

PROGRAMA **SATIS** 2018-19

*Tu campamento de entrenamiento
en la zona mágica*

AM[★]
Ana Merlino



ÍNDICE

03 DESCRIPCIÓN

04 ORÍGENES

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

05 PRESENTACIÓN

06 ÁREAS FUNDAMENTALES

07 TÉCNICAS DE DESARROLLO PERSONAL

08 VALORES

ACERCA DEL EQUIPO

09 ANA MERLINO

10 JUAN ALBERTO PUJOL

11 LALI FELIU

12 ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

13 OBJETIVOS

17 METODOLOGÍA

CONTENIDOS

22 RELACIÓN CONMIGO

23 RELACIÓN CON LOS DEMÁS Y EL MUNDO

24 RELACIÓN CON PROYECTOS Y TAREAS

25 MATERIALES

26 VENTAJAS DIFERENCIALES

27 LEMA SATIS

MODALIDADES

28 PRESENCIAL SEMANAL

29 RETIROS ESPECIALES

30 ¿QUÉ DICEN LOS CLIENTES DE NOSOTROS?

32 VALOR DEL PROGRAMA

33 PASOS PARA INSCRIPCIÓN






34 CONTACTO









¿Quieres regalarte un viaje donde poder conocerte en mayor profundidad, aprender a mejorar tu relación contigo, con los demás y convertir sueños en objetivos alcanzables?

SATIS

Se trata de un programa de desarrollo personal ideado para personas que deseen

-  **conocerse mejor**
-  **aumentar su autoestima**
-  **gestionar sus emociones**
-  **desarrollar y adquirir habilidades de comunicación, liderazgo**
-  **aprender a gestionar objetivos y proyectos personales y profesionales**

A través de un conjunto de herramientas que combinan

-  **el Coaching**
-  **la Programación Neurolingüística**
-  **la improvisación**
-  **recursos teatrales**
-  **técnicas de expresión corporal**
-  **mapas mentales, entre otros.**

ORÍGENES

SATIS, del latín “a fondo” nace de la necesidad de un espacio y contexto formativo dirigido a aquellas personas que **deseen desarrollarse personalmente, mejorar sus relaciones y aumentar su bienestar y efectividad**, disfrutando de los mejores recursos del mercado, sin necesariamente, tener como objetivo dedicarse al acompañamiento de personas u organizaciones.

13
AÑOS

Tras más de 13 años dedicados al estudio del funcionamiento del ser humano, **SATIS** se constituye como una expresión de las técnicas, herramientas y dinámicas que mayor eficacia han demostrado en su aplicación en individuos y grupos.

En resumen, nace de la necesidad de dar respuesta a todas aquellas personas que deseen disfrutar de un viaje personal hasta el “fondo” de sí mismos, aportando un espacio seguro, dinámico y creativo donde puedan conocer sus límites, traspasarlos, transformar sus creencias limitantes en posibilitadoras, atreverse a dar los pasos necesarios para vivir de manera más auténtica, plena y libre.

Se trata de un programa de desarrollo personal presencial y multidisciplinar que combina herramientas como el Coaching, la Programación Neurolingüística, los mapas mentales, la improvisación, recursos teatrales, técnicas de expresión corporal, entre otros, para poder desarrollar **tres áreas** fundamentales:



La metodología del programa se basa en un sistema eminentemente práctico, donde **cada herramienta responderá a una de las áreas, a un objetivo concreto y contendrá una serie de conceptos clave** que sustenten la aplicación de cada acción en particular.

1



RELACIÓN CONMIGO

El objetivo de la **primera área** es aumentar el espacio de consciencia (**autoconocimiento**) y, por lo tanto, la libertad de acción del participante. Asimismo, cuando una persona aumenta su consciencia y libertad personal, es capaz de aumentar su **aceptación** personal, su **autoestima**, de experimentar mayor bienestar y de **gestionar** mejor sus **emociones**. Se trata de liberar de manera progresiva creencias limitantes propias y heredadas para aumentar la sensación de poder y capacidad personal.

2



RELACIÓN CON LOS DEMÁS Y EL MUNDO

El objetivo de la **segunda área** es dotar al participante de un conjunto de herramientas de sencilla aplicabilidad, que le permitan **comunicarse** con personas y grupos **de una manera más eficaz**, clara, asertiva, empática y auténtica, características fundamentales en el **desarrollo del liderazgo**.

3



RELACIÓN CON MIS OBJETIVOS

El objetivo de la **tercera área** es que el participante pueda contar con un compendio de técnicas que le permitan convertir sus sueños en objetivos realistas y planificables en el tiempo, así como de aquellas herramientas y recursos de soporte que aumentarán la eficacia personal en su vida cotidiana y profesional (**gestión de proyectos y gestión del tiempo y la organización**).

SATIS es un programa vivo, que se alimenta en cada edición tanto de manera intrínseca (feedback del alumnado), como extrínseca (investigación de mercado anual sobre las **nuevas técnicas de desarrollo personal** disponibles y aplicables).

+

×

•

Es por ello que este programa es una **invitación a un viaje interior de cada participante**. Se trata de **una aventura** de autoconocimiento y exploración de límites internos, donde el diseño de nuevas oportunidades personales y profesionales es posible. En definitiva, hablamos de un proceso de transformación que ayudará al participante a gestionar de manera más eficaz su vida personal y profesional.

21
alumnos

El número de alumnos es **limitado a 21** para que los participantes puedan, por un lado, alimentarse de los talentos del sistema, sin por ello dejar de disfrutar de atención personalizada. Además de un facilitador principal, el alumno contará con el apoyo del equipo de soporte, que estará atento y disponible para todas aquellas necesidades particulares que puedan ir surgiendo a lo largo del desarrollo del programa.



Durante el programa el participante contará, además del acompañamiento presencial, con un **aula virtual**, para un seguimiento continuado de su progreso. En este espacio, se plantearán debates, actividades, recomendaciones, lecturas, que complementan el desarrollo del programa.



El equipo de **SATIS** está formado por **COACH TRAINERS** expertos en diferentes áreas. Sabemos que esta formación requiere de una inversión importante tanto, económica y de tiempo y, es por ello, que el trabajo diario del equipo está orientado no solo a satisfacer tus expectativas, sino a superarlas.

Sabemos que esta formación requiere de una inversión importante tanto, económica y de tiempo y, es por ello, que el trabajo diario del equipo está orientado no solo a satisfacer tus expectativas, sino a

★ **superarlas** ★

VALORES

Por último, nos gustaría compartir contigo los valores de fondo del programa

Contribución a un mayor bienestar en el mundo:

Creemos en la filosofía “mis dos metros cuadrados”. Con ello nos referimos a lo siguiente: Si cada persona se hace responsable 100 % de sus pensamientos, sentimientos y acciones, aumenta su aceptación personal y del otro y se empeña a fondo en su zona de influencia, estará siendo, con su ejemplo, fuente de inspiración para todo aquel que le rodee y contemporice con dichas actitudes vitales.

Solo dándome el permiso de entregarme a fondo conmigo y con mis sueños, es que permito a los demás a hacerlo.

Crear un estilo y filosofía de vida

“A fondo conmigo y mis sueños, a fondo con el otro, a fondo con el mundo”



Acerca del Equipo



Ana Merlino

Formadora, Psicóloga-Coach MCC y actriz

Formadora, coach MCC (Master Certified Coach) por la ICF (International Coach Federation) y **mentora** desde 2010. **Actriz** desde 2016. Tengo el privilegio de vivir de mi vocación: acompañar y, a veces sacudir, a personas y organizaciones en procesos de **aprendizaje, cambio y mejora**.

Mi misión es facilitar el descubrimiento necesario (**consciencia**) para la acción hacia un objetivo con sentido (**propósito**) a través de herramientas como el Coaching, la formación y técnicas de interpretación.

Mi curiosidad desde muy temprana edad por el funcionamiento mental, emocional y comunicativo del ser humano me llevó a embarcarme ya a la edad de 18 en formaciones como teatro terapéutico o Programación Neurolingüística (PNL). Tras estudiar la carrera de Psicóloga, el Coaching llegó a mi vida y desde entonces no nos hemos dejado de ver ni un solo día. He tenido la oportunidad de complementar mi formación académica con la formación completa de PNL, Coaching Wingwave, los Mapas Mentales de Tony Buzan, los 6 sombreros para pensar de Edward D'Bono y más recientemente con técnicas de improvisación, teatrodanza y la carrera de arte dramático.

Mi personal claim:

Ojalá seas tú todos los días de tu vida.

¿Quieres saber más?

www.linkedin.com/in/anamerlino

ACERCA DEL EQUIPO



Juan Alberto Pujol Coach, Master & Trainer PNL Músico / songwriter Guionista y director coral.

Hola, mi nombre es Keco Pujol, soy una persona como tú, con inquietudes, con recursos, habilidades y talentos para desarrollar. Comparto contigo estas ganas de vivir, de llenarme de conocimiento y aprendizajes nuevos y diversos. Creo en el cambio, en nuestra capacidad de superar retos y confío plenamente en que todos podemos cumplir nuestros sueños, combinando la acción con la ilusión.

- Coach ACC. Master & Trainer PNL (AEPNL). Formador.
- Master en Hipnosis Ericksoniana.
- Músico, songwriter, pianista, guitarrista y cantante, guionista de Teatro. Dirección Coral. Doblaje musical de películas y dirección musical.
- Formador en talleres de expresión vocal-corporal “a través de la voz”, comunicación y proyección en el escenario, habilidades comunicativas, herramientas de Coaching & PNL.
- Competencias: explorador y facilitador de aprendizajes, comunicación, creatividad, cambio de creencias, dinamización de grupos, mediador familiar, motivational speaker, estrategias de motivación para la excelencia personal.
- Idiomas: Castellano y catalán (nativos).

Mi personal claim:
Si sabes quién eres, sabes qué quieres.

ACERCA DEL EQUIPO



Lali Feliu

Actriz y coach de organizaciones

Me mueve la pasión por hacer vivir experiencias que transformen a las personas y los equipos. Creo firmemente que la creatividad, inherente a todo ser humano, es uno de los grandes motores del cambio.

Estudié arte dramático en el Institut de Teatre de Barcelona. Cuando terminé la licenciatura sentí la necesidad de poner el teatro al servicio de los demás. Es por ello que me formé en teatro social y, después de haber trabajado en distintas series de TV y en compañías de teatro como La Cubana, sentí la necesidad de formarme como coach con una clara intención: Que el teatro y el coaching se dieran de la mano para facilitar procesos de transformación.

Actualmente soy formadora en Canvi de Escena (www.canvidesцена.com) donde ponemos el coaching y el teatro al servicio de la empresa y también me especializo en comunicación en público (www.parla-renpublic.com) donde acompaño a las personas y a empresas a comunicarse mejor.

- Licenciada en arte dramático en l'Institut del Teatre de Barcelona
- Coach ACC per ICF (EECC) y coach sistémica por el Institut Gestalt
- Formadora en talleres de Coaching y teatro "Ponte en juego"
- Formadora de Hablar en público y Pitch elevator
- Idiomas: Castellano, catalán, Italiano, Inglés
- Fortalezas: Soy comunicativa y expresiva, me identifico con una buena sonrisa, de aquellas que te hacen casi cerrar los ojos. Me encantan las personas y confío en el poder de cada una de ellas.

Mi claim personal:
Conecta con tu propio poder

¿A quién va dirigido?

- ♥ Personas que, por su momento vital, se encuentren en búsqueda o **necesidad de un viaje introspectivo.**
- ♥ Personas que deseen **experimentar la eficacia de herramientas como el Coaching**, la PNL, los **recursos teatrales, técnicas de expresión corporal**, etc, sin necesariamente, tener la intención de dedicarse al acompañamiento de personas u organizaciones.
- ♥ **Personas que deseen:**
 - **Conocerse a sí mismas en mayor profundidad**
 - **Aumentar su autoestima**
 - **Gestionar mejor sus emociones**
 - **Mejorar sus habilidades de comunicación y liderazgo**
 - **Mejorar su eficacia personal**
 - **Aprender a convertir ideas o sueños en objetivos realizables** a través de planes de acción concretos.
 - **Vivir de manera auténtica, honesta y positiva**
- ♥ Profesionales del mundo del acompañamiento que deseen **experimentar** de nuevo un **proceso de autoconocimiento, exploración de límites y desarrollo de fortalezas.**

Objetivos

- 1 Integrar en un mismo programa las tres dimensiones relacionales de sus participantes:



- 2 Facilitar un espacio de desarrollo personal que considere las tres dimensiones del ser humano: **mente, cuerpo y emociones**.
- 3 Transmitir las suficientes nociones **teóricas** o conceptuales para que la práctica de los recursos trabajados cuenten con un **fundamento sólido**.
- 4 Contar con un elenco de formadores coach – **COACH TRAINER** – que faciliten, por su filosofía de trabajo y su mirada confiada, la responsabilidad de sus participantes.
- 5 Aportar una selección de herramientas y aprendizajes, transferibles, útiles y **fácilmente aplicables para la vida** personal y profesional.

OBJETIVOS

- 6** Acompañar a personas que deseen **disfrutar de las posibilidades que ofrecen disciplinas de alto impacto** como el Coaching, la PNL, los recursos teatrales, etc, sin que necesariamente deseen dedicarse al acompañamiento de personas u organizaciones.



- 7** Proponer un **espacio seguro** donde los participantes puedan **probar sus límites** personales, para poder traspasarlos y salir de su zona de confort.
- 8** Ofrecer un espacio de **exploración creativa** para personas de mente inquieta.

OBJETIVOS

- 9** Proporcionar un espacio presencial de desarrollo personal de **carácter continuado**, que permita al participante ir integrando los conceptos, herramientas y vivencias de manera progresiva.
- 10** Facilitar **acompañamiento y seguimiento personalizado**, que atienda a las necesidades específicas de cada caso en particular.
- 11** **Maximizar el potencial del participante** en las siguientes situaciones:
- Relación cotidiana con uno mismo
 - Transformación de creencias limitantes en posibilitadoras
 - Incremento de la propia autoestima y autoimagen
 - Gestión del compromiso y responsabilidad con uno mismo
 - Relación cotidiana con los demás
 - Conversaciones difíciles
 - Interacción social
 - Conflictos relacionales
 - Presentaciones en público
 - Definición y planificación de objetivos
 - Gestión del tiempo y la organización
 - Circunstancias que requieran improvisación
 - Y, en general, en cualquier situación que requiera salir de tu zona de confort, ya que éste programa será tu **“campamento de entrenamiento de la zona mágica/desconocida”**.



OBJETIVOS

- 12** Aumentar tu bienestar, impactando directamente en algunas de las siguientes áreas: **aceptación, expresión, valentía, espontaneidad,** escucha, presencia, comunicación directa, entre otras.
- 13** **Incrementar tu confianza, seguridad y autoestima** para que esta inversión sea de las que mayor ROI (Retorno de Inversión) proporcione en tu vida.



Metodología

Filosofía Learn By Doing:

La metodología del programa se basa en una aproximación eminentemente práctica y experimental, sin embargo, la construcción de la estructura y presentación de las dinámicas está fundamentada en conceptos y teorías clave que sustentan de manera sólida y con sentido cada propuesta.

“Oigo y olvido, veo y recuerdo, hago y entiendo.”

Confucio

Número de alumnos por aula

El número de alumnos por convocatoria es limitado a **21 personas**, pudiendo aprovechar así la riqueza del grupo sin perder la atención personalizada de los participantes.

METODOLOGÍA

Profesionales

El programa cuenta con **TRAINER COACHES**, es decir, facilitadores que basan su ejercicio profesional en la filosofía Coaching.

- Creer que todo participante está completo y lleno de recursos
- Mirada de aceptación incondicional, no juicio
- Los participantes son los protagonistas
- Cuestionar y retar de manera valiente a los participantes
- Esencia vs Ego
- Actitud enfocada a profundizar en el ser vs. hacer del participante

Contamos con diferentes profesionales con el fin de nutrir el programa desde múltiples perspectivas: Coaching, PNL, Mindfulness, Mapas Mentales, recursos teatrales y de interpretación, técnicas de respiración y voz, entre otros.

Para garantizar la calidad del servicio, todos los profesionales conocen la estructura completa del programa, han pasado un proceso de entrenamiento previo para el mismo y están alineados con la filosofía que lo sustenta.

METODOLOGÍA

Forma de enseñanza

Partimos de la base de que ninguna persona es igual a la otra. Es por ello que, los contenidos del programa podrán variar según las características intrínsecas del grupo.

Siendo la **cercanía y la innovación** algunos de los valores que sustentan **SATIS**, cada clase es preparada con los recursos didácticos más apropiados para las **necesidades específicas de cada grupo**.

A continuación, exponemos algunas de las líneas de trabajo de mayor peso durante el desarrollo del programa:

- **Estructura y filosofía Coaching** como disciplina principal de acompañamiento en el cambio.
- Uso de **técnicas y recursos teatrales, del mundo de la interpretación y la improvisación** como canal prioritario de transformación personal.
- Aplicación de herramientas extraídas del mundo del **movimiento y la expresión corporal y la danza** para movilizar de manera orgánica y respetuosa las necesidades de cada participante.

METODOLOGÍA

- Abordaje y **visión multidimensional del ser humano** mediante la aplicación de herramientas que combinan **emoción, mente y cuerpo**.
- Exposición de conocimientos, técnicas y **recursos fácilmente aplicables** a la vida cotidiana, tanto personal, como profesional.
- Algunos de los **recursos didácticos** utilizados son:
 - Gran participación e interacción entre alumnos para enriquecer el aprendizaje.
 - Prácticas en parejas, triadas o grupos
 - Debates
 - Ejercicios de centramiento
 - Ejercicio de energización
 - Dinámicas de grupo
 - Recursos teatrales aplicados
 - Uso de la triada (emoción, cuerpo y mente)
 - Herramientas complementarias
 - Música
 - Vídeos/Películas
 - Metáforas

METODOLOGÍA

- Acceso al **aula virtual interactiva** para un mayor seguimiento del proceso del participante (foros de debates, dudas, ampliación de contenidos, materiales complementarios, ...)
- Facilitación de **recursos didácticos complementarios** (biografía, artículos, vídeos, películas, ...) para estimular el aprendizaje continuo del participante.



Contenidos

¿QUÉ VAMOS A HACER?

RELACIÓN CONMIGO

Resumen: Autoconocimiento, aceptación, autoestima y gestión de emociones

- **Bienvenida y presentaciones**
- **Acuerdo de funcionamiento**
- **Conceptos básicos:**
 - * Las tres dimensiones del ser humano: Mente, cuerpo y emociones
 - * El mapa mental y los niveles neurológicos
- **Conceptos clave en la relación con uno mismo:**
 - * **Autoconocimiento**
 - * **Aceptación**
 - * **Autoestima**
 - * **Autoimagen**
 - * **Gestión de las emociones**
 - Las emociones: el panel de control
 - Checklist de autocontrol emocional
 - * **El diálogo interno:**
 - Hábitos de comunicación interna (lenguaje, foco y actitud)
 - Tipos de pensamientos limitantes
 - * **¿Víctimas o protagonistas?**
 - Responsabilidad y círculo de influencia
 - * **Ego vs. Esencia/Ser**
 - * **Los personajes internos**
 - * **Presencia: aquí y ahora**
 - * **Gestión de mi cuerpo y modificación de estados emocionales:**
 - Respiración
 - Voz
 - Movimiento y flexibilidad corporal
 - * **Gestión de la valentía, la autenticidad y la espontaneidad**
- **Mi percepción personal:**
 - * ¿Cómo me percibo?
 - * ¿Cómo creo que soy visto?
- **Cada concepto clave será acompañado de dinámicas, ejercicios, herramientas y/o técnicas, tales como:**
 - * Coaching grupal
 - * Técnicas teatrales y del mundo de la interpretación
 - * Dinámicas de transformación personal
 - * Técnicas de respiración y voz
 - * Ejercicios de improvisación
 - * Movimiento y danza improvisada
 - * Otras técnicas de transformación personal: herramientas de creatividad, mapas mentales, narrativa terapéutica, ...
- **Lecturas recomendadas**



CONTENIDOS

¿QUÉ VAMOS A HACER?

RELACIÓN CON LOS DEMÁS Y EL MUNDO

Resumen: Comunicación eficaz y liderazgo

- **Conceptos clave**
 - * **Las 5 habilidades de comunicación** (teoría y práctica)
 - * **Estilos de comunicación:** Agresiva, pasiva, pasivo-agresiva y asertiva
 - * **Posicionamientos en comunicación:** Apática, antipática, simpática y empática
 - * Cómo crear **conexión real** con el otro: sintonía, confianza y cercanía
 - * **Las claves de la comunicación no violenta** (CNV) de Marshall B. Rosenberg
 - * **Visión sistémica (Bert Hellinger)**
 - * **Mapa relacional:** ¿Cómo me perciben los demás? ¿Cómo perciben mi estilo de comunicación?
- **Cada concepto clave será acompañado de dinámicas, ejercicios, herramientas y/o técnicas, tales como:**
 - * Coaching grupal
 - * Técnicas teatrales y del mundo de la interpretación
 - * Dinámicas de CNV
 - * Ejercicios de improvisación
 - * Movimiento y danza improvisada
 - * Juegos de rol
 - * Otras técnicas de comunicación eficaz



CONTENIDOS

¿QUÉ VAMOS A HACER?

RELACIÓN CON PROYECTOS Y TAREAS

Resumen: Técnicas y herramientas dirigida a la gestión eficaz de objetivos personales, gestión del tiempo y de la organización

- **Conceptos clave**
 - * Modelo **SMART** para la identificación y establecimiento de objetivos.
 - * El modelo **GROW** para la consecución eficaz de objetivos.
 - * Modelo de **“Gestión eficaz de proyectos”** basado en la filosofía GTD de David Allen

 - * El modelo **“La magia del orden”** de Marie Kondo para la mejora de la organización.
- **Dinámicas:**
 - Transformación de sueños en objetivos realizables
 - * Aplicación del modelo SMART y GROW
 - Los objetivos y el hemisferio derecho:
 - * Uso de imágenes
 - * El collage del Coaching
 - * La visualización
 - * Los mapas mentales para el diseño de objetivos
 - Los objetivos y el hemisferio izquierdo:
 - * DAFO
 - * Matriz de ganancias y consecuencias
 - * Aplicación del GTD de David Allen
 - * Aplicación del modelo “La magia del orden”
 - Coaching corporal para el desbloqueo de obstáculos frente al cambio.
 - Recursos teatrales y de interpretación aplicados a la consecución de objetivos.
 - Bibliografía recomendada
 - Cierre de alto impacto

Nota importante: Los contenidos variarán ligeramente según las características intrínsecas de cada grupo.

El hecho de que los contenidos estén estructurados en diferentes objetivos, no significa necesariamente que tengan que seguir ese orden.

Materiales

Materiales necesarios:

Para un eficaz desarrollo del funcionamiento del programa será necesario que cada participante traiga consigo:



Ropa cómoda



Agua



Toalla



**Materiales específicos
según sesión**

VENTAJAS



DIFERENCIALES

- ✓ Compendio y **selección de las mejores herramientas de desarrollo personal** investigadas a lo largo de 13 años: Coaching, Programación Neurolingüística, recursos teatrales, expresión corporal, etc.
- ✓ **Poder disfrutar de las mejores aplicaciones técnicas del mundo del desarrollo personal y profesional, sin por ello desear dedicarse al acompañamiento** de personas y organizaciones.
- ✓ Contar con las **mejores herramientas de gestión personal**, relacional y de objetivos en el mismo programa.
- ✓ Fruto de la experiencia, el participante percibirá un aumento de la plasticidad cognitiva, emocional y de acción.
- ✓ **Espacio continuado** de desarrollo personal con **diferentes modalidades a escoger**.
- ✓ Expertise y características intrínsecas de los formadores (pasión, rigor y vocación por personas).
- ✓ Atención personalizada.
- ✓ Aula virtual

Detrás de la creación de este programa, se encuentra el lema “A fondo conmigo y mis sueños, a fondo con el otro, a fondo con el mundo”. Por lo tanto, una de las características que hace único a este programa es que compartirás espacio y tiempo con personas que creen en la misma filosofía que tú y que, por tanto, irán a fondo en el programa.

Es único porque no existe en el mercado un programa que, estructurándose en la disciplina del Coaching, contenga tres líneas de relación (conmigo, con los demás y con los objetivos y tareas) y, además, se fundamente en técnicas y recursos teatrales como herramientas básicas para su desarrollo.

Es único porque supone un espacio de respeto y de expresión libre de pensamientos, sentimientos y acción, porque implica un viaje de descubrimiento al interior de cada participante, porque representa un compromiso 100 % con uno, con el otro y con el mundo.

Si has leído hasta aquí significa que es probable que la aventura te haya llamado...

Solo te queda un pasito más.

¿Te atreves a descubrirte, conocer tus límites y cambiar?

Modalidades



PRESENCIAL SEMANAL

Cada jueves del 25 de octubre al 20 de junio

OCTUBRE - JUNIO

25 de octubre 8, 15, 22 y 29 de noviembre	17, 24 y 31 de enero 7, 14, 21 y 28 de febrero 7, 14, 21 y 28 de marzo 4 y 11 de abril	9, 16, 23 y 30 de mayo 6, 13 y 20 de junio
Residencial 14 al 16 de diciembre	Residencial 26 al 28 de abril	Residencial 28 al 30 de junio

Total horas: 150 hs (aproximadamente)



HORARIOS

Jueves:
18:30 - 21:30 hs

Residenciales:
Entrada viernes a las 17 hs
Salida domingo a las 17 hs



LUGARES

Barcelona ciudad (No Residencial)
Alrededores de Barcelona (Residencial)
Aula virtual

El lugar específico así como todos los detalles específicos del programa serán comunicados vía mail.

Modalidades



Modalidad "Retiro especial SATIS"

1 - 7 julio de 2019 en un entorno inolvidable
19 - 25 septiembre 2019

140 hs presenciales

- + 10 horas de trabajo online
- + 3 horas de tutoría personalizada por alumno
- = 153 horas totales



HORARIOS

Entrada: 1 de julio a las 17 hs
Salida: 7 de julio a las 17 hs



LUGARES

Casa rural en Barcelona y/o alrededores

**La organización se compromete a que haya alimentos para personas con intolerancias y/o alergias alimentarias*

¿Qué dicen los *clientes* de nosotros?



Hay un antes y un después en mi vida. El punto de inflexión ha sido Satis. Gracias a Satis, a Ana, a Keco, al grupo, he sido consciente de mí, poder transformar lo negativo en positivo, lograr objetivos en mi vida, que pensaba inalcanzables, en absolutamente todos los ámbitos. Es fantástico el Coaching grupal, la fuerza del grupo y ver en los otros partes de ti.
¡Gracias Ana y Keco por el regalo que me habéis hecho!

Ana Vallina, Customer Services Manager



No puedo expresar en este papel lo que realmente siento. No tengo palabras para decir lo que ha sido Satis para mí. INCREÍBLE, INIMAGINABLE, IMPRESIONANTE, IMPENSABLE... No pensaba que podría profundizar tanto en un curso, no pensaba que podría descubrir este gran tesoro que hay en mí. Satis ha hecho de mí otra persona y me ha dado muchas, muchas, muchas ganas de vivir y de ser feliz. Gracias Keco y Ana, sois increíbles y no tengo palabras para daros las gracias.

Laura Casals, Masajista



El programa Satis ha sido increíble. Sin duda marcará un antes y un después en mi proceso de crecimiento personal, en mi vida. Gracias al acompañamiento de Ana y Keco he podido transformar muchas de mis creencias, afrontando mis miedos para poder conectar con mi esencia, reconocermé y aceptarme. Además, de mejorar la relación con los demás y conectar con mi proyecto de vida. Eternamente agradecido. Recomiendo este programa a todas aquellas personas que quieran conocerse mejor con la seguridad de estar en las mejores manos posible.

Xavier Roig, Empresario

¿Qué dicen los *clientes* de nosotros?



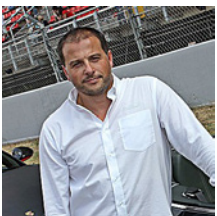
Satis ha sido para mí volver a conectar con mi esencia y con lo que es realmente importante para mí en mi vida. Me ha permitido conectar con la libertad. Sentirme libre era mi objetivo inicial. Y me ha permitido descubrir la fuerza del grupo y el potencial y satisfacción de compartir lo bueno y lo que no es tan bueno. Gracias Ana Merlino y Keco Pujol: Espectacular binomio.

Belén Fábregas, Gerente



A mi Satis me ha cambiado la manera de ver la vida y sentirla. He aprendido a aceptar las cosas tal y como son, a comprenderlas. He aprendido a fluir frente a los obstáculos. He conseguido conocerme más y a relacionarme con los demás, aceptando sus puntos fuertes y débiles. También he conseguido ser más flexible y despreocuparme más de las cosas. Recomendaría Satis a todas aquellas personas que velen por su crecimiento personal. En todas las sesiones se aprende una cosa nueva. Te descubrirás, aprenderás a decir "no" y a pensar más en ti mismo. A ser más feliz con las pequeñas cosas, que son las que nos hacen grandes. Satis me ha dado la oportunidad de estirarme y aceptarme tal y como soy y sobre todo a compartir y querer a los otros sin pedir nada a cambio. Y todo gracias a Ana Merlino. Gracias por tu profesionalidad y tu carisma. Tu esencia ha formado la energía del grupo.

Judit Diego, Periodista



Satis no es un programa, no es una terapia, no son sesiones, simplemente es una forma de vida que jamás querrás abandonar.

Miguel Solà, Periodista Motor

¿Has tomado ya la decisión? Elige la opción que más se adecúe a tus necesidades.

Modalidad semanal
PAGO DE LA TOTALIDAD ANTES DEL INICIO DEL PROGRAMA
2.490 €
PAGO FRACCIONADO
2.990 €
1.240 € (antes del inicio del programa)
250 € x 7 meses

Qué incluye:

- 150 horas de formación presenciales
- 3 horas tutorías individuales por alumno
- Aula virtual
- Materiales de apoyo
- Meditación y/o yoga
- Herramientas de crecimiento personal
- Dinámicas para la mejora de tus habilidades de comunicación
- Recursos para conectarte con tu propósito vital
- Paseos por la naturaleza
- Comida saludable
- **150+ horas de formación presenciales y online**
- **Horas de formación de los STAGE (1 por trimestre)**
- **Streamings de apoyo**
- **Atención personalizada de cada alumno**
- **Seguimiento a través del aula virtual**
- **Materiales de apoyo**

Retiro Especial SATIS
PAGO DE LA TOTALIDAD ANTES DEL INICIO DEL PROGRAMA
2.125 €
PAGO FRACCIONADO
2.490 €
1.240 € (antes del inicio del programa)
250 € x 5 meses

Qué incluye:

- 70 horas de formación presenciales
- Materiales de apoyo
- Apoyo individualizado durante el retiro
- Meditación y/o yoga
- Herramientas de crecimiento personal
- Dinámicas para la mejora de tus habilidades de comunicación
- Recursos para conectarte con tu propósito vital
- Paseos por la naturaleza
- Comida saludable

Qué no incluye:

Alojamiento, dietas, transporte de cada STAGE*

*Garantía de no más de 120 €/persona/noche/en pensión completa y habitación compartida

FORMACIÓN EXENTA DE IVA

Consulta las condiciones detalladas en: info@anamerlino.com

INSCRIPCIÓN SATIS

PASOS PARA INSCRIBIRSE

Contacta con nosotros llamando al 636 53 88 08
o escribiendo a
info@anamerlino.com
y te asesoramos sin compromiso sobre:

MODALIDAD FORMATIVA

MODALIDAD DE PAGO



Elige con toda la información disponible
qué modalidad se adecúa más a tus
necesidades.



**Leer atentamente los
documentos informativos**

**Rellenar el formulario
de inscripción**

**Enviar el formulario a
info@anamerlino.com**



Una vez recibas nuestra confirmación, con los datos de pago,
podrás realizar el pago de la reserva de la plaza (30% no
reembolsable) y enviarnos un justificante de pago de la misma.



A partir de este momento, recibirás información detallada respecto a la
logística (lugar de celebración, fechas y horarios, ropa más adecuada,
contenidos y otra información de interés en relación al programa)

¡Comienza la aventura!

**PROGRAMA
SATIS
2018-19**

*Tu campamento de entrenamiento en la
zona mágica (vs. zona de confort)*

Datos de contacto:

Ana Merlino
info@anamerlino.com
www.anamerlino.com
+ 636 53 88 08
c/ Madrazo 54 - 56, Bajos
08006 Barcelona