

0.0

Comentarios (0)

Paulina Moreno

Ciudad De México, México
Conferencista | Coach

País de residencia: México

Nacionalidad: México

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Aplicación Mental, 7 hábitos para vida saludable, La fórmula de la felicidad, Concreta tus sueños, Time Management, Tu mejor estilo de vida.

Descripción del perfil

Soy fundadora de Benefit Lab, empresa dedicada a crear planes de bienestar para profesionistas y empresas. Mi misión es acompañar a los profesionistas y personas ocupadas a llevar un estilo de vida que les permita sentirse más productivos, más concentrados, con más energía, más sanos y con menos estrés. Soy Lic. en Mercadotecnia por el Tec de Monterrey y cuento con una maestría en Administración de Negocios por Maastricht University en Holanda. Soy speaker y Coach en Nutrición Integral certificada por el Institute for Integrative Nutrition de Nueva York y creadora de la primera certificación en español de Workplace Wellness para expertos en bienestar en donde he capacitado a más 100 expertos para que aprendan a diseñar planes de bienestar laboral. Tengo más de 15 años de experiencia profesional y los últimos 6 años he trabajado para empresas de diversas industrias diseñando programas para sus colaboradores enfocados en alimentación, estilo de vida saludable, reducción de estrés, aumento de productividad y realización personal. Algunas de las marcas que han confiado en Benefit Lab son: Telefónica Movistar, Ford, Bosch, Phillips, KTBO, Uber, PGIM, HSI, Laboratoria, AT&T y Netflix.

Conferencias, Cursos o Talleres

Cómo lograr un equilibrio entre el trabajo y la vida personal como mujer de negocios

De 1 Hora a 2 Horas

Esta sesión entregará herramientas para que las asistentes aprendan a crear la fórmula de bienestar personal que les permita minimizar el estrés producido por las altas demandas del entorno y maximizar las experiencias positivas de su vida.

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/soporte