

TALLER: "COACHING PARA MUJERES"



Una mirada femenina desde el Coaching y la Inteligencia Emocional

Una mirada a tus objetivos y a tu mundo emocional, ayudándote a la puesta en práctica alineando tus acciones con tus emociones y pensamientos.

Desde el Coaching te ayudaremos a canalizar tus esfuerzos hacia el objetivo que te propongas.

Desde la Inteligencia Emocional podrás sentir y escuchar tus emociones para adaptarte mejor a los cambios externos.

el **COACHING** pondrá ruedas a **TUS OBJETIVOS**
la **INTELIGENCIA EMOCIONAL** dotará de voz a **TUS EMOCIONES** durante el cambio

"Todo cambio atemoriza, aun aquellos que soñamos con realizar. No hay garantías, sólo la ilusión de alcanzar lo que deseamos. Todo paso es un salto al vacío pero también la posibilidad de realización"

-Arsenio Hall, actor americano-

Objetivos del taller:

- Reflexionar sobre nuestros sueños, nuestros objetivos y el sentido de nuestra vida.
- Analizar nuestras creencias relacionadas con nuestra identidad femenina.
- Aprender a observar nuestras emociones y alinearlas con nuestras acciones y pensamientos.
- Aprender a diseñar un plan personal estratégico.
- Practicar ejercicios que nos permitan desarrollar la creatividad en nuestra vida diaria.



Taller impartido por:



Mayte Saavedra Talavera

Fundadora y Directora del Primer Portal Español de Inteligencia Emocional. Practitioner en PNL. Conferenciante y Entrenadora Emocional. Ha colaborado con la Universidad de Barcelona. Ha participado en medios de prensa escrita, en radio y en televisión.



Carolina de León

Psicóloga, Master en RRHH y Consultoría en las organizaciones, Practitioner en PNL, Coaching Co-activo. Con más de 10 años de experiencia como Consultora en RRHH y Formadora en habilidades de autogestión. En los últimos dos años ha desarrollado el coaching como área profesional.

2 de Octubre, de 9:00 a 18:00

Lugar: Café La Ópera, Las Ramblas, 74, 2º piso (Metro Liceo, línea 3)

Precio: 60 euros (incluye desayuno)

Fecha límite inscripción: 23 de Septiembre

Inscripción previa e información: info@inteligenciaemocional-portal.org,

Contacto: 639.756.346 (Mayte)

El pago anticipado lo pueden hacer en la siguiente cuenta bancaria antes de la fecha límite para la inscripción: **3025 0005 81 1433245986 (Caixa d'Enginyers)** (PONER SU NOMBRE EN EL INGRESO)

Plazas limitadas

La **Agenda** del taller será la siguiente:

- 9:00-10:00 - **Desayuno y Tertulia** sobre "La posición de la mujer en la sociedad actual: carencias y fortalezas"
- 10:00-13:00 - **Taller "Coaching para mujeres"**, impartido por Carolina de León
- 13:00-15:00 - Comida (el precio del taller no incluye la comida, sí el desayuno)
- 15:00- 18:00 - **Taller "Inteligencia Emocional para mujeres"**, impartido por Mayte Saavedra