0.0

Comentarios (0)

Margarita Castillo Flores

Ciudad De México, México
Conferencista | Capacitador | Docente | Moderador | Panelista

País de residencia: México

Nacionalidad: México

Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

Hàbitos corporales antiestrès, Habilidades Sociales, Hábitos para comunicación sana, Líderes conscientes, Tècnicas Hablar en pùblico, Comunicaciòn emotiva, Medidas para la NOM035.

Descripción del perfil

Profesional de la Comunicación, facilitadora de la metodología de respiración consciente SoundBreath y con estudios en Psicoterapia Corporal Humanista. Es especialista en Comunicación Corporativa, Relaciones Públicas, Producción televisiva y Publicidad. Cuenta con experiencia como presentadora de TV, locutora, presentadora de eventos/congresos y conferencista. Crea el programa Be Healthy & Well at Work (salud ocupacional, física, emocional, mental y relacional). Instructora de talleres como: Hábitos corporales antiestrès, Comunicaciòn Emotiva, Cumplimiento y Mejores pràcticas de la NOM 035 (factores de riesgo psicosocial en el trabajo) y Habilidades y elementos clave para exponer en público. Creadora y conductora del podcast “Bienestar en tus palabras”, una serie de entrevistas sobre temas que impactan el bienestar en la familia, el trabajo y la comunidad. Con 23 años de experiencia profesional, Margarita es actualmente Directora y Fundadora de BE Training, una consultorìa en capacitaciòn y entrenamiento en comunicaciòn, bienestar laboral y transformaciòn. C

Conferencias, Cursos o Talleres

Hàbitos corporales antiestrès

De 2 Horas a 4 Horas

OBJETIVO: Identificar y aplicar hábitos corporales sanos para manejar el estrés personal y laboral.

Habilidades y elementos clave para hablar en pùblico

4 Horas o más

OBJETIVO: Conocer los elementos básicos al exponer en público y fortalecer las habilidades clave de comunicación para lograr una conferencia de impacto en la audiencia.

Habilidades Sociales para mejorar el trato con los demás

De 2 Horas a 4 Horas

OBJETIVO: Fortalecer la expresión y trato con los demás a través de técnicas y herramientas que facilitan el desarrollo de habilidades sociales.

Puntos clave de la NOM 035 (factores de riesgo psicosocial en el trabajo)

4 Horas o más

OBJETIVO: Conocer el proceso de cumplimiento de la NOM 035 y mejores pràcticas de bienestar para prevenir factores de riesgo psicosocial y promover la salud en el lugar de trabajo.

Líderes conscientes

De 1 Hora a 2 Horas
Abordaremos lo que significa un líder en conciencia, los factores de un buen desempeño y las ventajas de un equipo colaborativo, además reflexionaremos sobre los elementos que determinan una calidad de vida personal y profesional. Apuntaremos hacia cuatro pasos para crear conversaciones más claras y empáticas, destacando, como antecedente, una de las principales ventajas de un equipo colaborativo: la comunicación. En su versión taller

incluye ejercicios de integración de equipos, reforzamiento de cultura organizacional, disposición al reto e intercambio de ideas.

Experiencias

Directora y Fundadora

Be Training

2017 - Actual

Gerente de Comunicaciòn Corporativa

PwC Mèxico

2003 - 2016

Conductora Videoconferencias

ILCE

2001 - 2002

Directora

Coparmex Aguascalientes

2000 - 2001

Gerente de Prensa

Coparmex Nacional

1997 - 2000

Conductora del Programa: Tiempo de Filmoteca

TV UNAM

1997 - 1999

Ejecutiva de cuenta

Nùcleo Creativo

1996 - 1997

Estudios

Licenciatura en Periodismo y Comunicaciòn Colectiva

UNAM-FES ACATLÀN

1996

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/margarita-441611