS

Disfruta, junto a nuestro equipo de coaches y facilitadores, de una exclusiva colección de webinars transformadores, llenos de claves y herramientas, para que puedas ponerlas en práctica, desde ya, en tu día a día.

Lunes 11



Carina Sampó

Dialogando con mis personajes internos

Al igual que un titiritero, poseemos infinitos roles o personajes desde los que interactuar y relacionarnos. Nuestro mayor reto es elegir cuál poner a funcionar y que sea el adecuado a la situación que se nos pone delante.

Asistiendo a este webinar comenzarás a conocerlos, a saber qué les mueve y ante qué, descubrir algo de ellos, tomar conciencia y favorecer vínculos más sanos y adecuados.

¿Con quién? Contigo, con tus yoes internos y, desde ahí, con los tuyos.

Todas las tardes de 17:00 a 18:00 (hora Madrid)

PÍLDORAS TRANSFORMADORAS

Martes 12



Gema Sánchez-Cabezudo

Aprender de la Adversidad: Claves para desarrollar la Resiliencia en tiempos difíciles

Levantarse cuando nos caemos, usar el humor cuando algo no sale bien, sacar lo positivo de cualquier situación. No es fácil ¿Verdad? En este webinar te comparto algunas claves que te ayudarán a potenciar tu Resiliencia para tener una actitud más positiva ante las situaciones que nos resultan difíciles.

Todas las personas tenemos la capacidad de sobreponernos a los estímulos adversos, pero el uso decidido y firme de esta capacidad es lo que nos hace realmente resilientes. ¡Te espero!

Miércoles 13



Vladimir Livshits

Ganar dinero disfrutando. Bienestar en el trabajo.

Qué te vas a llevar asistiendo a este webinar.

- Más claridad acerca de su identidad laboral;
- Herramientas para autodiagnóstico continuo;
- Un modelo de auto-transformación para incrementar tu bienestar y tu productividad.

Todas las tardes de 17:00 a 18:00 (hora Madrid)

PÍLDORAS TRANSFORMADORAS

Jueves 14



Marta Ocampo

Mi presentación profesional y mi tarjeta interior

Actualmente el trabajo es uno de nuestros grandes retos. Para situarnos bien en los nuevos escenarios laborales no es suficiente con trazar un plan, definir metas ni hacer, entre otras cosas, una brillante presentación profesional.

Esta webinar es una oportunidad para darte cuenta de la influencia que tienen determinados aspectos personales, creencias, emociones que están encubiertos en una presentación profesional, y no favorecen el logro de los objetivos. Resaltaremos la importancia de reformular el propósito del trabajo y crear nuevas actitudes.

Viernes 15



Bernardo García

5 Actitudes para navegar por situaciones difíciles

A lo largo de la vida todos atravesamos por momentos difíciles. En esas situaciones se producen emociones, pensamientos y reacciones que nos pueden hacer el transito más o menos fácil. Este tiempo que nos está tocando vivir nos ha puesto delante de manera más clara nuestra propia vulnerabilidad. ¿De qué forma me relaciono con las dificultades? ¿Qué aprendizajes puedo realizar? ¿Cómo puedo crecer en este tipo de situaciones? ¿Qué actitudes me pueden ayudar a atravesar esos momentos? Vamos a ahondar la mirada a estas preguntas buscando en nuestra brújula interior la guía para navegar por esta parte de nuestra vida.

Todas las tardes de 17:00 a 18:00 (hora Madrid)

WEBINARS DE APRENDIZAJE

Llevamos a tu hogar nuestros **talleres prácticos** para que descubras herramientas de **Coaching, Inteligencia Emocional, PNL, Mindfulness y Eneagrama** que transformarán tu vida. Conoce y practica nuevas herramientas y descubre cómo te pueden ayudar a crecer personal y profesionalmente. Y además, te contaremos como seguir aprendiendo y certificarte con nosotros.

Lunes 11



Beatriz García Ricondo

Cambia tus creencias y cambia tu vida.

Ya sabes que creer y crear están a una sola letra de distancia. Descubre como se instalan y se desinstalan nuestras creencias y como dan forma a quien eres hoy y al mundo que ves.

Toma conciencia de tus propias creencias y de su impacto en tu vida, y practica conmigo, paso a paso, como cambiarlas. Lleva tus viajes creencias al museo de tu historia antigua.

Por un 2021 más consciente y libre ¿Ta apuntas?

Todas las tardes de 18:30 a 20:30 (hora Madrid)

WEBINARS DE APRENDIZAJE

Martes 12



Beatriz García Ricondo

Pon color a tus emociones y da luz a tu vida

¿Hay emociones buenas y malas? La respuesta es NO. Aunque algunas emociones te gusten más que otras, todas son positivas y escucharlas te abre el camino a darte lo que necesitas. Descubre en este taller cómo abrazarlas todas, y llévate sencillas claves para que en 2021 puedas cultivar más, esas emociones que si te agradan.

Miércoles 13



Almudena Gómez Muñoz

Cómo mejorar tus relaciones con Eneagrama

Conoce de primera mano esta extraordinaria disciplina de auto conocimiento y desarrollo personal. Un mapa del comportamiento humano que te permitirá comenzar a relacionarte mejor contigo mism@ y con las demás personas. ¡Te espero!

Todas las tardes de 18:30 a 20:30 (hora Madrid)

WEBINARS DE APRENDIZAJE

Jueves 14



Jose Luis Yañez

Sesión grupal en vivo de Integración de Niveles Lógicos con PNL

Disfruta una sesión grupal de Integración de Niveles Lógicos. Una de las técnicas más celebradas de la PNL, para conectar nuestras acciones y decisiones diarias con nuestra misión personal y propósito vital trascendente.

Para encontrar nuevas respuestas lo mejor es hacerse nuevas preguntas. Tus nuevas preguntas comenzarán a aparecer al poco tiempo de realizar este ejercicio de Integración de Niveles Lógicos, cuando ese Mega-Computador Cuántico tuyo, también conocido como "Tu Mente Inconsciente", comience ejecutar el programa de "Integración de Niveles Lógicos" que cargaremos en esta sesión. *Para aprovechar al máximo la sesión, recomendamos usar unos auriculares que reproduzcan toda la gama de frecuencias y cubran todo el pabellón auditivo.

Viernes 15



Beatriz García Ricondo

Gestiona tu Estrés Emocional con Mindfulness

Frustración, rabia, inquietud, desgana, ansiedad, incertidumbre, etc. Son muchas las emociones por las que transitamos en el día a día. Vivimos momentos difíciles y nuestra reactividad emocional quizá está más a flor de piel que nunca. Descubre como la respuesta mediada por Mindfulness te ofrece la posibilidad de parar el ciclo de reactividad, de hacer una pausa para elegir con más libertad la respuesta que quieres dar en cada momento.

Todas las tardes de 18:30 a 20:30 (hora Madrid)

AGENDA DE LA SEMANA

Día	11:00 a 12:00 horas	17:00 a 18:00 horas	18:30 a 20:30 horas
Lunes	La Espiritualidad bajada a Tierra Julio Espinosa	Dialogando con mis personajes internos Carina Sampó	Cambia tus creencias y cambia tu vida Beatriz García Ricondo
Martes	Claves para encontrar tu Talento innato Sol Aguirre	Aprender de la Adversidad: Claves para desarrollar la Resiliencia en tiempos difíciles Gema Sánchez-Cabezudo	Pon color a tus emociones y da luz a tu vida Beatriz García Ricondo
Miércoles	Sin Autoconocimiento no hay Autoestima Laura Cobos	Ganar dinero disfrutando. Bienestar en el trabajo Vladimir Livshits	Cómo mejorar tus relaciones con Eneagrama Almudena Gómez Muñoz
Jueves	Cosas que me está enseñando el Coaching Óscar Modrego	Mi presentación profesional y mi tarjeta interior Marta Ocampo	Sesión grupal en vivo de Integración de Niveles Lógicos con PNL José Luis Yáñez
Viernes	Desarrollando el Talento: un Caso de Éxito David Alonso	5 Actitudes para navegar por situaciones difíciles. Bernardo García Carrera	Gestiona tu Estrés Emocional con Mindfulness Beatriz García Ricondo

CONTACTO



CONTACTO E INSCRIPCIÓN

info@creartecoaching.com

+34 91 081 52 41 +34 630 439 857

www.creartecoaching.com

C/ Miguel Yuste, 17

Madrid - 28037

España

