

*Rosa Jiménez*

# OFERTA DE SERVICIOS

TALLERES Y PROGRAMAS EMPRESARIALES



# SOY ROSA JIMENEZ

## COACH DE BIENESTAR

Como coach de bienestar especializada en la gestión del estrés, me enfoco en proporcionar soluciones efectivas para mejorar el bienestar de los colaboradores en las empresas.

Mi enfoque como empresaria se centra en comprender las necesidades únicas de cada organización y diseñar programas personalizados que aborden los desafíos específicos que enfrentan sus equipos.

Mi objetivo es proporcionar herramientas prácticas y estrategias efectivas que no solo beneficien a los colaboradores individualmente, sino que también contribuyan al éxito general y la productividad de la empresa.

[www.coachrosajimenez.com/empresarial](http://www.coachrosajimenez.com/empresarial)

SERVICIOS  
EMPRESARIALES



Rosa Jiménez

Aumenta los ingresos de tu empresa con  
equipos de trabajos más productivos a través  
de la gestión del estrés



## TALLERES EMPRESARIALES

# 01



### TALLERES DE MINDFULNESS

el mindfulness para empresas busca entregar herramientas de salud mental, generar consciencia sobre la necesidad de dirigir la propia mente y enseñar ejercicios simples de contención emocional, control de estrés y

# 02

### CERO ESTRÉS EMPRESARIAL

El estrés crónico puede afectar negativamente el rendimiento laboral. Al proporcionar a tus empleados herramientas para manejar el estrés, estarán más enfocados, creativos y capaces de cumplir con sus tareas de manera más eficiente.



SERVICIOS  
EMPRESARIALES



## TALLERES EMPRESARIALES

# 03



### TALLERES DE YOGA DE LA RISA

El yoga de la risa combina ejercicios de respiración, movimientos suaves y risas contagiosas. Al participar en este taller, los empleados pueden liberar tensiones, reducir el estrés y mejorar su estado de ánimo

# 04

### TEAM BUILDING

El objetivo final es que los miembros del equipo trabajen juntos de manera más eficaz y mejoren su capacidad para resolver problemas y tomar decisiones en equipo.

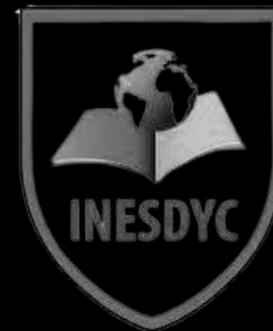


SERVICIOS  
EMPRESARIALES

SERVICIOS  
EMPRESARIALES



HE SINCRONIZADO LOS EQUIPOS DE  
TRABAJO DE ESTAS COMPAÑÍAS



*Cooperativa  
Hermanas Mirabal, Inc.*





## TALLERES EMPRESARIALES

# 05



### EMPRESARIO PRODUCTIVO Y FELIZ

Es un taller totalmente LÚDICO, EXPERIENCIAL Y GAMIFICADO.

Dirigida a equipos de trabajo, que quieran potencializar sus resultados. Logrando que sus colaboradores trabajen con más entusiasmo, alegría y sentido de pertenencia.





**CONTÁCTAME**

# PROGRAMAS de acompañamiento a empresas:

Consisten en hacer un levantamiento de la empresa, ver sus necesidades y en base a eso, diseñar un programa de acompañamiento , con talleres, conferencias, experiencias, pasando por cada uno de los equipos que componen la empresa



Rosa Jiménez



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

Contacto directo



@coachrosajimenez



TALLERES Y PROGRAMAS EMPRESARIALES

