



Lidera Tu Vida

Presentación del programa

Un programa diseñado exclusivamente para mujeres emocionalmente maduras, de entre 40 y 60 años, que ya hicieron su trabajo interior pero que hoy están listas para un nuevo cambio. Mujeres que no buscan sanar más sino que quieren avanzar con presencia, dirección y decisión hacia su nueva identidad y lograr sentirse a gusto con su forma de ser y de vivir en esta nueva etapa.

Te compartiré un método único y exclusivo que te llevará a desactivar tus reacciones automáticas para lograr vivir en libertad interior eligiendo conscientemente pensamientos, emociones y acciones que te representen al 100% sin miedo a lo que otros puedan decir, sin miedo a lo nuevo, con confianza en vos y alineada en todos tus aspectos.

La modalidad del programa es online y asincrónico.

Si bien comenzó como un entrenamiento con dos clases en vivo por semana, a medida que iban avanzando los grupos las mujeres que participaron me fueron comentando que les resultaba mucho más práctica tener las clases grabadas, ir realizando los trabajos planteados en casa acomodando los tiempos a sus actividades y luego trabajar conmigo a través de las devoluciones y acompañamiento individual.

Gracias a esta experiencia hoy el programa dura 3 meses (12 semanas) en la cual se comienza con un mes de introducción y práctica de las herramientas planteadas las cuales son necesarias para llegar al programa con una preparación interior fuerte, expandida y en apertura total para trabajar a fondo las siguientes 8 semanas de programa (con las clases y los ejercicios prácticos)

REQUISITOS PARA QUIENES DESEEN INGRESAR AL PROGRAMA:

- **tener entre 40 y 60 años aprox**
- **haber pasado ya por un proceso de sanación, autoconocimiento, espiritualidad y haber trabajado ya sus vínculos, el pasado, etc.**
- **tener un mínimo de disponibilidad para dedicar a tu práctica 1 hora por día durante las 12 semanas + constante auto observación en la vida cotidiana para ir aplicando lo que se va entregando en cada encuentro.**
- **NO estar transitando por un período de duelo profundo, sanación de trauma o estar bajo tratamiento psiquiátrico.**

LIDERA TU VIDA: un programa de Identidad Evolutiva para Mujeres que ya están listas para su próximo nivel.

FORMATO DEL PROGRAMA

- 12 semanas de entrenamiento (idealmente la propuesta es que realicen 2 clases grabadas por semana) + prácticas diarias entregables y con devolución/feedback/seguimiento personalizado

LAS CLASES ESTÁN GRABADAS EN UNA PLATAFORMA JUNTO CON LAS HERRAMIENTAS Y PRÁCTICAS SUGERIDAS.

¿QUÉ VAS A LOGRAR?

- ✓ Desarrollar la presencia consciente para dejar de reaccionar como versión actual de “incomodidad” y tomar nuevas decisiones en tiempo presente orientadas a la persona que querés empezar a expresar en base a tu identidad futura
- ✓ Vas a elegir qué tipo de mujer querés ser, y vas a practicarlo cada día.

- ✓ Vas a convertir tu trabajo interior en resultados visibles y medibles
- ✓ Vas a saber cómo alinear y entrenar tu mente, tus emociones y tu cuerpo para tomar decisiones que te acercan cada día a tu “futuro optimo”.
- ✓ Vas a dejar de buscar alivios momentáneos en técnicas y sesiones para entender cómo utilizarlos “en vivo” en tu vida cotidiana.
- ✓ Vas a activar tus fortalezas, habilidades y cualidades para tomar las decisiones que tanto estás evitando. Vas sentirte segura de vos misma, vas a ver posibilidades de cambio y progreso donde hoy ves problemas, quejas, vacío o bloqueo.
- ✓ Vas a poner en práctica las herramientas que ya conocés (meditación, visualización, tapping, respiración, etc.) pero de manera más elegida, constante y consciente, adaptadas específicamente para la temática de este programa y para cada situación.

¿Qué debés saber de este proceso?

- ✓ **Será un proceso en el que:**
 - Sostengas una **práctica diaria** que te lleve a vivir de una manera diferente.
 - **Rompas con el automatismo** que te lleva a postergar tu nueva identidad alineadas a tus nuevos valores y necesidades como mujer consciente y en evolución.
 - **Aprendas a ser testigo de vos**, con amor y sin juicio, incluso cuando “te olvidás” de todo lo aprendido.
 - **Te reconectes con tu cuerpo**, no como una tarea más, sino como espacio seguro para tu nueva identidad.
 - **Entiendas y pongas en práctica** la experiencia de pensar en el futuro y sentirte segura y a salvo en él.
 - **Puedas rediseñar tu identidad** y potenciar todo lo que ya sabés, aprendiste y sanaste.
 - **Un espacio con alto nivel de soporte** personalizado y un viaje en grupo donde te puedas sentir cómoda e identificada con las experiencias y procesos de otras mujeres que están en la misma situación que vos y con las mismas ganas de avanzar.
 - Este programa es práctica guiada **con un método probado y seguimiento constante**

 **Aprenderás y pondrás en práctica el MÉTODO SOUL (exclusivo del programa)**

Una metodología de transformación integradora que une:

✦ Coaching + Psicología Positiva + Visualización + Respiración Consciente + Tapping + Mindfulness + Yoga Nidra + Neurociencias Aplicada

¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

- ✓ **1 mes aprox de PREPARACIÓN PRE INICIO** (cuestionarios de auto indagación, prácticas de yoga nidra, curso de respiración consciente, práctica de tapping y visualización de abundancia.
- ✓ **8 MÓDULOS:** 16 clases grabadas (de una hora y media aprox cada una)
- ✓ **Acceso inmediato a la plataforma**
- ✓ **Seguimiento por WhatsApp y mail**
- ✓ **Acompañamiento** directo de mi parte
- ✓ **Audios de prácticas** somáticas y de reprogramación
- ✓ **Cupos limitados con entrevista pre ingreso.**
- ✓ **Podrás hacer todas las preguntas que necesites, recibirás feedback y habrá medición semanal de avances.**

TEMAS INCLUIDOS EN EL PROGRAMA



◆ **Módulo1**

¿Qué parte de vos está al mando de tu presente?

Si ya sabés qué es lo que querés cambiar ¿por qué aún te sentís tan lejana de esa versión?

Detectar qué parte de vos sigue respondiendo en automático al pasado. Vas a aprender a desarrollar la “MICRO OBSERVACIÓN” con la finalidad de observar tu “yo automático” con lupa y entender qué patrones todavía gobiernan tus decisiones. Esto te servirá para transformar esa “energía” en un motor hacia tu nueva identidad.



◆ Módulo 2

Reprogramación mental y flexibilidad psicológica

Intervení y Desprogramá tu mente. Detectás y desactivás pensamientos automáticos, aprendés a elegir tu respuesta y foco.

Aprendés a intervenir tus reacciones desde la raíz. Vas a usar un modelo neuro emocional probado para dejar de “entender” lo que te pasa, elegir qué querés de manera consciente y empezar a reprogramar tu percepción. Entrenar la detección, intervención y reinterpretación de tus respuestas automáticas.



◆ Módulo 3

Las emociones como energía de transformación

Entiende, Redirige y Utiliza tu poder emocional

No se trata de “estar bien” todo el tiempo ni de vivir “de emociones positivas”. Vas a aprender a usar tu mundo emocional como un GPS interno para alinear decisiones con tu identidad elegida. El foco está en entrenar la coherencia emocional.



◆ Módulo 4

Rediseño de identidad: fortalezas y nuevos valores

Acá se produce la alquimia. Vas a diseñar tu nueva forma de ser: no como una fantasía, sino como una práctica viva. Tus valores dejan de ser ideas abstractas o mandatos familiares y sociales, y pasan a ser tu guía diaria. El foco está en elegir y vivir tus propios valores potenciados por tus fortalezas de carácter.



◆ Módulo 5

Diseñar una vida “con sentido”

Una vida con sentido, bienestar y felicidad sostenido

Te conectás con el para qué profundo de tu vida. Dejás de explicar tu historia desde el pasado y empezás a narrarla desde el futuro que querés habitar. Esto le da dirección real a tu identidad.



◆ Módulo 6

Rediseño de autoimagen y expansión identitaria. Autoestima, Confianza, Motivación y Compromiso.

Acá vas a **resetear tu autoimagen** y entrenar tu sistema nervioso para reflejar a la mujer que decidiste ser hoy.

- Habitar tu Yo Futuro en tiempo real, eligiendo pensar, sentir y actuar como esa mujer que tanto deseás ser.
- Alinear tu diálogo interno y tus microdecisiones con esa versión.
- Soltar patrones de autoexigencia y validación externa para empezar a sostenerte desde tu propio estándar.

👉 El foco no está en “sentirte mejor”, sino en **encarnar tu nueva identidad** y dejar que esa identidad guíe tu manera de actuar y decidir.



◆ Modulo 7

Gratitud, Abundancia Consciente, Enfoque y expansión.

Ya no alcanza con visualizar o motivarte: necesitás **anclar tu nueva frecuencia** para que tu identidad se sostenga en el tiempo.

- Permanecer alineada con tu nueva versión incluso frente a la rutina o la incertidumbre.
- Convertir motivación en coherencia diaria y optimismo sostenido.
- Hacer que tu nueva identidad se vuelva tu automático.

👉 El foco no está en “ser positiva”, sino en **habitar un estado de completud y expansión que no depende de lo externo.**



◆ Módulo 8

Método SOUL y plan de acción

Integrar todo lo aprendido en un plan concreto hacia tus objetivos. Diseñar el mapa de tu nueva identidad con micro acciones y decisiones que sostengan tu futuro en el presente.

💰 INVERSIÓN

VALOR: USD 500 / \$530.000 pesos argentinos

Consultá por planes/opciones de pago

📁 Incluye acompañamiento, soporte, seguimiento, videos con meditaciones, visualizaciones, prácticas de tapping, 1 curso completo de respiración consciente y mucho más...

¡Este es el momento de **LIDERARTE!**

◆ **No existe otro programa así en todo el mercado,** con este nivel de soporte, acompañamiento tan personalizado y que incluya la integración estas poderosas herramientas y que garantice un resultado tan profundo y duradero

◆ **YO te daré las herramientas y te contaré como utilizarlas.** Las practicaremos juntas una y otra vez. Te ayudaré a sostener tus prácticas y guiaré en todo lo que esté a mi alcance.

◆ **Pero el trabajo más importante lo tenés que hacer vos.** El resultado está garantizado solo para personas que realmente estén comprometidas con llevar todo a la práctica durante las 8 semanas.

● ¿Cómo avanzar?

Escribime a lideratuvida10@gmail.com para que podamos coordinar una breve llamada así me contás tu situación y yo puedo evaluar si este programa es el indicado para vos y para esta etapa de tu vida.

Si sentís que esta vez sí es el momento de dejar atrás el piloto automático y liderar tu vida con intención... este es tu lugar.

Importante: **¿Tenés alguna duda o consulta? ¿Querés que te envíe el detalle para avanzar con el pago?** Escribime a lideratuvida10@gmail.com

Esto no es un programa más. Es una mentoría de identidad. No vas a venir a entenderte, sino a reconstruirte con método, frecuencia y poder personal. Si ya hiciste el viaje hacia atrás, ahora es momento de avanzar hacia lo que viniste a ser.



¡Estoy feliz de que seas parte de este gran equipo de mujeres que avanzan y no se detienen!

Un abrazo enorme

Naty

--

Naty Fernández | Coach & Mentora de Identidad Evolutiva

ACADEMIA DE BIENESTAR

Coaching | Breathwork | Meditación | Tapping | Abundancia y más

[Seguime en INSTAGRAM](#)

[Sitio WEB](#)

NATY FERNANDEZ