

CURSO CORTO **¡NUEVO!**
HEALTH COACH



Nos encontramos en una sociedad en crisis y sobreinformada, extensas teorías sobre la alimentación y una tendencia hacia encontrar lo estéticamente saludable.

En la introducción de health coaching, adoptamos un enfoque holístico de la salud y el bienestar, y le enseñamos que no se

trata solo de la comida en su plato, sino también de cómo se alimenta en otras áreas de su vida, como sus relaciones, carrera, actividad física y espiritualidad.

El programa introducción a asesores de salud proporciona una visión holística y comprensión de la nutrición básica, nutrición Integrativa fundamental, conceptos y técnicas de coaching para influir de manera positiva en la sociedad.

OBJETIVOS DEL CURSO:

Al finalizar el curso el participante estará en la capacidad de:

- / Reconocer aspectos básicos de nutrición, bienestar y salud.
- / Analizar la alimentación primaria y lo que involucra en sus vidas.
- / Desarrollar habilidades de transformación personal.
- / Analizar aspectos bioindividuales de sus hábitos.
- / Organizar los diferentes aspectos de su vida para implementar balance y bienestar a nivel profesional, personal y de salud, identificando potenciales fuentes de fatigas, abandono de dietas o antojos crónicos.

MODALIDAD REMOTA

Aprende desde la comodidad de tu hogar, sin perder tiempo ni dinero en movilizarte, con nuestros cursos remotos. Los cuales se darán en **6 sesiones**, a través de la plataforma **Blackboard Collaborate (educación sincrónica)**, donde podrás conversar con tu profesor en tiempo real. Además, tendrás las clases grabadas por si deseas consultarlas en cualquier momento.



En caso de cancelación de una clase por motivos de fuerza mayor, la clase será reprogramada en la misma frecuencia (día de la semana); en tal caso el curso podría extenderse por una semana adicional.



Conoce el **inicio de clases y los horarios** en nuestra web:

isil.pe/cursos

DOCENTE:



Sandra Mayor

Health Coach certificada con especialización en Emotional Eating por el Institute For Integrative Nutrition de Nueva York.

Máster en Dirección de Empresas del PAD - Universidad de Piura y Licenciada en Administración y Finanzas de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas - UPC.

Con 12 años de carrera corporativa, descubrí mi pasión por la vida saludable y por comunicar que ésta va mucho más allá de una dieta para perder peso. Por ello, decidí dedicarme a llevar este mensaje y promover bienestar en la sociedad a través de asesorías uno-a-uno, así como de conversatorios, charlas y talleres.

¿POR QUÉ DE LLEVAR LOS CURSOS CORTOS DE ISIL EDUCACIÓN EJECUTIVA?



CURSOS INTENSIVOS



ESPECIALÍZATE EN 6 SESIONES



HORARIOS ADECUADOS

INFORMES E INSCRIPCIONES:

T.: (01) 706-0000 | Anexos: 4303 / 4300
ee@isil.pe | isil.pe/cursos

ISIL EDUCACIÓN EJECUTIVA