

**MAKE THE WAY**  
**“El arte de generar oportunidades”**

# **Coaching nutricional; herramientas para la consulta**

---

**Granada, 18, 19, 20 de mayo 2015**



# ÍNDICE

---

- **Introducción**
- **Metodología**
- **Programa**
- **Ponente**
- **Calendario**
- **Inscripción y tarifas**



# INTRODUCCIÓN

“Coaching” es una palabra que se está empezando a escuchar en muchos ámbitos, cada vez más, sin embargo sus inicios se remontan a miles de años atrás.

## **Pero, ¿Qué es realmente el Coaching? Y ¿para qué sirve?**

Más que una profesión o una “moda”, el coaching es una herramienta realmente potente que permite multiplicar rápidamente nuestro potencial, llegando así a la consecución de objetivos de forma más rápida, directa y obteniendo resultados de mayor calidad.

Interiorizando esta técnica, entenderemos muchos de los comportamientos de personas de nuestro alrededor; amigos, familiares, compañeros de trabajo y clientes, y podremos aplicar herramientas que permitan e impulsen un cambio requerido y alcanzar aquello que tanto nosotros como los de nuestro alrededor queramos conseguir.

Sabemos que no eres de los que se conforman...

**¡BIENVENID@ AL MUNDO DEL COACHING!**

# METODOLOGÍA

La metodología de este curso combina teoría y práctica para que puedas experimentar en primera persona todo aquello que vas aprendiendo y que generes un valor añadido único y personal que sin duda te hará destacar.

La experiencia es un grado en todos los sentidos. En la experiencia está el verdadero aprendizaje. Lo que a menudo olvidamos es que cada uno de nosotros cuenta con una grandísima experiencia y conocimiento que la mayoría de las veces ignoramos.

Las diferentes dinámicas, sesiones de coaching y ejercicios que nos acompañarán durante la formación te permitirán recuperar y desarrollar todo el potencial que hay en ti y que empezará a dejar de estar oculto.

**Queremos que formes parte de esta formación y que lo hagas propio. Por ello, en el programa verás la palabra (Grupo) junto a uno de los temas, donde aprovecharemos para personalizar la formación, crear entre todos algo único y muy valioso y encontrar la verdadera aplicación del coaching a tus consultas y a tu día a día profesional y personal.**

## ¿Qué aprenderás en este curso?

- ✓ **Herramientas y técnicas que te diferenciarán a nivel personal y profesional**
- ✓ **Herramientas personales que te permitan desarrollarte y mejorar mucho más rápido**
- ✓ **Conocerás el verdadero potencial del coaching**

---

El curso se impartirá de forma presencial durante **3 tardes** dividido en tres módulos y con una duración total de **12 horas**, 4 horas cada día.

Además del curso presencial contarás con **2 meses adicionales de tutorías** en las que podrás aclarar todas tus dudas que te vayan surgiendo y mejorar tu técnica.

Recibirás toda la información y el material utilizado en el curso en formato digital para que puedas revisarlo siempre que quieras.

Formarás parte de una comunidad de Whatsapp donde podrás recibir información sobre “coaching nutricional” y donde compartir con tus compañeros todas las experiencias que vayas adquiriendo con las nuevas herramientas que estás apunto de conocer.

# PROGRAMA

## MÓDULO 1: Introducción al coaching

- ✓ Coaching ¿qué es?
- ✓ Origen del coaching
- ✓ ¿Para qué sirve?
- ✓ Tipos de coaching
- ✓ Habilidades y competencias del coach
- ✓ Introducción a la PNL (Programación Neurolingüística)
- ✓ El Rapport y la escucha activa
- ✓ Aplicación y beneficios del coaching en la nutrición (**Grupo**).

## MÓDULO 2: “Coacheando”

- ✓ Metodología GROW
- ✓ Diseño y formulación de objetivos
- ✓ Filtrado del objetivo
- ✓ Análisis de la situación actual del paciente
- ✓ La pregunta poderosa

## MÓDULO 3: Mi paciente

- ✓ Compromiso del paciente
- ✓ Generar conciencia y responsabilidad en el paciente
- ✓ Creencias poderosas y limitantes
- ✓ Neuroplasticidad y aprendizaje
- ✓ Aplicación del coaching en la consulta nutricional
- ✓ **Práctica:** Simulación de una sesión de coaching nutricional (**Grupo**).
- ✓ Puesta en común, conclusiones y cierre del curso

## IRATI LEKUE

Certificado Internacional Experto en Coaching Nivel Oro por el IEC (Instituto Europeo de Coaching) especializada en Coaching Cuántico por María Lobo, IEC y Coaching System.

Directora del área de Inteligencia Emocional de Appfriend.  
Directora de Make the Way; el arte de generar oportunidades.

Irati se diferencia por su pasión por el desarrollo del talento de las personas en el ámbito profesional y personal y por su apasionante y original forma de impartir conferencias y cursos de formación.



 @ilekue

*“El valor de la información ha cambiado. Vivimos en un entorno profesional altamente competitivo donde una grandísima parte de la población tiene acceso a toda la información y formación al uso. Es por ello que el valor de la información ha cambiado, entramos en una era en la que la verdadera diferenciación es el desarrollo de las capacidades y habilidades de las personas en el desempeño de sus tareas en cualquier ámbito laboral. Sería deshonesto decir que la información que se imparte en los cursos que hay hoy en día no es accesible por otras vías, pues la mayoría de la información está al alcance de todos de diferentes maneras. Lo que enriquece y diferencia la formación de Make The Way es que tiene como objetivo que los asistentes aprendan a utilizar y exprimir esa información al máximo en sus vidas personales y profesionales, para lo que implicamos a los asistentes en cada curso invitándoles a crear sus propias herramientas y a descubrir y desarrollar todo su potencial”.* **Irati Lekue.**

# CALENDARIO

MÓDULO	DÍA	HORARIO	LUGAR
<b>1 Intro. al coaching</b>	18 DE MAYO 2015	16:00H – 20:00H	Facultad de farmacia*
<b>2 “Coacheando”</b>	19 DE MAYO 2015	16:00H – 20:00H	Facultad de farmacia*
<b>3 Mi paciente</b>	20 DE MAYO 2015	16:00H – 20:00H	Facultad de farmacia*

*\*El aula en el que se impartirá el curso será comunicado por correo electrónico a los asistentes antes del comienzo del mismo.*

# INSCRIPCIÓN Y TARIFAS

## RESERVA DE PLAZAS

Por la naturaleza de la formación, se realiza en grupos reducidos de un máximo de 15 personas.

Se adjudicarán las plazas por riguroso orden de inscripción. La inscripción se entenderá formalizada cuando hayas ingresado el 100% del total del curso en concepto de matrícula y reserva de plaza.

Para ello deberás rellenar el formulario de inscripción y cuando lo hayas hecho dispondrás de 48 horas para realizar el pago correspondiente a la cuota del curso.

## MODALIDADES DE PAGO

Trasferencia bancaria.

ES55 0049 6707 9825 9531 0851  
Banco Santander

Titular: Asociación Juvenil Ebersix

Por favor, indícanos el concepto de la transferencia:

*Nombre y apellidos; "C.Nutricional".*

**Curso "Coaching Nutricional;  
herramientas para la consulta"**

**Precio: 60 €**

**FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN 11 DE MAYO  
DEL 2015**

## Rellenar formulario de inscripción

Dispondrás de 48 horas para realizar el pago correspondiente a la cuota del curso una vez hayas rellenado el formulario.

**Para más información:**

[curso.educanutri@gmail.com](mailto:curso.educanutri@gmail.com)