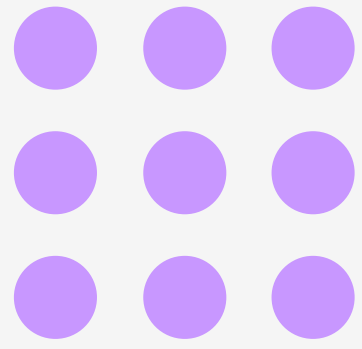


R.A.I.S.E. WELL-BEING PLAN

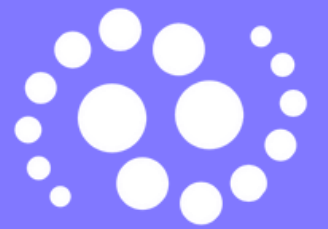
BY PAULA DINARO 2023



EMPLEADOS FELICES EMPRESAS PROSPERAS



PAULA DINARO
Awakening coach



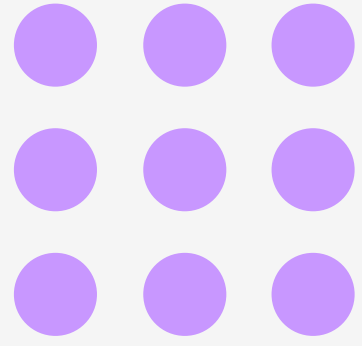
R.A.I.S.E.
ELÉVATE



WWW.PAULADINARO.COM

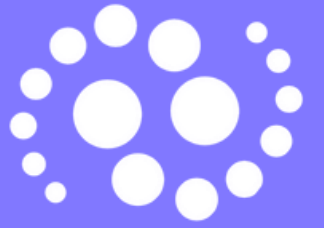
R.A.I.S.E. PLAN DE BIENESTAR

BY PAULA DINARO 2023



LA FELICIDAD ES UN TEMA SERIO

WWW.PAULADINARO.COM



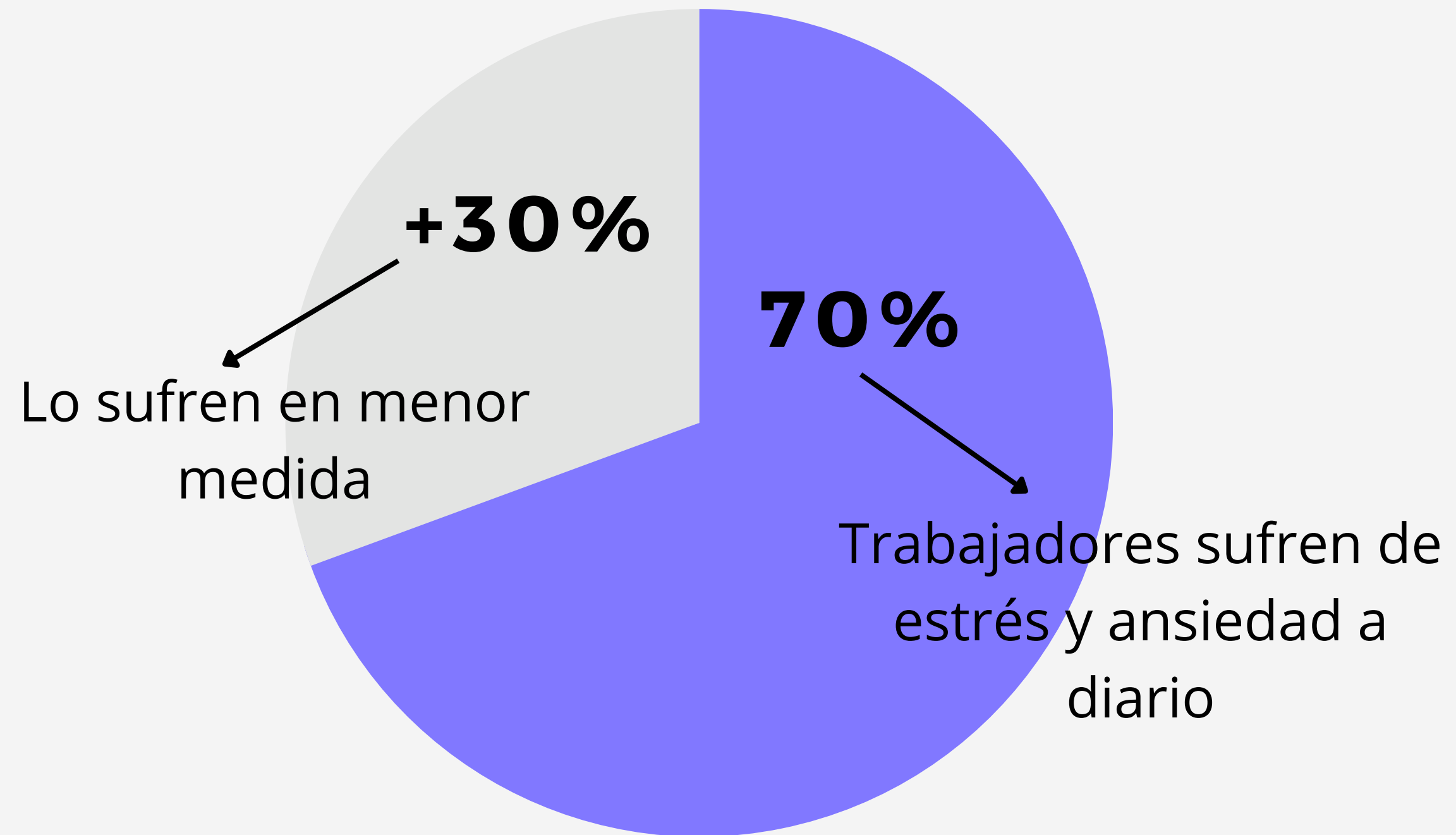
R.A.I.S.E.
ELÉVATE



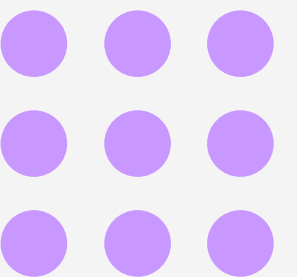
PAULA DINARO
Awakening coach



El estrés, una de las aflicciones más comunes de la vida moderna, se ha afirmado que es **“la epidemia del siglo XXI”** (Organización Internacional del Trabajo).



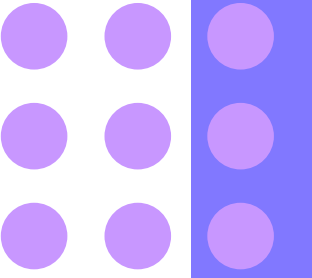
Temas clave de la exposición



EL ESTRES LABORAL

Es aquel que se produce debido a la excesiva presión que tiene lugar en el entorno de trabajo.

Generalmente es consecuencia del desequilibrio entre la exigencia laboral (también propia) y la capacidad o recursos disponibles para cumplirla eficientemente.



Sus efectos pueden ser graves:

- DESCENSO ACENTUADO DE LA PRODUCTIVIDAD.
- ABSENTISMO.
- ALTA ROTACIÓN DE EMPLEADOS, LO QUE IMPIDE QUE SE GENERE UNA CULTURA ORGANIZATIVA FAVORABLE.
- DISMINUCIÓN EN LA CALIDAD DEL SERVICIO/PRODUCTO.
- DETERIORA EL CLIMA LABORAL DE LA COMPAÑÍA

Fuente: Gallup.com

“El capital más valioso de una compañía son sus empleados”.

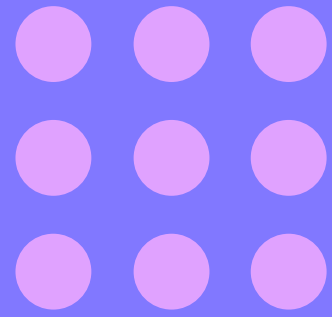
ESTA ES UNA FRASE QUE SIEMPRE ESCUCHAMOS O QUE LAS EMPRESAS REPITEN; SIN EMBARGO, DEBEMOS PREGUNTARNOS:

- ¿Cómo evidencian las empresas este principio?
- ¿De qué manera podemos capitalizar o poner en práctica esta frase? O tal vez,
- ¿Cómo podemos invertir en la felicidad del personal?

SIN DUDA ESTA ES UNA DE LAS INVERSIONES MÁS ESTRATÉGICAS QUE PUEDE REALIZAR LA EMPRESA.

¿POR QUE TRAER EL CONCEPTO DE LA FELICIDAD Y ARMONIA DE BIENESTAR AL TRABAJO?

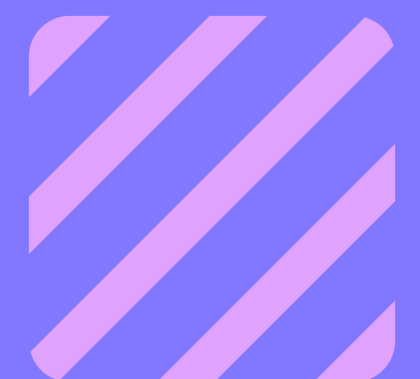
- 25% INCREMENTO EN LA RENTABILIDAD EN SUS GANANCIAS.
 - 75% DE REDUCCION EN LOS COSTOS MEDICOS.
 - 61% DE LOS TRABAJADORES HAN DICHO QUE EL BIENESTAR LABORAL ES LO MAS IMPORTANTE.
 - FOMENTA EL CAMBIO CULTURAL DE LA EMPRESA
 - REDUCCIÓN DE BURN OUT
- REDUCCIÓN DE DÍAS POR ENFERMEDAD
 - MEJORA EN LA RETENCIÓN DE EMPLEADOS: LOS EMPLEADOS FELICES SON 5 VECES MÁS PROPENSOS A DEFENDER FIRMEMENTE A SU EMPRESA Y CONFÍAN EN EL LIDERAZGO.
 - MAYOR ADAPTABILIDAD Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS



**“La inteligencia emocional representa el 80% del éxito en la vida”.
(Daniel Goleman).”**

LA FELICIDAD PERSONAL HA RECUPERADO UN VALOR ESENCIAL. TANTO ES ASÍ QUE DESDE 2012 LAS NACIONES UNIDAS HAN DECLARADO EL 20 DE MARZO DÍA MUNDIAL DE LA FELICIDAD Y HA SIDO RECONOCIDA COMO DERECHO HUMANO FUNDAMENTAL Y OBJETIVO DE TODOS. EL SER HUMANO TIENE 3 NECESIDADES BÁSICAS: SER AMADO, SER RECONOCIDO Y VIVIR UNA VIDA PACÍFICA Y ARMONIOSA.

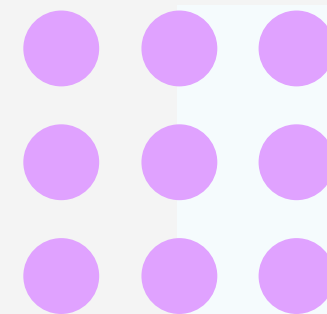
Fuente Gallup



PAULA DINARO

EXPERTA EN FELICIDAD PERSONAL
CONFERENCISTA

Jefe de Bienestar Organizacional
Escritora Best Seller Author , SUMMARIUM
"Felicidad personal en el espacio laboral"
Life Coach.
Mentora
Licenciada en Sanción Cuántica,
Master en Hipnosis Clínica,
Maestra de Meditación



MIEMBRO DE:



RED GLOBAL
DE MENTORES

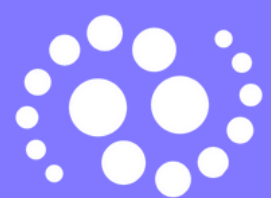




R.A.I.S.E.

ELÉVATE

Reconoce tus talentos
Acepta el desafío
Imagina tu futuro
Siente el Exito
Ejecuta



R.A.I.S.E.
ELÉVATE



GRACIAS A DIOS ES LUNES

CONFERENCIA

LIDERAZGO CONSCIENTE

El 76% de los empleados renuncian a sus jefes no a sus empresas

- Qué es el liderazgo consciente?
- Como desarrollarlo y aplicarlo.
- Comunicación asertiva y productiva
- Estar alineados en vez de bajar línea

Beneficios:

Diferencias entre liderazgo consciente y liderazgo tradicional

Capacidad de mejora en la comunicación y la interacción entre el líder y su equipo

Fortalecimiento de las Habilidades blandas

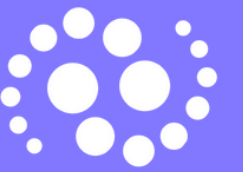
1 HORAS

Método R.A.I.S.E.

Conference, Meditación & Escritura

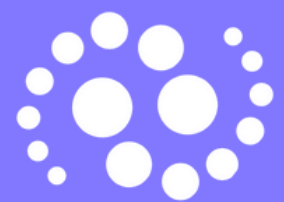
- **R** econoce tus talentos
- **A** cepta el desafío
- **I** magina tu futuro
- **S** iente el éxito
- **E** jecuta.

Nuestra metodología R.A.I.S.E., se basa en un enfoque integral que combina la neuro-ciencia, la física cuántica, y el mindfulness para el bienestar y la salud mental.



R.A.I.S.E.
ELÉVATE

**LAS LLAVES PARA EL ÉXITO
PERSONAL Y PROFESIONAL.**



R.A.I.S.E.
ELÉVATE



Mini -WORKSHOP

TECNICAS PARA ELIMINAR EL STRESS EN MINUTOS

Ejercicios simples y fáciles de aplicar en cualquier momento.

- MIND HACKERS
- AFIRMACIONES
- EJERCICIOS DE EMPODERAMIENTO

Beneficios:

Integración de técnicas invisibles y efectivas para la reducción del stress en momentos claves.



EXPERTA EN FELICIDAD PERSONAL
CONFERENCISTA

Escritora Best Seller Author , SUMMARIUM

"Felicidad personal en el espacio laboral"

Life Coach. Mentora Licenciada en Sanción Cuántica,
Master en Hipnosis Clínica, Maestra de Meditación



WORKSHOP

R.A.I.S.E. Eleva tu visión

ALINEANDO LA VISION

UTILIZANDO EL EXITOSO METODO DE METAS S.M.A.R.T Y LA CREACIÓN DE VISION BOARDS.

S.M.A.R.T viene del acrónimo.

Specific, Measurable, Achievable Relevant, Time

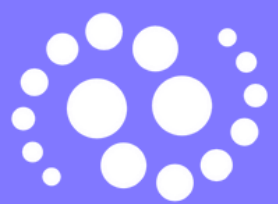
En 5 áreas de la vida:

- 1- Crecimiento personal
- 2- Salud
- 3- Carrera/Profesión
- 4- Relaciones
- 5- Dinero y finanzas

Beneficios:

Identificación de objetivos claros y medibles alineados con la vision y los objetivos de la empresa

Integración a ravez de juego ludico de la creacion del vision board.



R.A.I.S.E.
ELÉVATE



R.A.I.S.E.

Programa de 5 Encuentros

LA CLAVE PARA EL ÉXITO EMPRESARIAL Y PERSONAL.

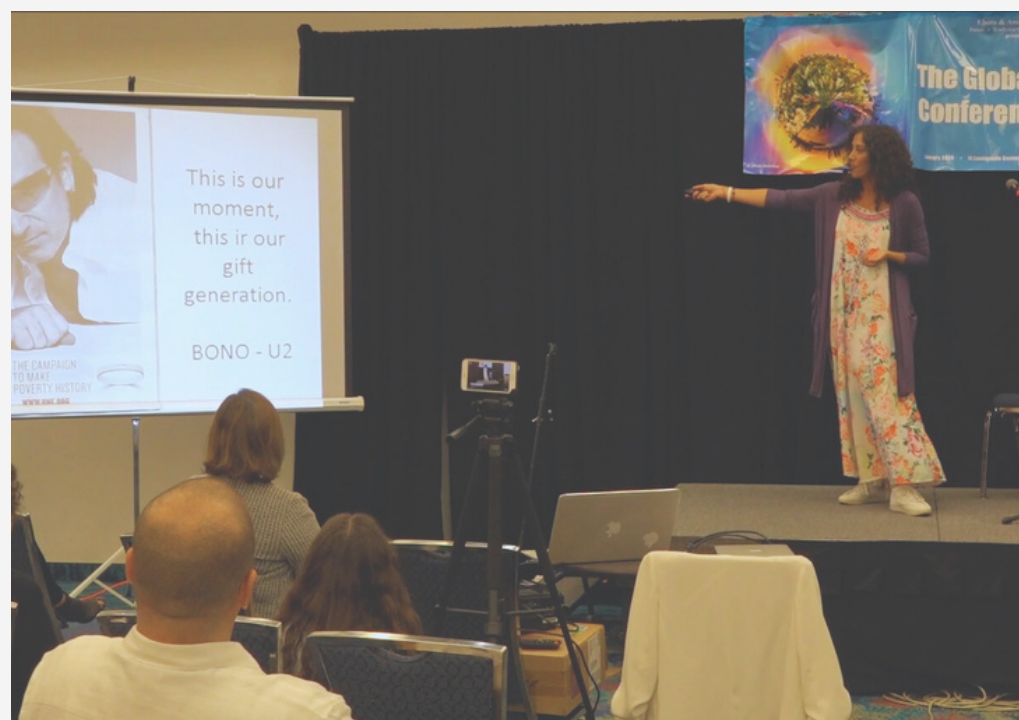
5 reuniones por equipo donde profundizaremos en cada uno de los pasos de nuestra metodología y la aplicaremos para el empoderamiento personal y el desarrollo profesional

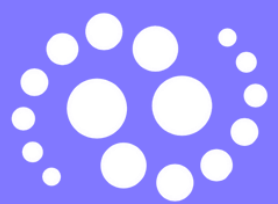
Beneficios:

Identificar las trabas que impiden el éxito del equipo.
Incrementar la Inteligencia Emocional
Mejora del clima laboral
Incremento del trabajo colaborativo en vez de competitivo.

1 HORA X SEMANA

TERAPIAS INDIVIDUALES ADICIONALES DISPONIBLES





R.A.I.S.E.
ELÉVATE



R.A.I.S.E. Programa Extendido

3 / 6 / 9 MONTH

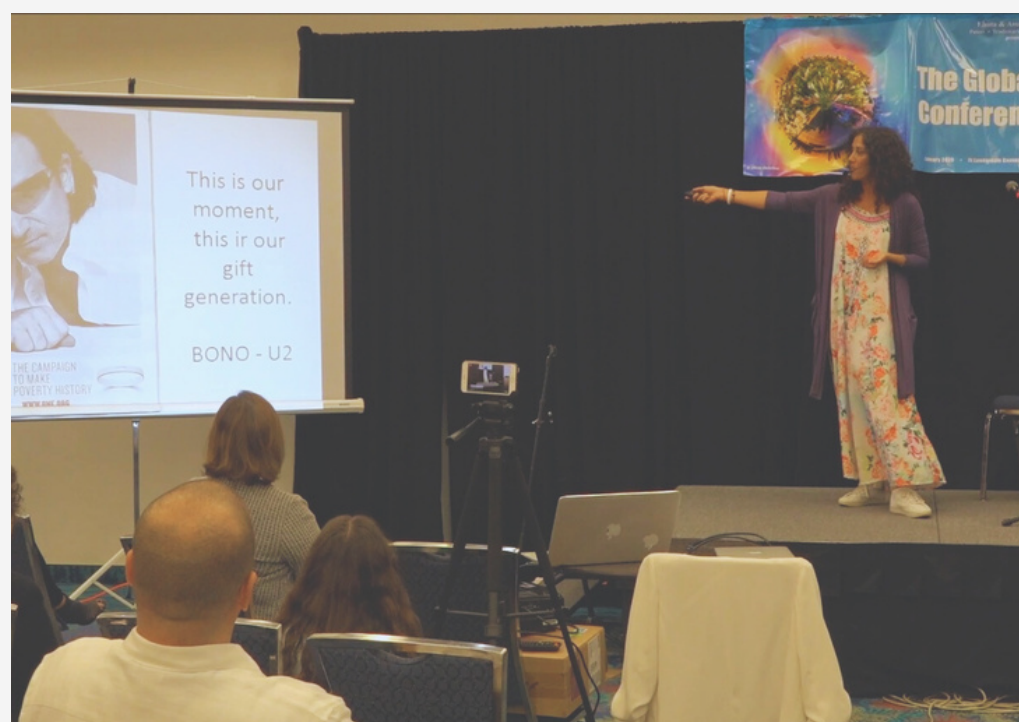
PROGRAMAS DE APOYO POR EQUIPO
GRUPALES E INDIVIDUALES

Mentoría Consejería, Coaching, Hipnosis -Reiki

Beneficios:

Ayudar a las personas a crear su nueva personalidad basándose en lo que han descubierto como su talento, su pasión y su visión de sí mismos en la empresa. Procesos de sanación física, mental y emocional. Apoyados con terapias complementarias. Teniendo una visión holística del ser humano.

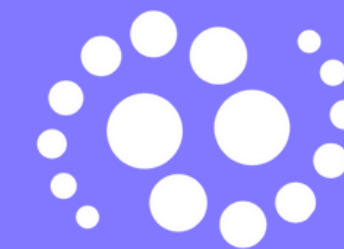
TERAPIAS INDIVIDUALES ADICIONALES DISPONIBLES



GRACIAS
GRACIAS
GRACIAS

LA FELICIDAD ES UN TEMA SERIO

WWW.PAULADINARO.COM

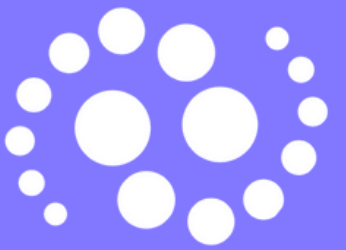


RAISE.
ELÉVATE

**TODOS LOS PROGRAMAS Y
CONFERENCIAS SON ADAPTABLES A
LAS NECESIDADES DE SU EMPRESA**

LA FELICIDAD ES UN TEMA SERIO

WWW.PAULADINARO.COM



RAISE.
ELÉVATE