

¿Estás harta de no parar en todo el día y encima te sientes culpable por no llegar a todo? ¿Sientes que te estás abandonando y que tus hijos, tus padres, tu trabajo consumen todo tu tiempo?

Te comprendo y me encantaría poner a tu disposición todo lo que he aprendido sobre gestión emocional y atención plena.



A través de mis sesiones de coaching individuales, crearemos juntas un espacio de serenidad, para que puedas bajar el volumen de tu radio mental, reconectar contigo misma, reflexionar sobre lo que realmente deseas y llevar esos deseos a la acción.

*Primera
sesión
gratuita*

Graciela Sánchez-Terán

Coach Profesional ACTP

Más de 100 horas de práctica. Experiencia en mindfulness y PNL



LLÁMAME O ESCRIBE UN WASUP AL 649630501