

Make the Most of Your Stay

Wellbeing

Living the Life you Desire

Sabemos que la experiencia como expat te invita a reflexionar y redefinir tus metas personales y profesionales de manera continua. Asimismo, sabemos que durante tu estancia en otro país te enfrentas a una nueva cultura, que pone a prueba constante tu capacidad para desarrollar y mantener tu plan de vida.

Tomando esto en consideración, hemos diseñado una serie de talleres que apoyen a las personas como tú a brillar, reafirmando o adquiriendo herramientas que les permitan lograr sus sueños y objetivos.

“Vive la Vida que Deseas” es un taller que brinda apoyo en la creación de estrategias de vida que resulten en experiencias efectivas y satisfactorias. El taller apoya guiando en la organización de prioridades, al mismo tiempo que invita a renovar la pasión por la felicidad y el bienestar personal.

Hemos tenido la oportunidad de impartir este taller logrando increíbles resultados en la creación de relaciones humanas mucho más sinceras y significativas, mejorando principalmente la relación que se tiene con uno mismo.

Contenido

- * Usando el Poder de la Palabra y la Imaginación.
- * Visualizaciones - Escenarios ideales.
- * Afirmaciones
- * Intención
- * Diálogo Interno Positivo y cooperativo.
- * Compromiso con uno mismo.
- * Comunicación Centrada en la Persona.

- * Escuchar Conscientemente– persona, significado, tonalidad, contenido.
- * Preguntas Abiertas – Descubrir lo que realmente nos quieren comunicar.
- * Aceptación
- * Ideas Irracionales
- * Tomar Responsabilidad
- * Ver Oportunidades en Problemas.
- * Proyecciones.
- * Actividades a Nuestro Favor - Acciones que nos ayudan a disfrutar más nuestro trabajo de forma física, mental, emocional y espiritual.

Bio de nuestra Especialista – Diana Prieto

Los talleres son impartidos por un equipo profesional en psicológica, meditación y Coaching personal, encabezado por Diana Prieto.

Diana es maestra en Psicología Espiritual por la Universidad de Santa Mónica (Los Ángeles California, EUA). Sus estudios de licenciatura en Psicología fueron cursados en la Universidad Iberoamericana (México / España). En su experiencia laboral se desempeñó como gerente de recursos humanos de una conocida compañía multinacional en sistemas electrónicos.

Actualmente, Diana es la psicóloga de **Meet Point** encargada de los temas de bienestar y apoyo en situaciones de cultural shock.

Especificaciones Generales

Idioma: Los talleres se encuentran disponibles en español e inglés. No obstante, se puede incorporar apoyo en la traducción de francés y portugués para el entendimiento de significados esenciales.



Duración: 16 horas (4 Sesiones de 4 horas cada una).

Precio por persona: \$1,920 pesos (incluye material).

Ubicación: Centro Ser-Estar, Exhacienda Jesús del Monte, Huixquilucan (muy cerca de Interlomas); o en las del cliente. Si se elige la segunda opción es necesario contar con al menos 4 personas para cada sesión y se necesitará un lugar con el espacio necesario para las personas, sillas, así como una pantalla o pared para proyectar.

Reservaciones e información: contact@meetpoint.com.mx / +(52) (55) 55 89 47 67

“Everything we do is infused with the energy with which we do it. If we’re frantic, life will be frantic. If we’re peaceful, life will be peaceful. And so our goal in any situation becomes inner peace. Our internal state determines our experience of our lives; our experiences do not determine our internal state” **Marianne Williamson**