

0.0

Comentarios (0)

Elvira Patricia Mieles Benavides

Bogotá, Colombia
Conferencista | Capacitador | Coach

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Liderazgo y comunicación, Empoderamiento femenino, Corporalidad, Coaching de Equipos, Coaching de emociones, Propósito de vida, Inteligencia Emocional.

Descripción del perfil

Fundadora y Directora de la fundación Mujer Vital. Comunicadora Social y Periodista de la Fundación Universitaria Los Libertadores. Magíster en Coaching Directivo y Liderazgo de la Universidad de Barcelona. Amplia experiencia en talleres enfocados en empoderamiento femenino y adolescente, Coaching de Equipos, talleres de liderazgo y gestión de la corporalidad. Apasionada por el baile, la lectura, el cine y el servicio social. Entrenadora certificada de Pilates y Kutara, métodos que vinculan el cuerpo y la mente y proporcionan conciencia corporal. Ha diseñado un método que combina las herramientas utilizadas en el proceso de coaching y el entrenamiento físico, con el fin de conectar las emociones con el cuerpo y descubrir una nueva manera de aprender desde la corporalidad. Soy una mujer plena, agradecida y dispuesta a poner mis habilidades y conocimientos al servicio de los demás. Mi pasión es escuchar y acompañar con amor a las personas a desarrollar sus fortalezas, a encontrar su propósito y descubrir su propio potencial; esto me ha permitido experimentar que el aprendizaje y la transformación son permanentes. Mi propósito es acompañar a las personas a tener consciencia de su ser y de su comunicación, a descubrir y desarrollar sus fortalezas, sus actitudes, sus aptitudes y vivir en plenitud; esto me ha permitido reconocer mis propias capacidades y talentos.

Conferencias, Cursos o Talleres

Sentido Vital - La fuerza de un propósito

De 1 Hora a 2 Horas

La necesidad de comprender a qué vinimos al mundo y la lectura del libro “El hombre en busca de sentido” de Viktor Frankl, inspiraron esta charla. La búsqueda del sentido vital es común a todos los seres humanos. En esa exploración descubrí la importancia de disfrutar el camino, de vivir motivada, agradecida y asumiendo los retos con amor, valentía y decisión para encontrar el propósito, el cual no es el fin sino el recorrido. Sentido Vital – La fuerza de un propósito es una experiencia que inicia reconociendo quiénes somos, cuáles son nuestros valores y finaliza entendiendo que, aunque diferentes, todos tenemos algo en común: la necesidad de encontrar un camino que nos permita vivir en plenitud.

Encuentro Mujer Vital

De 2 Horas a 4 Horas

La experiencia Mujer Vital ofrece un espacio de reencuentro a través de un sistema que permite: Aprender a reconocer emociones propias y las de quienes les rodean. Aumentar la confianza. Reconocer y respetar las diferencias. Desarrollar la empatía y la comunicación asertiva. Reconocer la responsabilidad propia dentro de la sociedad.

Mujer Vital suelta las cargas

De 2 Horas a 4 Horas

Aprende a soltar las cargas que te hacen sentir agotada, que te impiden avanzar con motivación hacia tus sueños. Una experiencia en la que te encuentras contigo misma y en la que descubres tu cuerpo, tu ser interior y te reconcilias con tu plenitud.

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/elvira-patricia