



**SEMILLA DE  
CAMBIO**

---



UN PROGRAMA PARA MUJERES  
DECIDIDAS A LIDERAR EL CAMBIO  
QUE QUEREMOS VER EN EL MUNDO

...están dispuestas a sumergirse en su zona de expansión .

...apuestan por una forma distinta de abordar su reto profesional.

...quieren cambiar las reglas de juego.

## **PARA MUJERES QUE...**

...desean desarrollar su estilo más genuino de liderazgo.

**...quieren encontrarse con otras mujeres para construir algo más grande que nosotras mismas.**

# CONTENIDO

**Liderar:** ¿Qué, cómo, para qué, desde dónde quiero liderar como mujer?

**Barreras a nuestro desarrollo profesional:** creencias, estereotipos, prejuicios, sesgos inconscientes, autoconfianza.

**La caja de los síndromes:** de la Impostora, de la Abeja Reina, de la Blancanieves, del Peldaño Roto, del Techo de Cristal, de la Carga Mental.

**MOMA:** equilibrio entre lo femenino y lo masculino. Para liderar de una forma más integradora y plena.

**Manejo del entorno:** cómo gestionar la incertidumbre, el exceso de demandas, la complejidad de roles como mujeres...

**Habilidades y actitudes para el liderazgo:** tomar la voz, gestionar límites, visión compartida, nuevo estilo de relaciones de sororidad, colaboración entre hombres y mujeres.

**Comunicación efectiva:** herramientas para una comunicación de impacto.

**Networking y visibilidad:** gestión de las relaciones y marca personal.

**Equilibrio entre la vida profesional y privada:** gestión de la agenda. Corresponsabilidad y conciliación.

**Cuidándome para liderar:** cuerpo, mente y alma.

**Liderazgo genuino:** descubriendo mi estilo genuino de liderazgo.

**Plan de Acción Personal:** planificación y ejecución para alcanzar mi objetivo.



# AÑADIENDO VALOR

- Sesiones de coaching/mentoring individual o grupal.
- Trabajo en duplas entre sesiones.
- Inicio del programa: 4 días en la naturaleza (presencial).\*
- Sesiones grupales online.
- Acceso a una red de referentes de alcance global (REDDER).

\*si no fuera posible por causa del COVID, se iniciaría el Programa en modo online.



Un programa innovador que arranca en un idílico paraje cercano a Barcelona y continúa a través de un recorrido online.



**Este es un viaje de conexión entre lo profesional y lo personal, entre los sueños y la realidad, entre mujeres que quieren volar alto.**

**NOVIEMBRE, DICIEMBRE, ENERO, FEBRERO Y MARZO 2022**

Segundo martes de cada mes, sesión online de 4h de duración y acompañamiento de coaching/mentoring personal entre sesiones.

**Del 25 al 28 de OCTUBRE 2021**

4 días de inmersión rodeados de naturaleza cerca de Barcelona.\*

\*si no fuera posible por causa del COVID, se iniciaría el Programa en modo online Estancia en hotel, desplazamientos y manutención, no incluido en el precio de la formación.

**ABRIL 2022**

De forma opcional, en el mes de Abril celebraremos un encuentro en Uruguay participando también en la primera edición de Redder Global.

\*Coste no incluido en el precio del Programa



📍 L'AVENC DE TAVERTET

[www.avenc.com](http://www.avenc.com)





**Chus Sanz**

"Creo que las mujeres somos protagonistas de una humanización nueva que empieza por nosotras mismas. Tomar riesgos, el primero de ellos, la valentía de conectarnos y reconectar nuestra realidad con nuevas decisiones".



**Mercè Brey**

"Nos hemos incorporado al mundo laboral emulando un modelo que no nos es propio. Es preciso que nos despojemos de toda influencia y que imprimamos nuestra propia huella, honrando nuestra esencia de mujer".

# INFORMACIÓN DE INTERÉS

## FECHAS

**25 al 28 de Octubre** inicio presencial en Tavertet (Barcelona) \*

### Sesiones Online:

- 9 Noviembre
- 14 Diciembre
- 11 Enero
- 8 Febrero
- 15 Marzo

**Abril 2022:** encuentro presencial en Uruguay (opcional)

\*Si por exigencias del COVID no fuera posible la presencialidad, iniciaríamos el Programa en formato online intensivo (6h al día), quedando abierta la posibilidad de encuentro presencial en momento más oportuno.

## PRECIO

**1200 €\***

\*no incluye la estancia en Tavertet, viajes ni gastos de pernoctación y manutención.

## MÁS INFORMACIÓN

Para más información o bien inscripción, enviar correo electrónico a:  
[contacto@mercebrey.com](mailto:contacto@mercebrey.com)  
[chus@geiserworks.com](mailto:chus@geiserworks.com)

Con el apoyo de:

[www.redderglobal.org](http://www.redderglobal.org)

**REDDER** :  
Red de Referentes