


TALLER VIVENCIAL

Mis Límites son **mi Amor Propio**

Lo que necesitas aprender y desaprender
para poner límites saludables

18 | Abril | 2020

A photograph of a potted plant with large, heart-shaped green leaves and several red flowers. The plant is in a reddish-brown pot. The background is blurred, showing what appears to be a crowd of people in an indoor setting. A semi-transparent dark circle is overlaid on the left side of the image, containing text.

A lo largo de 25 años de experiencia en mi trabajo con personas, he escuchado en incontables ocasiones: "Es que no sé poner límites". Lo sienten así con sus parejas, sus hijos e hijas, sus familiares, sus compañeros de trabajo, jefes o superiores, todas estas son personas con quienes viven relaciones que terminan siendo tóxicas porque no lograron definir qué cosas sí estaban dispuestos a aceptar y que cosas definitivamente no deseaban en sus vidas.



*Aprendamos junt@s
La Fórmula para poner Límites Saludables*

“Mis Límites son Mi Amor Propio”

es un taller práctico y vivencial creado para que puedas zambullirte en este tema de manera que logres entenderte a ti mismo/a para que comiences a tomar decisiones acordes con lo que realmente quieres para ti. Soltar ese látigo con el que castigas a otros y también a ti. Elegirte como la persona más importante. Y que en base a todo esto, puedas establecer relaciones saludables con quienes te rodean.

Dirigido a:

- Público en general (Menores de edad puedes asistir a partir de los 15 años y en compañía de sus padres)
- Coaches y terapeutas que desean adquirir herramientas para el trabajo con sus clientes

Inversión:

Preventa hasta el 31/03: S/180 soles
Precio regular: S/220 soles



Claudia Montalvo

Coach Ontológica Integral certificada por la Escuela Aserentido, así como por la Asociación de Coaches Ontológicos Certificados de Perú (ACCOP) y la Federación Internacional de Coaching Ontológico Profesional (FICOP).

Facilitadora de talleres de transformación personal. Certificada como Practitioner en la metodología Points Of You. Certificada como Consultora en PNL por la Escuela Latinoamericana de Programación Neurolingüística. Certificada como Practitioner en la Metodología Consciencia y Meditación Cuántica. Entrenadora para la organización holandesa Libre Foundation.

Comunicadora Social y Organizacional graduada de la UNMSM. Emprendedora, Escritora, autora del Libro "100 textos tardíos". Con experiencia de más de 25 años diseñando y facilitando talleres en temas vinculados a crecimiento personal. Ha trabajado con adolescentes y mujeres de organizaciones sociales de base a través de ONGs como Inppares, Manuela Ramos, Flora Tristán, CEPESJU y Promsex, así como con los Ministerios de Salud y de Educación de Perú. Actualmente está escribiendo su segundo libro "Palabras Reales". Además, es creadora y facilitadora de los Talleres "El Valor del Presente", "El Poder de mi Amor" y "Mis límites son mi Amor Propio".