



### Crecimiento Personal

#### ACOMPANAMIENTO

- Orientación Psicológica con Enfoque Gestalt
- Sesiones de Coaching: Individual y Grupal



### Talleres de Crecimiento

#### TALLERES

- Equilibrio en tu vida
- Descubrir tu Potencial
- Inteligencia Emocional
- Educación en Emociones I
- Educación en Emociones II
- Mindfulness. Atención Plena
- MBTI ( Perfil de Personalidad)



### Desarrollo Interior

#### CLASES

- Pilates
- Hatha Yoga
- Yoga Restaurativa
- Meditación



### Talleres de Crecimiento

#### TALLERES

- 7 prácticas básicas de meditación
- Meditación para principiantes
- Filosofía: Yoga Sutras
- Círculo de Lectura
- 8 ramas del yoga
- Pranayama
- Chakras

"Una persona, un potencial por descubrir."



### Eficiencia Organizacional

- Implementación de NOM-035-STPS-2018
- Gestión de Competencias: Modelo 70/20/10
  - Plan de Carrera y Desarrollo
- Estructura organizacional:
  - Misión, Visión y Valores
  - Modelo de Competencias
  - Capacitación Integral: Técnico, Habilidades, Crecimiento Personal.
- Programa Organizacional - Desarrollo Humano
  - Duración: 4 meses
  - Sesiones de Coaching ( 2 al mes) Directivos o gerencial
  - 1 taller al mes de 4 hrs o Diplomado para todo el Equipo de Trabajo



### Talleres, Diplomados y Certificaciones

#### TALLERES ORGANIZACIONALES

- NOM - 035 - STPS - 2018
- Proyección de Carrera
- Administración del Tiempo
- Nuevo Año, nuevos objetivos
- MBTI (Perfil de Personalidad)
- Limitantes del éxito: Creencias

#### TALLERES COMPETENCIAS Y HABILIDADES

- Innovación
- Comunicación
- Trabajo en Equipo
- Manejo de Conflictos

#### DIPLOMADOS

- Self Awareness (4 módulos - 10 hrs c/u)
- Liderazgo Consciente (8 módulos - 8 hrs c/u)
- Manejo Positivo del Estrés (8 módulos - 3 hrs c/u)
- Empoderando a tu Equipo: De Líder a Coach (7 módulos - 6 hrs c/u)

#### CERTIFICACIONES

- Taller de Certificación de Instructor/Capacitador STPS



442.250.0551



contacto@gruposauce.com.mx



www.gruposauce.com.mx



Conde de Miravalle #107 Col. Carretas, Qro.

