



# COHERENCIA PERSONAL®

## Programa Corporativo de SALUD Y BIENESTAR Alto rendimiento & Reducción Estrés

### Gánale el pulso a tu bienestar

La misión de Coherencia Persona es concienciar y educar en una nueva cultura de salud y bienestar basados en los últimos avances y descubrimientos de la **Neurociencia**, para facilitar un equilibrio físico y emocional en las personas que les permita disfrutar de la vida.

Ofrecemos programas Corporativos de Salud y Bienestar de alto rendimiento, reducción estrés y resiliencia que ayudan a los Directivos, Líderes y Personas a ser más equilibrados, conscientes y productivos.

Combinando la tecnología de HeartMath de Biofeedback junto con metodología **Coaching**, técnicas de programación neurolingüística (PNL) y creatividad, como una poderosa estrategia de **afrontamiento del estrés y alto rendimiento**.

**Formación - Coaching**

**Evaluación Factores Psicosociales**

**Entrenamiento - Biofeedback**



"No es el más fuerte ni el más inteligente el que sobrevive, si no el más capaz de adaptarse a los cambios."



**Optimiza tu rendimiento y refuerza tu confianza. Marca la diferencia, fortalece tu mente para conseguir tus objetivos.**

[coherenciapersonal.com](http://coherenciapersonal.com)

**Tu mejor elección**



**Tecnología y Entrenamiento continuo para TU SALUD.**



El programa informático de Biofeedback, nos permite ver en tiempo real nuestra coherencia cardiaca y realizar un programa de entrenamiento diario en "Alto rendimiento, control y reducción del estrés", mediante juegos que lleva incorporados, aprendemos a respirar y mejorar nuestras habilidades cognitivas como la atención, la concentración, memoria y creatividad. El programa de Biofeedback junto al aprendizaje de técnicas psicofisiologica hace que su estado de bienestar, físico y emocional mejore en pocos días de entrenamiento. Nunca antes fue tan fácil adquirir un hábito de Salud tan eficaz.



El sistema se basa en los nuevos conocimientos neurocientíficos del sistema nervioso y endocrino en el corazón, un órgano que es un fiel reflejo de nuestro estado de emocional.



**COHERENCIA**  **PERSONAL**



*"Los empresarios más importantes Fortune 100, han dicho que invertir en un programa corporativo de bienestar en el ambiente laboral es la manera más inteligente para mejorar la moral de los empleados, así como para reducir el absentismo y los cambios de puesto de trabajo, pudiendo prevenir la aparición de problemas de salud"*

Empresas como la Nasa, Clínica Mayo, HP, BP, Axa, Wossloh ya han incorporado las técnicas y tecnología de HeartMath con éxito.



**En el trabajo, la vida y el deporte, cada decisión cuenta.**

Realizamos visitas in-company, nos adaptamos a las necesidades del cliente.

**¡LLAMA AHORA! 649377804**  
**PRIMERA SESION DE COHERENCIA GRATUITA**



**Solicita información**  
**Tu salud es lo más importante**

coherenciapersonal.com  
 coherenciapersonal@gmail.com  
**649 377 804**