



FORMATO ONLINE

# PROGRAMA DE DESARROLLO PERSONAL

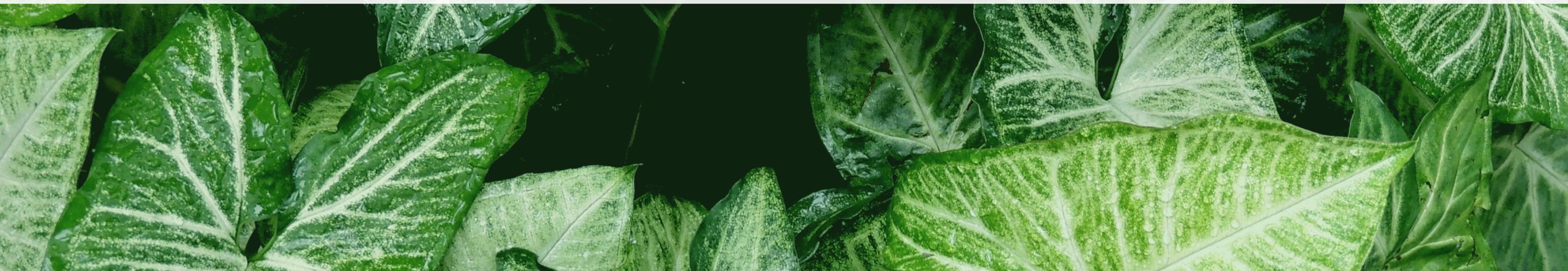
*SILVIO RAIJ - 2021*

# SOBRE EL PROGRAMA (PDP)

*Qué podemos esperar*

Se trata de un viaje de aprendizaje que haremos juntos, para bucear en lo profundo de la mente y el corazón, y conectar con lo que le da sentido a nuestras vidas.

De la mano experimentada de Silvio Raij y su equipo, nos sumergiremos juntos en el océano de nuestro mundo interior para descubrir los tesoros que nos definen como personas: el propósito que nos motiva, los valores que nos empujan y nuestros más grandes sueños. También estaremos desarrollando las habilidades necesarias para afrontar nuestros más grandes miedos, para poder diseñar juntos un plan de acción personal que sostenga nuestro crecimiento continuo y felicidad. ¿Te animás a sumarte?



# LAS PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS

*Lo que recibirá cada participante*

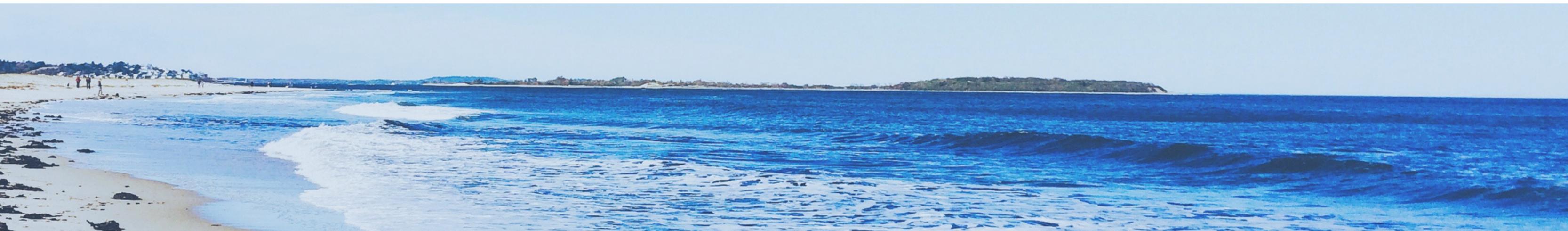
Un programa diseñado por Silvio Rajj, basado en su 1er. libro, "Coaching para el Alma - Descubrí el sentido de tu vida" y en sus experiencias de Coaching, Liderazgo y Mindfulness.

8 encuentros de 2hs. cada 15 días. via ZOOM, durante 4 meses. Dias: 4/2 - 18/2 - 4/3 - 18/3 - 8/4 - 22/4 - 6/5 - 20/5

Meditaciones guiadas, dinámicas grupales, ejercicios experienciales y procesos de indagación.

Clases de los mejores expertos en Comunicación, Expresión corporal y Desarrollo personal en Uruguay.

Ejercicios, lecturas y experiencias para continuar el aprendizaje en casa.



## EQUIPO ESPACIO SATI

*Silvio Raij*  
Coach e Instructor  
Mindfulness



*Jimena Velázquez*  
Coordinadora y  
Mindfulness Niños



## CONFERENCISTAS INVITADOS

*Gustavo Rey*  
Docente, Periodista,  
Comunicador Radial,  
Coach.



*Nonie Reaño*  
Sicóloga,  
Conferencista,  
Directora de Brahma  
Kumaris Perú





ESTE PROGRAMA ESTÁ DEDICADO A  
TODOS LOS QUE SIENTEN QUE EL  
VERDADERO CAMBIO COMIENZA  
POR UNO MISMO.



# LA TEMÁTICA

## *Los pasos a dar durante el viaje*

1. Valorar nuestra historia de vida
2. Explorar nuestras principales fortalezas
3. Descubrir nuestro "propósito" y sentido de vida
4. Vivir nuestros principales "valores" humanos
5. Emerger y refrescar nuestros "sueños"
6. Identificar los obstáculos que nos bloquean para crecer
7. Trazar las metas a conseguir
8. Diseñar un plan para desarrollarnos y crecer



# A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

*¿Es para mí?*

A cualquier persona que desee despertar su máximo potencial y motivación de vida.

A profesionales de todas las áreas: emprendedores, educadores, formadores, etc. que quieran crecer como personas a nivel mental, emocional y espiritual.

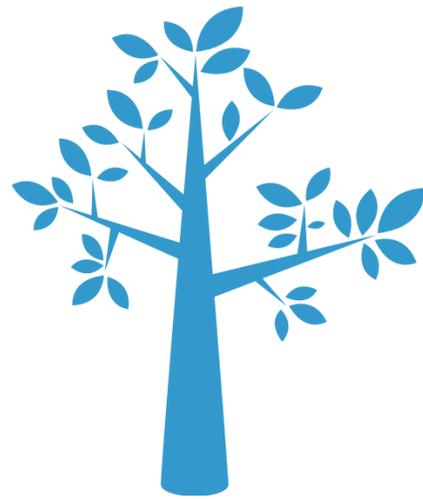
A líderes que necesiten potenciar sus carreras por descubrir el sentido detrás de lo que hacen y quieren conseguir.

A quienes estén buscando un sentido en la vida y quieran crecer como personas y entender mejor sus mundo interior para vivir más felices.

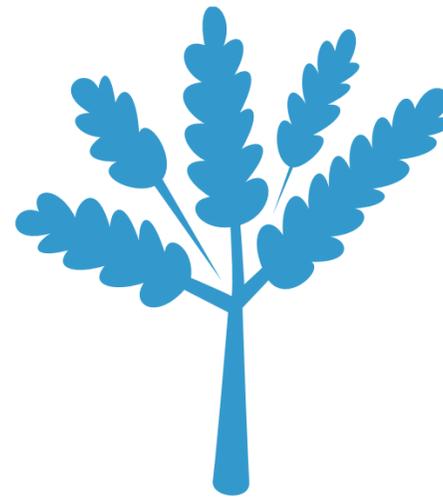
No es necesario contar con ninguna experiencia previa.  
Alcanza con tus ganas de cambiar.

# *METODOLOGÍAS*

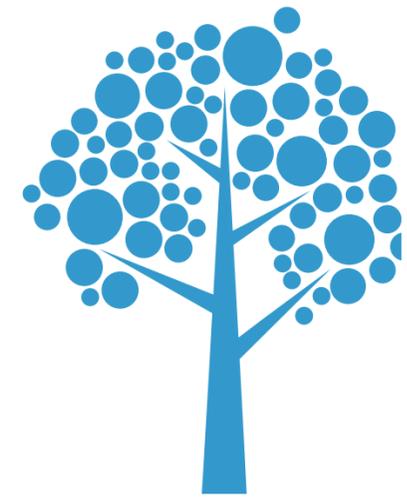
*Herramientas utilizadas durante el Programa*



*Coaching Ontológico.  
basado en Newfield  
Network.*



*Indagación  
Apreciativa y  
Liderazgo.*



*Meditación  
Mindfulness y  
Heartfulness.*

## *INFORMACIÓN COVID 19*



Este curso está diseñado y probado, para realizarse en formato presencial u online. Estaremos monitoreando paso a paso la situación de la Pandemia y decidiremos en que formato hacerlo, de acuerdo a los protocolos ivigentes para esa fecha. Gracias.

Silvio Raij

# Espacio Sati

## Email:

info@espaciosati.uy

## Web:

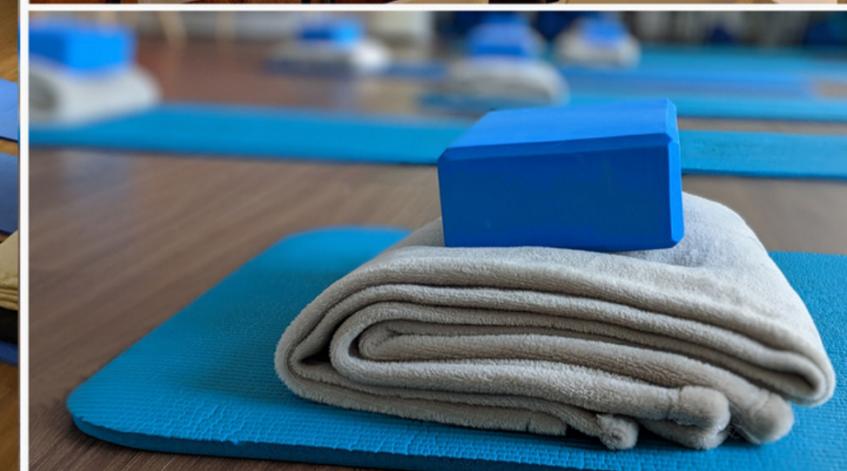
www.espaciosati.uy

## Teléfono:

(598) 099 415 416

## Dirección:

Gonzalo Ramirez 1329





# POR MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL PROGRAMA

## *Dirección*

Gonzalo Ramirez 1329 - Local 014  
Torres Estrellas del Sur

## *Web*

[www.especiosati.uy](http://www.especiosati.uy)

## *Email address*

[info@espaciosati.uy](mailto:info@espaciosati.uy)

## *Teléfono*

(598) 99 415 416