

# PROGRAMA DE COACHING PERSONAL

Es un Programa de Coaching Personal que realizaremos en 6 sesiones individuales .

Movilizaremos ciertas cosas que están estancadas en tu vida.

Es una instancia para que puedas descubrir nuevos y mejores aspectos de ti y mirar de diferentes focos aquellas cosas difíciles.

Es un proceso de sanación y transformación.

Nos enfocaremos en aquello que quieres cambiar y/o incorporar en tu Vida, utilizando diferentes herramientas como la PNL, Psicología Positiva, Neurociencia, Mindfulness, Tantra, entre otros.

# UN POCO DE MI

Me llamo Alejandra Ortiz.

Soy Coach profesional,  
especializada en  
PNL, Psicología Positiva y  
Mindfulness.

Soy instructora de yoga con  
formación en Chile y en India.

Directora de Be Balance,  
Centro de Salud y Bienestar.

Socia y Fundadora de  
En Positivo,  
equipo enfocado al Bienestar  
Organizacional y Educativo.



Hace 22 años inicié mi camino  
de Transformación Personal.  
Y me dedico profesionalmente  
hace 14 años a acompañar  
procesos de Cambio, Sanación y  
Transformación a través de  
diferentes herramientas.

PSICOLOGÍA POSITIVA  
YOGA  
MINDFULNESS  
PNL

@ale.tucoach

# ¿ CÓMO TE PUEDO AYUDAR?

Te acompaño de manera profesional,  
confidencial y amorosa en tu proceso de  
Cambio, Sanación y Transformación.

Cada sesión es un encuentro contigo.  
Es un camino de Consciencia, Amor y  
Libertad Personal.

Serás tu quien se descubra.  
Serás tu quien se dará permiso para  
SER otra FORMA de SER.

¿TIENES UN OBJETIVO?

entonces

¡VAMOS POR ELLO!

Mi formación como Coach me dio  
excelentes herramientas para  
convertir tu sueño en una meta.

Y esto ¡me APASIONA!

Vamos a CONCRETAR eso que  
tanto quieres para tu vida.

Sea lo que sea... Si para ti es  
importante, entonces le daremos  
FORMA, le pondremos FOCO,  
acelerador, amor, entusiasmo,  
consciencia y ACCIÓN.

@ale.tucoach

# ¿QUÉ ES LO QUE QUIERES?

¡AQUÍ TE DOY ALGUNAS IDEAS!

- Sentirme en Paz
- Desestresarme
- Necesito "Parar"
- Sanar una enfermedad y/o vivirla de la mejor manera posible.
- Perdonar
- Volver a Reír
- Confiar
- Bajar de peso
- Aprender a Amarme
- Cambiar de trabajo
- Tener más Autoconfianza
- Terminar una relación tóxica
- Reinventarme
- Reconstruir mi autoestima
- Incorporar nuevos hábitos
- Aprender a Comunicarme
- Aprender a estar solo(a)
- Volver a conocerme

@ale.tucoach

CADA SESIÓN SERÁ  
TIEMPO GANADO...  
¡TE LO ASEGURO!

@ale.tucoach

## NUESTRAS SESIONES

Nos reuniremos 3 veces de Forma Presencial y 3 veces OnLine (si no eres de la V Región)

Cada sesión tiene una duración de 60min aprox.

El valor total del programa es de \$240.000-

### **Forma de Pago**

Se cancela la totalidad al inicio del programa o la mitad al inicio del programa y la otra mitad antes de la última sesión.

### **Datos Transferencia:**

Nombre: Alejandra Ortiz González

Banco Santander

Cuenta Vista: 001100266306

Rut: 15.069.000-5

Mail: ale.ortizg@gmail.com

@ale.tucoach

# QUIERO SER TESTIGO DE TU TRANSFORMACIÓN

¿Te acompaño?

*Alejandra Ortiz G.*

@ale.tucoach