

IMPULSA EMPRENDE

con RoSi

Revista de
@impulsaemprende.official
@impulsaemprendetv



Ejemplar N°29
Enero 2025

Desireé Cardenas

Del plan a
la acción

Relación orden
imagen.

Saliendo de la
zona de confort.

Coach ontológico y empresarial
HRBP/ Manager / Consultora
Host y creadora del podcast Líderes de otro mundo
Coautora del libro colaborativo Impulsa el Talento Humano

2024.

- Editorial

Directora: Rosario Silva Bravo
Diseño y montaje: Impulsa Emprende.
Ventas y RRPP: Ingrith Gutierrez.

- Contáctanos

www.impulsaemprende.com
Email: contacto@impulsaemprende.com
WhatsApp: +56995005040
<https://linktr.ee/impulsaemprendetv>

- Nuestras redes

-Facebook.com/impulsaemprendetv
-Instagram: @Impulsa Emprendetv
@impulsaemprende.oficial
-Youtube: Impulsa Emprende TV
-LinkedIn: Impulsa Emprende

¡Gracias por
visitar e impulsar
Nuestra Revista!

2 - Impulsa emprende

En nuestra primera edición del año 2025 te invitamos a abrir tus brazos a todas las oportunidades excelentes que lleguen hacia ti en la Era de la Transformación".

"La llegada de un nuevo año trae consigo una mezcla de emociones: esperanza, optimismo y un toque de incertidumbre. En un mundo donde la tecnología avanza a pasos agigantados y los desafíos globales se multiplican, los líderes deben estar preparados para enfrentar los cambios y aprovechar las oportunidades.

En esta edición especial de nuestra revista, exploramos temas que contribuyen en el liderazgo, bienestar, negocios y cultura organizacional. Desde la inteligencia artificial hasta la sostenibilidad, pasando por la diversidad y la inclusión, nuestros expertos y líderes de opinión comparten sus perspectivas y consejos para navegar este entorno .

Editorial



RoSi

Así que, ¿estás listo para embarcarte en este viaje hacia el futuro? ¡Únete a nosotros en esta nueva edición y descubre cómo puedes convertirte en un líder más efectivo y visionario.

"Únete a la conversación en nuestras redes sociales."

Te invitamos a disfrutar nuestra revista digital internacional.

@rosariosilvabravo, alias RoSi

05



Sección Bienestar

-Relación orden e imagen

10



Sección Liderazgo

-“Necesito salir de mi área de confort”

20



Sección Bienestar

Nos vestimos de blanco para salvar vidas.
Diana Velez

23



Sección Liderazgo

Impulsando el plan a la acción: Con liderazgo y disciplina.
Rosario Silva

Contenido.

Sección Negocios

07



Sección Bienestar

- Adriana Francia
- La belleza de la madurez

33



Sección Negocios

Más allá de los Desafíos
Ingrith Gutierrez

38



Destacad@

Desireé Cardenas
Coach ontológico y empresarial

68



Sección alianzas

-Especial Navidad.
Mascotas en el interior del hogar.



Bienestar

“Comienza este nuevo año cultivando bienestar: prioriza tu equilibrio, abraza hábitos saludables y encuentra armonía en cada día.”

Relación orden e imagen

Gracias por acompañarme en este Tren de Vida donde compartimos conocimientos y experiencias.

¿Que es el orden para ti? ¿Existe alguna relación con la coherencia e identidad de imagen?.

Desde mi expertiz...todo. El punto de partida para disfrutar de una buena imagen en tiempo y practicidad es el orden de los elementos que la componen.

Ordenar nuestro espacio debe ser nuestra primera tarea diaria y mantenerlo con naturalidad nos proporcionará el ahorro de tiempo al vestarnos para nuestras diferentes tareas.

Un closet, gavetas o armario es conveniente diseñarlo de manera personalizada y guiado a las labores y gustos que nos definen.

Hemos hablado en otras ocasiones de como clasificar nuestro closet y las diferentes directrices que pueden colaborarte al ahorro de tiempo, sin usar esa excusa para no vestarnos de manera adecuada o salir corriendo cada vez que tenemos una actividad, que nos saca de nuestra zona de confort.

"No tengo que ponerme" . Es una frase muy común que utilizamos porque no tenemos un



- **Miosotis Joaquín** 

Facilitadora de Imagen Personal
y Corporativa

CEO Imagen y Ética

@miosotis.joaquinoficial

closet inteligente que nos brinde esa facilidad.

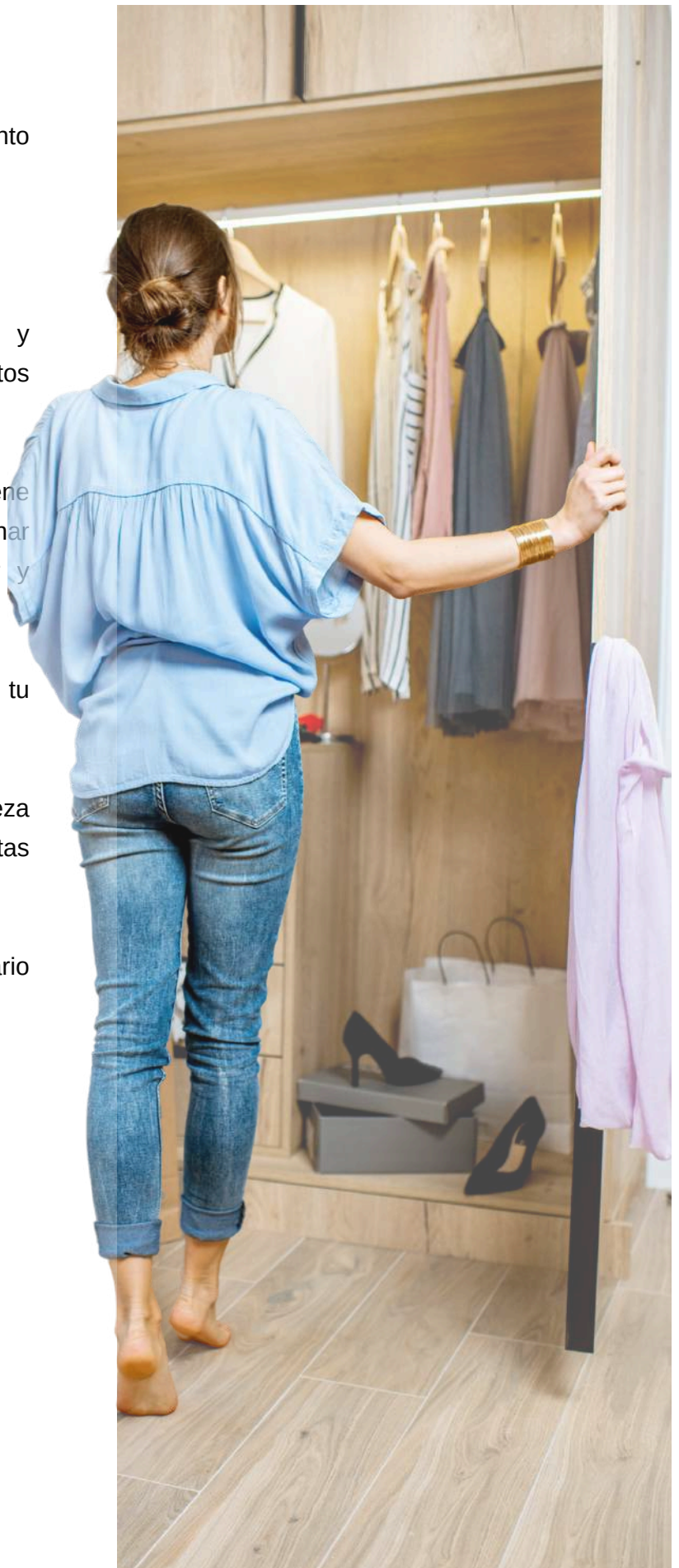
Iniciamos el año y te invito a organizar tu closet con las siguientes ideas:

- Haz un balance de tu vestuario.
- Saca las piezas que ya no utilizarás ya sea porque no te sirven o no te agradan.
- Realiza nuevas combinaciones.
- Organiza de izquierda a derecha y de informal a formal, clasificando por colores si es de tu agrado.
- Las piezas dobladas, colócalas en gavetas o cajas de almacenamiento.

- Carteras y zapatos en almacenamiento especializados.
- Coloca protectores de humedad.
- Las maletas deben estar limpias y cerradas para evitar los insectos urbanos.
- Los cosméticos de belleza e higiene deben estar bien cerrados y desechar aquellos que han cambiado su olor y textura.
- Coloca bolitas de algodón con tu perfume predilecto para aromatizar.
- Y por último, recuerda que cada pieza tiene su lugar y de esta manera estás valorizando tu tiempo y espacio.

No olvides escribirme cualquier comentario o tema que deseas compartir contigo.

Hasta la próxima.



La belleza de la madurez

¿Alguna vez sentiste que la edad es una barrera para cumplir tus sueños? ¡Desterrá esa idea! La madurez es un tesoro que nos brinda sabiduría, experiencia y una libertad única para explorar nuevas pasiones. Dejamos de ser invisibles y ahora somos protagonistas de nuestras propias historias.

Es tiempo de festejar la vida, de disfrutar cada momento y descubrir todo lo que somos capaces de lograr.

Desde chica me gustó mucho leer, pero nunca imaginé que me convertiría en escritora. A los cuarenta y pico comencé un taller literario para soltar la mano por un tema laboral y nunca más lo abandoné.

Empecé a dar rienda suelta a mi imaginación y a poner mis pensamientos en papel. La jubilación fue una gran ayuda que me permitió dedicarme de lleno a la escritura. Participé en varias antologías, publiqué un primer libro de cuentos cortos y en 2024, cumplí otro sueño, publiqué mi primera novela: “Nada más que tres minutos”.

En esta etapa recibimos un regalo invaluable: una mayor conciencia de nuestro bienestar. Podemos dedicarnos a actividades que nos apasionan, viajar, emprender un nuevo negocio, convertirnos en artistas, explorar la naturaleza o gozar momentos de tranquilidad.



Es tiempo de celebrar nuestros logros, de conectarnos con otras mujeres y de inspirar a quienes nos rodean. Nuestra experiencia y sabiduría son las mayores fortalezas. Hemos enfrentado desafíos, superado obstáculos y aprendido de nuestros errores. Nos convertimos en mujeres resilientes y seguras de nosotras mismas.

Mi historia es solo una prueba de que nunca es tarde para empezar algo nuevo. Hay muchísimas más. Si tenés un sueño, no lo dejes escapar, perseguilo con entusiasmo y verás cómo tu vida se transforma.

Cada una de nosotras tiene una historia única que contar y un talento especial que compartir.

La edad no define nuestras capacidades, es nuestra propia determinación.

Adriana Francia

@adrianafrancia.escritora gracias por compartir, gentileza de la revista CARAS.





DIPLOMADO ESCRITURA

Preparado por:
Academia Literaria
Instituto de Letras Internacional

Presentado por:

ROSARIO SILVA BRAVO
MARÍA TERESA LAVÍN
CARMENZA AGUILAR



Diplomado Disponible

“NECESITO SALIR DE MI ÁREA DE CONFORT”



Mercedes Jahn, PhD 🇲🇪

Mentora de Plenitud Corporativa

www.jahninstitute.com

Transformando Vidas, Impulsando Organizaciones

Salir del área de confort es como lanzarse al vacío desde el borde de un precipicio, sin paracaídas pero con la certeza de que aprenderás a volar en la caída.

Es una rebelión contra la monotonía, una declaración de guerra a la mediocridad que anida en los rincones más oscuros de tu alma.

La zona de confort es un lugar cómodo, sí, pero también es una prisión dorada, donde los sueños se disuelven como niebla al amanecer y la ambición se acurruca en un rincón, temerosa de la luz.

Los beneficios de lanzarse al abismo

Cuando te atreves a romper las cadenas de la

rutina, descubres que el mundo es más vasto y rico de lo que jamás imaginaste. Fuera de tu zona de confort, las oportunidades se presentan como diamantes en bruto, esperando ser pulidos por el coraje.

Cada paso hacia lo desconocido es un acto de fe, una apuesta a que el dolor del crecimiento es más valioso que la seguridad del estancamiento.

Salir de la zona de confort te convierte en un alquimista de tu propia vida, transformando la incertidumbre en conocimiento, el miedo en fuerza, y los errores en lecciones doradas.

Es en el caos donde encuentras la verdadera esencia de tu ser, donde tus habilidades son puestas a prueba y donde la resiliencia se forja como el acero bajo el martillo.

El orgullo de controlar tu vida

Tomar el control de tu vida es como empuñar una espada flamígera, capaz de cortar las ataduras invisibles que te retienen.

Es una proclamación audaz de que no serás un espectador en tu propia historia, sino el protagonista indomable que escribe cada capítulo con sangre, sudor y pasión.

Cuando asumes las riendas de tu destino, dejas de ser un barco a la deriva, empujado por las corrientes de la vida, y te conviertes en un capitán que navega con rumbo fijo hacia horizontes ilimitados.

Este control es un fuego que arde dentro de ti, una fuerza que no permite excusas ni lamentos.

Es el orgullo de saber que, aunque el camino sea empinado y lleno de obstáculos, cada paso que das es una victoria personal, un testimonio de tu capacidad para moldear tu realidad.

No hay mayor satisfacción que la de enfrentar los desafíos de frente, con la mirada firme y el corazón lleno de convicción, sabiendo que cada riesgo asumido te acerca más a la grandeza.

Rompe los esquemas

La vida comienza al final de tu zona de confort. Es allí, en el borde del abismo, donde te enfrentas a tus miedos más profundos y descubres que no son más que sombras proyectadas por una mente asustada.

Salir de esa zona es un acto de revolución personal, una chispa que enciende el fuego del cambio y te impulsa a reescribir las reglas del juego.

No temas al salto, porque en esa caída libre encontrarás las alas que te llevarán a nuevas alturas. No hay gloria en lo fácil, ni grandeza en lo predecible.



La verdadera magia de la vida se encuentra en la audacia de explorar lo desconocido, en el coraje de desafiar lo establecido y en el orgullo de saber que, al final del día, eres el arquitecto de tu propio destino.

ASÍ QUE ROMPE LAS CADENAS, CRUZA EL UMBRAL DE TU ZONA DE CONFORT Y LÁNZATE A LA CONQUISTA DEL MUNDO, PORQUE LA VIDA ES DEMASIADO CORTA PARA SER VIVIDA EN UNA CAJA.

Mercedes Jahn, PhD

Mentora de Plenitud Corporativa

www.JahnInstitute.com

Transformando Vidas, Impulsando Organizaciones



Lanzamiento canción: “Soy”



Soy
Rosi Bravo



Te invitamos a oír aquí

Violeta Monge



Paradigma ecológico en la educación y sus implicaciones en la sociedad actual



En un mundo en donde se está formando el futuro, debemos ser co-creadores de la “salvación” del planeta, nuestro medio ambiente, lo cual genera la búsqueda de métodos, ideas y formas de generar acción y reacción positiva a través de la educación.

En el mundo actual se han inventado productos cuya degradación puede durar siglos, lo que genera una contaminación desenfrenada, hasta el punto de formar islas de basura. Gracias a las redes sociales, ambientalistas y buscadores del bien común han desarrollado ideas de negocios como el salvavidas que nuestra isla necesita. Entiéndase isla como el único lugar conocido y

ambientado para seres humanos, por lo tanto, no podemos mudarnos a otro planeta. Unirse el alma con el planeta es vital. Un ejemplo: muchas personas viven en una especie de mole de concreto, sin un solo rincón verde. Cuando tienen la oportunidad de vacacionar, huyen a zonas verdes, como la playa o la montaña, para reconectar y liberar la “intoxicación urbana” en la que habitan. Salen de su casa y van a una oficina a encerrarse a diario por cientos de días.

Uno debe ser integral. Una frase que uso mucho es “lo que digo, es lo que hago”. Desde hace ya 30 años, empecé mi viaje hacia una vida orientada al bienestar personal, y este irradia a mi mundo, mi día a día, de manera natural. Primero fui vegetariana, luego vegana, y ahora ambos estilos me sientan bien. Somos un ser tripartito: cuerpo, alma y espíritu, una triada asombrosa que debe gestar el mismo equilibrio en nuestro entorno.

En cuanto a la educación, enseño arquitectura bioclimática. Esta es el diseño de espacios adecuados, ya sea con elementos pasivos (parasoles o aleros) o activos (fuentes eólicas o paneles solares) para que los espacios estén en armonía con la zona, siempre de la mano del análisis para el confort térmico. Es una integración con el contexto. Soy amante de las áreas verdes, el aire y la luz, y estos ingredientes deben estar presentes en todos mis diseños. Transmito la importancia de esto a todos mis estudiantes; esto sería la ecoformación para un estudiante de arquitectura.

En casa, tenemos una serie de acciones conscientes del día a día. Siento esto como un estilo de vida, y lo comparto para que se den permiso de hacer la migración:

- **Motivarte:** Me encantaría que después de esta lectura, quede generar el aseo global entre todos y generar un estilo de vida.
- **Compras:** El mundo ideal es lo orgánico, con menos químicos o sin químicos contaminantes. Esto afecta al planeta y a nuestros organismos. Por tanto, usar productos biodegradables si es posible. Bombillas LED y todo aquello que haya sido desarrollado en pro del planeta.
- **Sembrar:** Idealmente, un árbol por año, y sembrar varios alimentos en tu hogar con huertas verticales u otra idea versátil.
- **Compostera:** Separar los alimentos orgánicos para que naturalmente se vuelvan tierra.
- **Vidrios:** Entregarlos limpios al reciclaje.
- **Papeles:** Evitar su uso y reciclar. Idealmente, presentar todos los documentos en formato digital.

- Bolsas: Siempre llevar tu bolsa de compras y reutilizarla, así el plástico poco a poco desaparecerá.

- Aparatos en general: Cualquier aparato eléctrico siempre se desconecta.
• Termo: Siempre llevar nuestra botella con agua o bebidas calientes, es un éxito
• • •

Caminar o bicicleta: Siempre que sea posible.

Copa menstrual y toallas ecológicas: Un ahorro enorme que queda en tu

cuenta bancaria.

- Alimentación a base de plantas: El estudio de Springmann demostró que, si todos fuéramos vegetarianos para el 2050, observaríamos una reducción global de la mortalidad del 6% al 10%, gracias a la disminución de enfermedades coronarias, diabetes, accidentes cerebrovasculares y algunos tipos de cáncer. Además, encontraron que las dietas vegetarianas utilizan la menor cantidad de agua y que los cambios en la dieta pueden reducir el consumo de agua en un 50%. Esta revisión también encontró que las emisiones de gases de efecto invernadero y el uso de tierra podrían reducirse hasta en un 70-80%. Esto es ecoformación consciente, ya que la implicación en la sociedad actual será una transformación real y comprobada. Hacer el cambio en casa (interno) y migrarlo a lo externo (escuelas, universidades, reuniones u otros) ha servido para tener cientos de conversaciones y ver cómo poco a poco todo se va dando de manera real. También es importante estar atentos a los testimonios de cientos de personas alrededor del mundo.

Mujeres de Poder Stronger Together- Reconocimiento y Entrega de juguetes

El pasado Miercoles 15 de Enero de 2025 se celebró en la ciudad de Coral Gables, Florida, la entrega de Juguetes a los hijos de los estudiantes del programa Adult Education en Coral Gables y se hizo un Reconocimiento a las "Mujeres de Poder Stronger Together". Este evento contó con el apoyo y el trabajo en equipo de la embajadora de Mujeres de Poder en Miami Marisol Casola, y las Mujeres de Poder del Año 2024 Gabriela Santos y 2025 Maria De La Cruz quienes representan a las Mujeres de Poder, y que estuvieron al tanto de todos los detalles. En el evento luego de reconocer a las estudiantes graduados se reconoció a la directiva de Mujeres de Poder su Fundadora y Presidenta Tania Guizandi y al Vice-presidente Enrique Lopez, destacando el excelente trabajo y la alianza que han mantenido por tres años consecutivos.

En esa noche tan especial, se llevo acabo la entrega de juguetes donadas por las Mujeres de Poder Stronger Together destinados a los hijos de las madres que estudian English en el programa de Adult Education.

Atentamente,

Tania Guizandi-Lopez

CEO - Fundadora

Mujeres de Poder Stronger Together





MUJERES DE PODER STRONGER TOGETHER 2025

“Ventolera de sexualidad”



- Por **Diana Vélez López** 

Su nombre es Diana I. Vélez López en el 1986 se graduó como enfermera y desde ese momento su vida se llenó de experiencias y eventos que le marcaron la vida. Es madre, abuela y bisabuela, posee una maestría en Enfermería con especialidad en gerontología, un rol administrativo y educativo y el título de Clinical Nurse Specialist, es candidata para obtener un grado Doctoral de la prestigiosa universidad NOVA SOUTHEASTERN UNIVERSITY.

Un suceso de salud que puso en peligro su vida entrelaza sus libros, justo el día que su primer libro está listo para salir a ser impreso Diana sufre un Stroke (accidente cerebro vascular) quedo por un tiempo encamada con muchas limitaciones físicas.

Las citas médicas y todo el proceso, fue podido superar gracias a su fe inquebrantable y los cuidados de su familia.

La escritora expresa “Vivir después de tener un Stroke es difícil y las citas médicas complican a veces las cosas. Estar en las salas de espera y escuchar a las personas (mujeres) hablar como si el mundo se hubiera acabado, no arreglarse y tirar la toalla me estaba volviendo loca.”

Y de ahí surge el libro “Ventolera de Sexualidad”, un grito a la mujer que le anuncia que el amor y la picardía no se acaba con la edad.

Con este libro la escritora quiere que las mujeres se sientan orgullosas y recobren la seguridad, que ninguna condición debe opacar.

La escritora indica “El libro que no es con un enfoque en el mundo de la enfermería, ha sido acogido por todo público, como todos mis libros son de contenido fuerte, en este tendrán la oportunidad de leer un sin numero de minis relatos llenos situaciones súper jocosas y picaras”.

Impulsa
Emprende



¡Potencia tu Marca & **CONECTA CON LÍDERES DE NEGOCIOS!**

- ✓ Impulsa tu marca en nuestra revista digital y canal multimedia.
- ✓ Con Impulsa...en todo el mundo.
- ✓ Publicación en redes globales: Instagram, Facebook, LinkedIn y Pinterest.

Opciones disponibles:

SOLO
30 CUPOS

- **Portada + Entrevista TV:** Artículo central en 4 páginas e imagen de portada.
- **Artículo:** Publicación de 2 páginas sobre tus productos o servicios.
- **Anuncio:** Espacio gráfico de ½ página.

¡Únete ahora y haz que tu marca cruce fronteras!

Instagram:
impulsaemprende.official

Nuestro sitio web
www.impulsaemprende.com



22- Impulsa emprende

Sección **Liderazgo**



Impulsando el plan a la acción: Con liderazgo y disciplina.

Junto con saludar, agradecer tu lectura y desearte un excelente comienzo.

Un nuevo año es una excelente oportunidad para reflexionar, redefinir objetivos y trazar un camino hacia el éxito. En un mundo en permanente cambio, los líderes que planifican con claridad y propósito no solo gestionan mejor los retos, sino que también inspiran a sus equipos a alcanzar nuevas alturas. Aquí te comparto las claves esenciales para planificar el año con liderazgo.

El liderazgo consciente comienza con una visión inspiradora. Dedicando tiempo a reflexionar sobre lo que deseas lograr este año, tanto a nivel personal como profesional. Hazte preguntas como:

- ¿Cuál es el propósito principal de mi organización o equipo este año?
- ¿Qué impacto quiero generar como líder?



 [@rosariosilvabravo, alias RoSi](#)

- CEO Impulsa Emprende & Impulsaemprende TV
- Autora de obras de transformación personal y liderazgo
- Academia Literaria Chile

Una visión clara y compartida... ...Conlleva a llegar a resultados



Te comparto algo que me parece fundamental y es escribir la visión del año y compartirla con todo el equipo. Una meta clara y compartida alinea esfuerzos y motiva a todos hacia un mismo destino.

-Establece objetivos SMART

Los objetivos son la hoja de ruta para materializar tu visión.

Asegúrate de que sean:

- **Específicos:** Definiendo qué quieres lograr con detalle.
- **Medibles:** Estableciendo indicadores claros para evaluar el progreso.
- **Alcanzables:** Que sean realistas, pero no temas desafiar tus límites.
- **Relevantes:** Asegurándote de que estén alineados con tus metas generales.
- **Temporales:** Fijando plazos concretos de cumplimiento.

Crea un plan de acción detallado
Transforma tus objetivos en pasos concretos. Diseña un calendario anual con hitos claros y revisiones periódicas.



Asegúrate de incluir:

- Revisiones trimestrales para evaluar el progreso.
- Espacios para ajustes según cambios en el entorno o prioridades.
- Recursos necesarios, como presupuestos, personal y tiempo.

Por ejemplo, en lugar de "mejorar la comunicación interna", podrías plantear: "Conversar con equipo unos 10 minutos diarios para ver avances o dudas, Implementar reuniones semanales de actualización y medir su efectividad al cabo de tres meses".

-Prioriza y delega eficazmente

Un líder efectivo sabe que no puede hacerlo todo. Identifica las tareas críticas que requieren tu atención y delega aquellas que otros en tu equipo pueden manejar. Esto no solo optimiza tu tiempo, sino que también fomenta el desarrollo de habilidades dentro del equipo.

Herramientas como la matriz de Eisenhower (urgente vs. importante) pueden ayudarte a organizar las tareas y evitar el agotamiento.

Planificar un año - liderazgo estratégico y colaborativo

- Fomenta una comunicación abierta y efectiva

El liderazgo no es un esfuerzo en solitario. Crea canales de comunicación que permitan a tu equipo expresar ideas, dudas y feedback. Reúne a tu equipo regularmente para asegurar que todos estén alineados y comprometidos. Escuchar activamente fortalece la confianza y mejora la colaboración.

- Impulsa el aprendizaje y la innovación

Un líder efectivo está en constante aprendizaje. Invierte en tu desarrollo personal a través de libros, cursos o mentorías. Del mismo modo, incentiva a tu equipo a desarrollar nuevas competencias. Crear un entorno donde la innovación sea bienvenida puede marcar la diferencia en el logro de objetivos.

7. Celebra los logros y aprende de los fracasos

Reconocer los éxitos, tanto grandes como pequeños, es vital para mantener la moral alta. Al mismo tiempo, considera los errores como oportunidades de aprendizaje. La resiliencia es una cualidad clave de los líderes exitosos.

[@rosariosilvabravo](#), alias RoSi

- CEO Impulsa Emprende & Impulsaemprende TV
Autora de obras de transformación personal y liderazgo

Yovana Barón

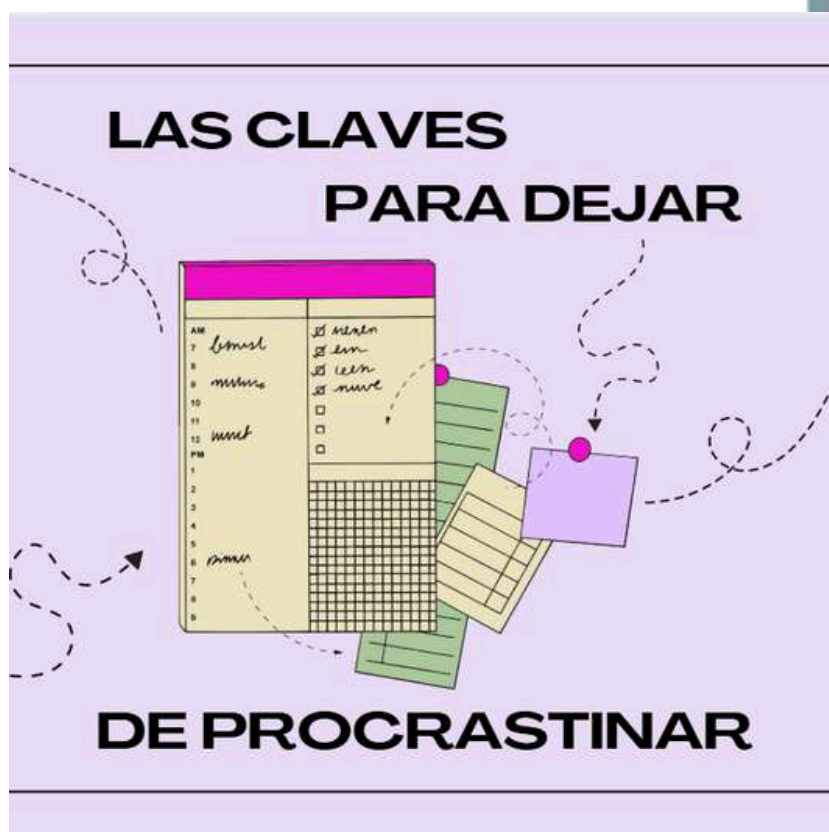


¿Por qué Procrastinamos?

Procrastinar, o el hábito de postergar tareas importantes, es un fenómeno común que todos hemos experimentado en algún momento. Aunque a simple vista pueda parecer una cuestión de pereza o falta de motivación, la procrastinación tiene raíces más profundas que están vinculadas con nuestras emociones, percepciones y hábitos. Comprender sus causas es el primer paso para superarla y recuperar el control sobre nuestro tiempo y productividad.

En esencia, procrastinamos porque evitamos enfrentarnos a emociones incómodas. Una tarea puede parecer abrumadora, aburrida o generar miedo al fracaso. En lugar de lidiar con esas emociones, buscamos actividades más gratificantes o menos desafiantes en el corto plazo, como navegar en redes sociales, ver televisión o realizar tareas secundarias. Este alivio momentáneo refuerza el hábito de procrastinar, creando un círculo vicioso que puede generar estrés, culpa y ansiedad.

Otro factor que contribuye a la procrastinación es la falta de claridad en nuestras metas o pasos a seguir. Cuando no tenemos un plan claro, las tareas pueden parecer más grandes y complicadas de lo que realmente son. Además, las personas perfeccionistas pueden procrastinar porque sienten que no pueden cumplir con los altos estándares que se imponen, lo que las lleva a retrasar el inicio de una actividad por temor a no hacerlo “perfecto”.



El entorno también juega un papel importante. Las distracciones constantes, como notificaciones del celular o un espacio de trabajo desorganizado, facilitan la postergación de tareas. De igual manera, la gestión del tiempo influye: si no priorizamos nuestras actividades, podemos sentirnos abrumados y elegir evitar las más difíciles.

Superar la procrastinación implica reconocer que no se trata solo de un problema de gestión del tiempo, sino de gestión emocional. Romper este hábito requiere establecer metas claras y alcanzables, dividir las tareas grandes en pasos pequeños, y ser compasivos con nosotros mismos, aceptando que no todo tiene que ser perfecto. Al tomar conciencia de las razones detrás de nuestra procrastinación, podemos comenzar a tomar decisiones más conscientes y avanzar hacia nuestros objetivos con confianza y determinación.

Soluciones para Dejar de Procrastinar

Establece metas claras y específicas

Define con precisión qué deseas lograr. Una meta ambigua como “ser productivo” puede ser abrumadora, pero dividirla en tareas concretas, como “terminar el informe de ventas antes del mediodía”, te da un camino claro para empezar.

Divide las tareas grandes en pasos pequeños

Las tareas voluminosas pueden intimidar, lo que fomenta la procrastinación.

Divide tus responsabilidades en acciones más pequeñas y manejables. Esto te dará un sentido de logro conforme avances paso a paso.

Utiliza la técnica del “time blocking” o temporizador Pomodoro

Dedica bloques específicos de tiempo a trabajar en una tarea sin interrupciones.

Con el método Pomodoro, trabajas durante 25 minutos y luego tomas un descanso corto de 5 minutos. Esto ayuda a mantener el enfoque sin agotarte.



Prioriza tus actividades No todas las tareas tienen la misma importancia o urgencia. Usa herramientas como la matriz de Eisenhower para clasificar tus responsabilidades en función de su relevancia y actuar primero sobre las más significativas. Crea un entorno de trabajo libre de distracciones Identifica y elimina los factores que te distraen, como notificaciones de tu teléfono o una habitación desordenada. Asegúrate de que tu espacio de trabajo sea cómodo y propicio para la concentración. Aplica la regla de los dos minutos Si una tarea toma menos de dos minutos, hazla de inmediato. Este principio, popularizado por el libro *Getting Things Done*, ayuda a eliminar tareas pequeñas que suelen acumularse. Enfrenta tus emociones Identifica si estás procrastinando por miedo al fracaso, perfeccionismo o aburrimiento. Reconocer tus emociones te permitirá abordarlas directamente y tomar acción en lugar de evitarlas. Cambia tu mentalidad En lugar de pensar “tengo que hacer esto”, cámbialo por “quiero hacer esto porque me acerca a mis metas”. Reenfocar el propósito detrás de una tarea puede motivarte a completarla. Rodéate de apoyo Comparte tus metas con amigos, colegas o familiares que puedan motivarte y ofrecerte retroalimentación. Incluso puedes buscar un compañero de productividad para trabajar juntos y rendirse cuentas mutuamente. Recompénsate por tus logros Establece pequeñas recompensas cada vez que completes una tarea. Esto refuerza positivamente el hábito de cumplir con tus responsabilidades y te motiva a seguir adelante. Con estas estrategias, es posible construir una rutina más enfocada y evitar caer en el ciclo de la procrastinación. Lo importante es comenzar, incluso si es con pequeños pasos.

¿Si te has sentido así?

- ❌ Sensación Estancamiento respecto a tus metas
- ❌ Problemas para transmitir ideas y expectativas claras.
- ❌ Sin hábito de lectura y aprendizaje.
- ❌ Dificultad para comunicarse en forma clara.
- ❌ Ausencia de visión, plan y propósito

VEN A VIVIR UN PROCESO
En el café literario virtual lograrás



- ✓ Desarrolla pensamiento crítico en el análisis.
- ✓ Amplia tu conocimiento en diversos temas.
- ✓ Mejora la comunicación en expresión y verbal.
- ✓ Crecimiento personal y profesional
- ✓ Reduce el estrés dando un equilibrio emocional y mental
- ✓ Conexión en red dando una visión clara y compartida.

Sección Negocios

- En nuestra sección de negocios abordamos temas para el crecimiento empresarial, buenas prácticas, metodologías, innovación, finanzas, capacitaciones, aspectos digitales, ¡Esperamos que disfrutes!



**CAFÉ LITERARIO
DE NEGOCIOS .**

Sé parte de ésta comunidad !!

[Participa e inscribe en el formulario](#)

Más allá de los Desafíos

MÁS ALLÁ DE LOS DESAFÍOS: ESTÁ EL AMOR DE MAMÁ

Desde el momento en que una mujer se convierte en madre, su vida cambia para siempre. La maternidad trae consigo una serie de responsabilidades y desafíos que pueden ser abrumadores.

Las mamás deben aprender a equilibrar su vida personal y profesional, a menudo enfrentándose a la presión de ser perfectas en ambos aspectos.

Sin embargo, la realidad es que la perfección no existe, y cada madre tiene su propia historia de lucha y superación.

Las dificultades pueden surgir de diversas formas: problemas económicos, la falta de apoyo emocional, la presión social y, en ocasiones, la lucha contra la salud mental.

Estas circunstancias pueden hacer que las mamás se sientan solas y desamparadas. Sin embargo, es en esos momentos de oscuridad donde se revela su verdadera fortaleza.

Cada madre tiene una historia única que contar. Algunas han enfrentado la pérdida de un ser querido, otras han luchado



-Por Ingrith Gutierrez 🇧🇴 -Bolivia

contra enfermedades complicadas, y muchas han tenido que superar situaciones de violencia o abuso.

A pesar de estos obstáculos, han encontrado la manera de levantarse y seguir adelante, no solo por ellas mismas, sino por sus hijos.

Por ejemplo, consideremos la historia de Ana, una madre que perdió a su esposo, quedándose con dos hijos pequeños a su cargo, se sintió abrumada y desesperada.

Sin embargo, en lugar de rendirse, decidió levantar la frente, respirar profundo y dar un paso a la vez. Con esfuerzo y dedicación, logró no solo mantener a su familia, sino también enseñar a sus hijos el valor del trabajo duro y la perseverancia.

Otra historia inspiradora es la de Laura, quien, tras un diagnóstico de cáncer, se vio obligada a enfrentar su propia

propia vulnerabilidad. A pesar del miedo y la incertidumbre, encontró en sus hijos la motivación para luchar.

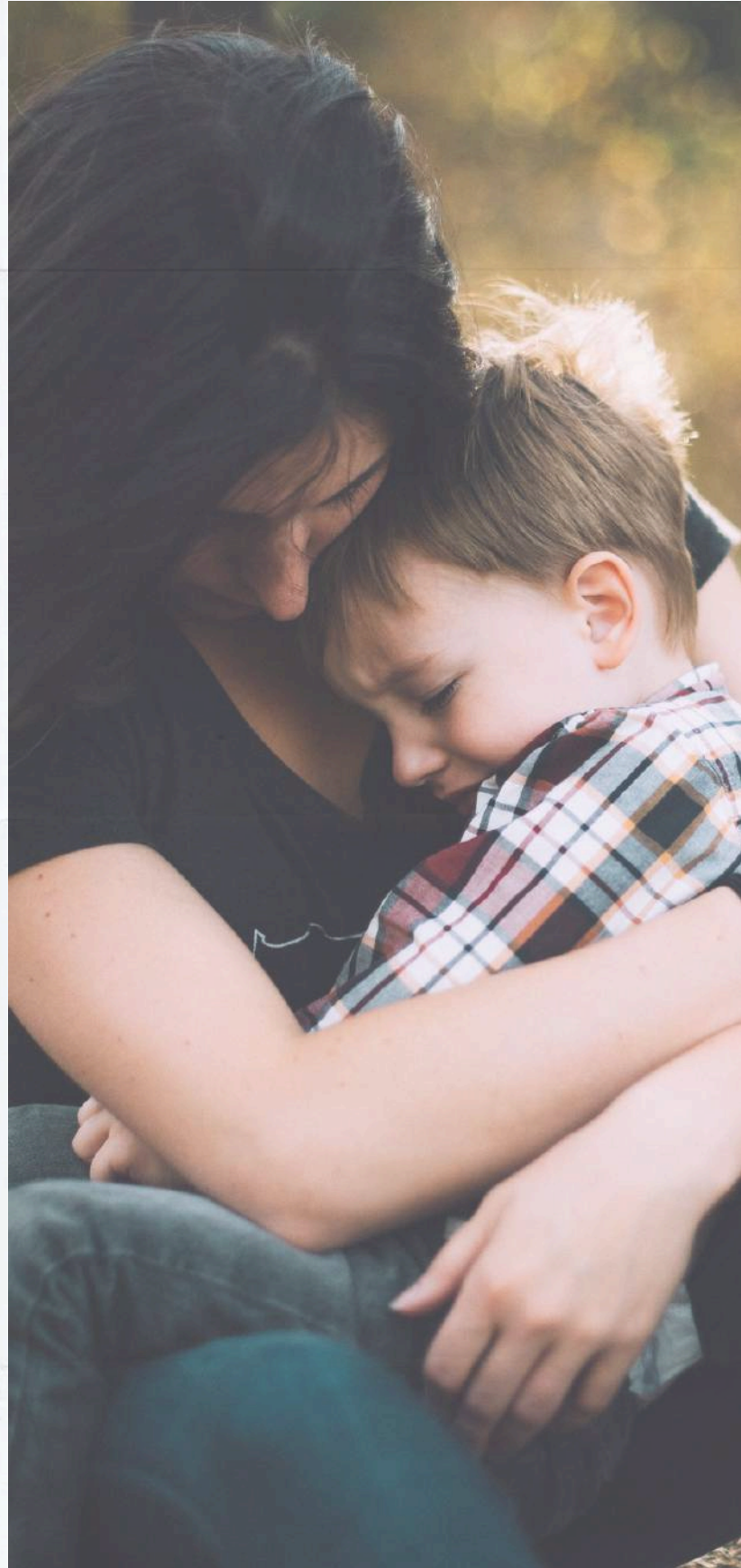
Laura compartió su experiencia con ellos, enseñándoles la importancia de la resiliencia y la esperanza. Su amor incondicional se convirtió en el pilar que la sostuvo durante su tratamiento.

Estas son un par de historias que se repiten en la vida de muchas mamás, sin embargo, la palabra rendirse no era opción para ninguna, es por ello que “El mundo gira, porque son las mamás que le dan impulso a seguir continuando”

El Amor como Motor

El amor hacia los hijos es el motor que impulsa a las mamás a seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles.

Este amor incondicional les da la fuerza para levantarse después de cada caída y seguir luchando por un futuro mejor.



Las mamás saben que sus hijos dependen de ellas, y esa responsabilidad es lo que las motiva a superar cualquier obstáculo, más aún si están solas en el proceso de enseñar el camino a sus retoños.

El vínculo entre madre e hijo es único y poderoso. Las mamás no solo son cuidadoras, sino también maestras, consejeras y, a veces, las mejores amigas. Este vínculo se fortalece a través de las experiencias compartidas, las risas, los llantos y los momentos de intimidad.

Las mamás que enfrentan adversidades a menudo encuentran en sus hijos una fuente de inspiración y motivación.

La Importancia del Apoyo

Aunque muchas mamás enfrentan sus luchas solas, es fundamental reconocer que el apoyo de amigos, familiares y comunidades puede marcar una gran diferencia.

. Las redes de apoyo son esenciales para ayudar a las mamás a sobrellevar las dificultades. Ya sea a través de grupos de apoyo, amigos cercanos o familiares, contar con un sistema de apoyo puede proporcionar la fuerza necesaria para seguir adelante.

Las mamás que se sienten acompañadas son más,

NO ESTAN SOLAS ¡!!

"Ser madre es como ser un artista que esculpe una obra de arte única a partir de un trozo de arcilla. Cada día es una nueva oportunidad para crear, aprender y crecer juntos."





Anúnciate y llega a más de 30 K suscriptores

visibilidad internacional a través de nuestros medios aliados con suscripción mensual y anual



Esríbenos
Impulsa
Emprende

Alianzas internacionales



@impulsaemprende
contacto@impulsaemprende.com
www.impulsaemprende.com



Minuto Cultural

Espacio en radio 107.3

A graphic for the 'Minuto Cultural' program on Radio Colina 107.3. The top section features the text 'RADIO COLINA 107.3' in white on a black background. Below this is a horizontal strip of six black and white illustrations: a man with a telescope, a person with a staff, a woman on a horse, a building, a person with a backpack, and a group of people. The middle section has 'MINUTO CULTURAL' in large white letters next to a vintage microphone icon. The bottom section contains logos for 'Impulsa Emprende', 'ACADEMIA LITERARIA' (AL), 'COLINA GALERÍA ARTE Y CULTURA', 'Radio Colina 107.3', and 'Colina Somos todos'.

LOrganiza: Colina Galeria - Academia Literaria Chile & Impulsa Emprende
Voz: Rosario Silva Bravo.

**COACH ONTOLOGICO Y EMPRESARIAL
HRBP/ MANAGER / CONSULTORA
HOST Y CREADORA DEL PODCAST LÍDERES DE OTRO MUNDO
COAUTORA DEL LIBRO COLABORATIVO IMPULSA EL TALENTO HUMANO**

A portrait of a woman with long dark hair, smiling, wearing a black blazer over a red and white striped t-shirt. She is standing with her hands on her hips against a solid orange background.

● **Desiree**

LA INTERNACIONALIZACIÓN DE LA CARRERA: Y EL DISEÑO DE FUTURO EN UNA ERA GLOBALIZADA

Actualmente vivimos en un mundo globalizado que se intensificó en la década de los 80's con la apertura de los mercados emergentes, lo que permitió una mayor integración económica y financiera a nivel mundial. Globalización que se aceleró aún más en los 90's con la revolución tecnológica y la expansión del internet.

De hecho, hoy en día la inteligencia artificial (IA) juega un papel fundamental en la globalización, debido a que ha transformado la forma en que las empresas operan, interactúan y toman decisiones a nivel mundial.

En este sentido, la importancia de la internacionalización de la carrera determina en gran medida la forma en como nos adaptamos, desarrollamos y avanzamos profesionalmente. De hecho ó de hecho, los profesionales cada vez más están interesados en diseñar su futuro profesional desde una perspectiva global con oportunidades y experiencias en diferentes países para acceder a nuevos mercados en otras regiones.

A su vez, el desarrollo de habilidades consideradas globales, como la interconexión cultural, la adaptabilidad y la resolución de problemas en entornos complejos son de vital importancia y demandadas actualmente.

Cardenas



Otro aspecto importante a destacar, es que cuando desarrollas una carrera sin fronteras estableces redes de contactos internacionales facilitando el desarrollo profesional y personal, aumentando a su vez mayor empleabilidad por la experiencia y habilidades globales desarrolladas, dando a su vez oportunidad a quienes tienen familia el conocer y crecer en culturas diferentes.

En consecuencia, el desarrollo personal y profesional se convierte en una experiencia transformadora que ayuda a potenciar habilidades como la independencia, la autoconfianza y la resiliencia actualmente valoradas en el mercado laboral.

En mi experiencia de 20 años como profesional de Recursos Humanos y Coach ontológico y empresarial he visto evolucionar la carrera en la era global, no sólo mi propia experiencia en donde he colaborado como líder de Recursos Humanos en Chile, México y Venezuela, sino que he observado la transformación del rol de RRHH como partner estratégico del negocio con roles cada vez más integrales en donde la capacidad de gestionar local, regional y globalmente abre oportunidades, potencia y facilita la forma de agregar valor al negocio y a tu cliente.

De hecho, la globalización ha traído mayor diversidad en la fuerza laboral, lo que requiere de los profesionales de RRHH una mayor sensibilidad a las diferencias culturales, acompañado de cambios en la tecnología que demanda una nueva forma de gestión, requiriendo que los profesionales del área sean cada vez más flexibles y adaptables para responder a los cambios del entorno laboral.





En consecuencia, las habilidades digitales, el análisis de datos y las habilidades interculturales se convierten en nuevas habilidades y competencias diferenciadoras en el mercado de recursos humanos. Lo que se ha traducido en que la Gestión de Talento, el Desarrollo Organizacional y la Responsabilidad social corporativa sean las áreas de enfoque de la profesión, con el propósito de atraer y retener el mejor talento, adaptarse a los cambios y mostrar un compromiso con la sociedad y el medio ambiente, siendo estos temas relevantes para las nuevas generaciones en su elección de empleo.

De esta forma, el rol del profesional de Recursos Humanos ha evolucionado y se ha transformado para ser cada vez más estratégico y orientado a los negocios, con enfoque en la innovación y la mejora continua, en donde la colaboración con otras áreas de negocio y otros equipos es de vital importancia para lograr los objetivos de negocio y por tanto de carrera.



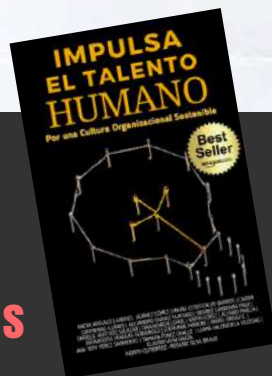
Pero lo anterior no es fácil, requiere de foco y disciplina, dado que la internacionalización de la carrera trae consigo grandes desafíos a superar como la barrera del idioma, la adaptación cultural y la falta de redes de contacto, pero una vez superado lo anterior las oportunidades de carrera como el acceso a nuevos mercados, la diversificación de la experiencia laboral y el desarrollo de habilidades globales consolidan una transformación personal y profesional invaluable.

En este sentido, dominar más idiomas, el desarrollar habilidades interculturales abre oportunidades en negocios globales y el aprender sobre tecnologías emergentes, como la IA y la realidad virtual transforman el mundo laboral y la empleabilidad.

En consecuencia, es de vital importancia establecer un propósito claro y alcanzable, es decir, define tus objetivos profesionales, ¿qué quieres lograr en tu carrera? ¿qué tipo de trabajos quieres hacer?, ¿qué te apasiona?.

Para mayor información acerca de este tema tan apasionante les invito a leer algunos artículos y libros de interés como: La internacionalización de la carrera: desafíos y oportunidades de HBR. La carrera en la era global de Mckinsey Quarterly y Diseñando tu futuro de Bill Burnett y Dave Evans.





Desiree Cardenas

CONECTEMOS

LINKEDIN: DESIREE ALEJANDRA CARDENAS PAEZ

CCOACH ONTOLOGICO Y EMPRESARIAL

HRBP/ MANAGER / CONSULTORA

HOST Y CREADORA DEL PODCAST LÍDERES DE OTRO MUNDO

COAUTORA DEL LIBRO COLABORATIVO IMPULSA EL TALENTO HUMANO



Abeto Siberiano

PREFIERE ESTA SOLUCIÓN PARA DESPEJAR LAS
VÍAS RESPIRATORIAS Y ALIVIAR LA CONGESTIÓN

Reserva

[@mongetun_aceitesesenciales](https://www.instagram.com/mongetun_aceitesesenciales)

**ACEITES
DOTERRA**

Descubre el arte de la relajación con nuestros aceites esenciales de lavanda, es una invitación a un estado de serenidad total. ¡Convierte tu espacio en un refugio de paz!

**Si deseas emprender en bienestar
y si buscas aceites esenciales, contáctanos.**

Esperanza Hernández



Navegando en la Incertidumbre: Claves para Emprendedores en 2025

El mundo empresarial de 2025 se vislumbra como un mar agitado por constantes cambios tecnológicos, sociales y económicos.

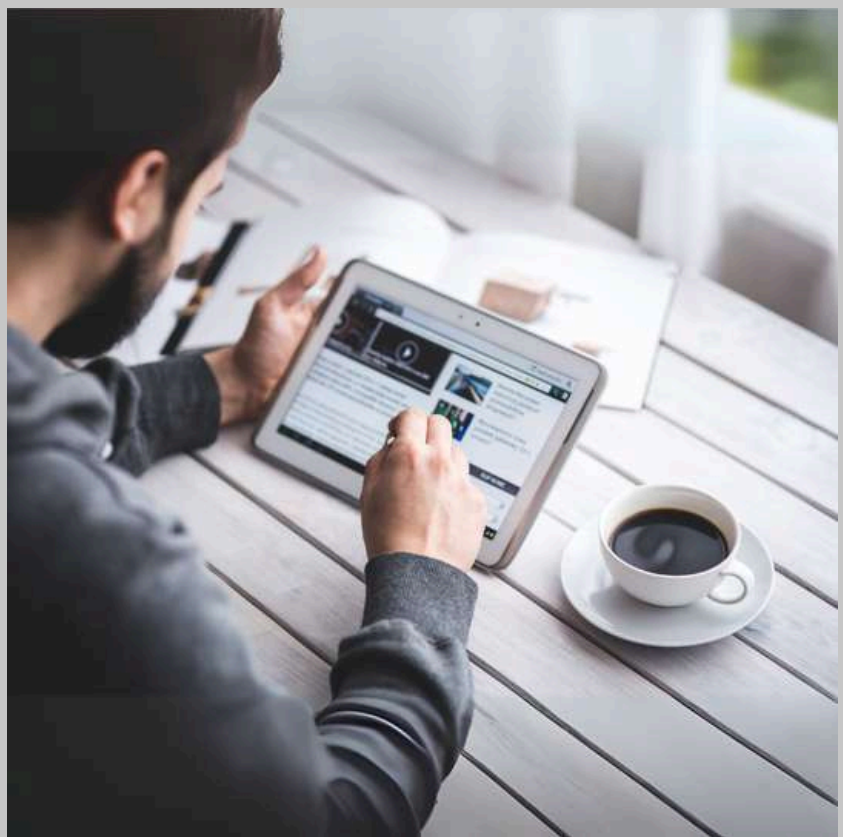
El emprendimiento no quedará a salvo, ya que navegar en esta incertidumbre requiere más que un timón; necesitaremos una buena brújula y un mapa actualizado.

¿Cómo podemos mantener el rumbo y alcanzar nuestras metas en un entorno tan volátil?

La Adaptabilidad: Tu Mayor Aliado

La adaptabilidad es la capacidad de responder de manera efectiva a los cambios, de ajustar nuestras estrategias y de encontrar nuevas oportunidades en medio de la crisis. Actualmente se ha convertido en una de las habilidades más valorada en el mundo empresarial. Pero, ¿cómo podemos desarrollar esta habilidad?

Veamos algunas claves para Navegar en la Incertidumbre y desarrollar la adaptabilidad:



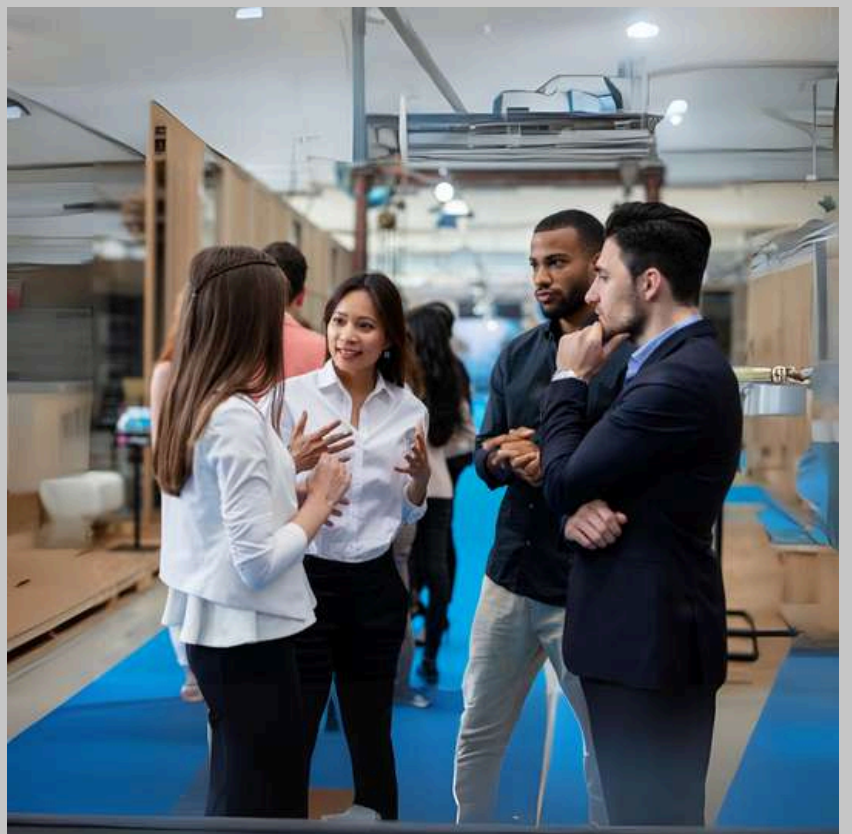
Mantente Informado: Suscríbete a boletines informativos, sigue a expertos de tu industria en redes sociales.

1. **Cultiva una Mentalidad de Crecimiento:** Tus habilidades pueden desarrollarse y mejorar constantemente si eres intencional y dedicas tiempo para ello. Una mentalidad de mejora continua te permitirá enfrentar los desafíos como oportunidades de aprendizaje y crecimiento. Olvídate de la frase “Yo soy así”.

2. **Mantente Informado:** Suscríbete a boletines informativos, sigue a expertos de tu industria en redes sociales, asiste a webinars y conferencias. La información actualizada te permitirá anticipar cambios y tomar decisiones informadas. Considera que el mundo cambia cada vez más rápido con el impulso de la IA y los avances tecnológicos.

3. **Fomenta la Flexibilidad:** Mantente abierto a escuchar nuevas ideas y, si es necesario, dispuesto a cambiar probando algo nuevo. La rigidez mental puede ser un obstáculo para la adaptación. Considera que si pruebas algo nuevo, quizá ahorres tiempo, dinero, esfuerzo o todo a la vez!

4. **Construye una Red Sólida:** Rodéate de personas que te inspiren y te desafíen. Una red de contactos puede



Construye una Red Sólida: Rodéate de personas que te inspiren y te desafíen.

proporcionarte nuevas perspectivas y oportunidades. Procura asistir, al menos dos veces al mes, a eventos de networking de tu sector.

5. **Desarrolla Habilidades Transferibles:** Invierte en tu desarrollo personal y adquiere habilidades que sean aplicables en diferentes contextos. Esto te permitirá adaptarte a nuevas situaciones y roles. Recuerda que el aprendizaje es una inversión, no un gasto. Considera que también existen múltiples plataformas que imparten cursos gratuitos y con certificado.



Las herramientas tecnológicas pueden ser tus aliadas para automatizar tareas, analizar datos y tomar decisiones informadas.

6. **Practica la Resiliencia:** La resiliencia es la capacidad de recuperarse de los contratiempos o los “fracasos”. Desarrolla hábitos saludables, practica mindfulness y aprende a gestionar el estrés. Rescata los aprendizajes de cada situación de reto.

7. **Acepta la Ambigüedad:** En un mundo incierto, la ambigüedad es inevitable. Aprende a tomar decisiones con información limitada y a vivir con cierta incertidumbre. Evita la resistencia y el exceso de control.

Veamos cómo podrías aplicar estas claves en tu emprendimiento

- **Revisa tu Plan de Negocios Regularmente:** El entorno cambia constantemente, por lo que tu plan de negocios también debe evolucionar para

ajustarlo a las necesidades actuales de tu cliente.

- **Invierte en Innovación:** Es clave para mantenerse competitivo. Busca nuevas formas de hacer las cosas y atrévete a experimentar. Recuerda la importancia de crear MVP para probar los cambios e innovaciones.
- **Fomenta la Cultura de la Adaptación:** Crea un ambiente de trabajo donde los colaboradores se sientan seguros para compartir ideas y proponer cambios. Recuerda que son quienes están al frente de la operación y tienen una perspectiva valiosa.

Utiliza Herramientas Tecnológicas: Las herramientas tecnológicas pueden ser tus grandes aliadas en automatizar tareas, analizar datos y tomar decisiones más informadas. Que tal si dedicas una hora diaria a aprender a usar las que más puedan contribuir en tu negocio.

Navegar en la incertidumbre del 2025 puede ser desafiante, pero también es emocionante. Al desarrollar la adaptabilidad y aplicar las claves que compartimos, abres posibilidades para aprovechar las oportunidades que surjan y construir un negocio próspero y sostenible. Recuerda, el éxito en el emprendimiento no se trata de predecir el futuro, sino de estar preparado para cualquier eventualidad.

¿Qué otras estrategias has utilizado para adaptarte a los cambios en tu emprendimiento?

¿Estás listo o lista para enfrentar los desafíos del 2025?

¡Comienza hoy mismo a desarrollar tu adaptabilidad y a construir un negocio más resiliente!

Si tienes dudas o comentarios escríbenos al correo emprendecon.esperanza@gmail.com y con gusto te leemos.

Acompáñanos todos los miércoles de 21:00 a 22:00 h, en “Emprende con Esperanza”, a través de Proyéctate Radio (Facebook y YouTube) y comparte tus comentarios a través del chat en vivo.

VI Congreso Internacional Levantando el Vuelo culmina exitosamente en Houston

E«Este congreso representa una oportunidad única para trabajar todas las áreas de las mujeres de manera integral», expresó Jacqueline Tineo, CEO de la Fundación, destacando la importancia del evento para fortalecer la sororidad y el crecimiento personal y profesional de las participantes.



[Puedes continuar leyendo en Pregon Latino Radio aquí](#)

@proyectatemagazine



-SECCIÓN DE ARTE Y CULTURA

Aquí abrimos las puertas a lanzamientos literarios, entrevista a autores de obras literarias, exposiciones de arte, eventos internacionales, para que conozcas de cerca las novedades.

● Arte y Cultura

Enero 2025

Culposas pero Dignas

- Editorial Impulsa Emprende

● Lanzamiento obra colaborativa



KARIN GOECKE
ANDREA JARPE
ISABEL KLENNER
REGINA NARANJO
FABI OVERA
MARÍA JOSÉ SUAREZ
SANDRA VILLALOBOS
ROSARIO SILVA BRAVO.



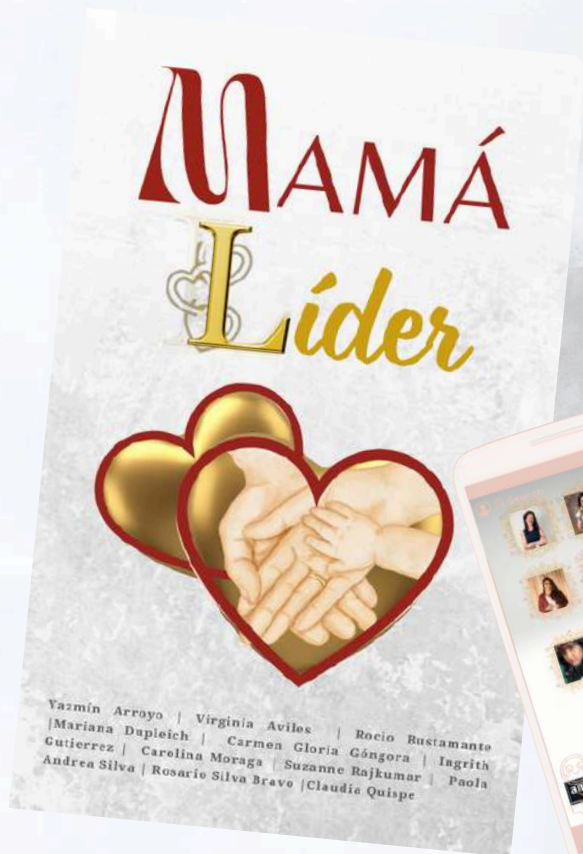
Finalización del taller literario 2024 con el lanzamiento de la obra **“Culposas pero Dignas”**

Algo que nos identifica a las mujeres, es sentir culpa en algún momento de nuestra vida. Hoy finalizamos un año académico de taller literario femenino con una antología que contiene relatos y anécdotas para entretener: “Culposas pero dignas”.

disponible en Amazon Kindle



OBRA COLABORATIVA



**MARIANA
DUPELICH** 

“Entre pañales y micrófono”

Me han brindado un espacio de libertad para expresar el gozo infinito de ser madre y la fatiga extrema que implica multiplicarse para amar a los seres que vienen de tus entrañas, sin dejar de ser tú misma, sin perder tu identidad y tus sueños. Vaya combo de desafíos y emociones ¿verdad?



- Mamá Líder

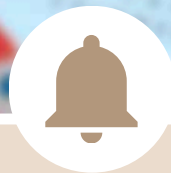
Obra literaria colaborativa

www.amazon.com

Extracto del libro

MAMÁ
Líder

Decidí Emprender.



Testimonio

La satisfacción y la felicidad de cumplir lo que soñamos, son una clara señal que la decisión de emprender fue la mejor decisión.



Extracto del libro
Decidí Emprender
Colaborador:

Alvaro Pinilla, Colombia

Adquiere aquí en Amazon





GLORIA 
QUINTANA



**Impulsa
Emprende**

Extracto del libro
De Oruga a Mariposa Líder
Coautora: Gloria Quintana

TUS SUEÑOS SON ALCANZABLES

...La vida siempre te presenta muchísimos obstáculos, es una montaña rusa de emociones y vivencias y uno simplemente tiene que montarse en ella; unos días estaremos arriba, otros abajo, lo que sucede es que las personas muchas veces piensan que cuando fracasas en un proyecto de vida, crees que fracasaste de por vida y a eso es a lo que le llamo vivir y está en ti que la palabra fracaso sea la última en tu vida.

LÍDERES
Que impulsan



ATREVERSE A SER
PIONERA



**SUZANNE RENUKHA
RAJKUMAR**

Impulsa
Emprende

ESPIRITUALIDAD EMOCIONALMENTE SANA
“El ser humano no puede disfrutar de una espiritualidad saludable si no es emocionalmente saludable, y no podra ser un lider exitoso lleno de paz y gozo, . Esto consiste en que las personas deben liberarse de las ataduras del pasado, y experimentar una nueva vida desde una verdadera sanidad emocional, a la que se puede decir, una vida en equilibrio

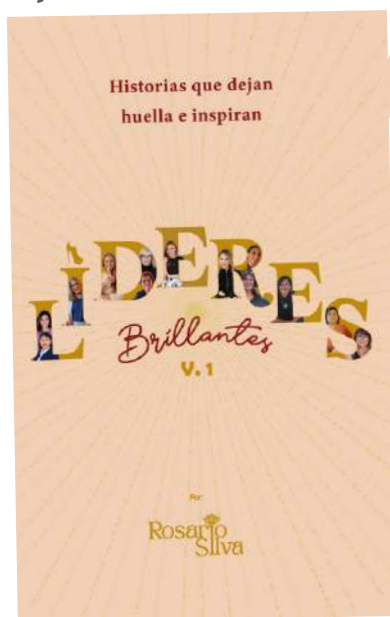
Extracto del libro
Expande tu negocio

Coautora: Jacqueline Tineo



LÍDERES
Que impulsan

"Te invitamos a un viaje interno y profundo, con propósito"



amazon



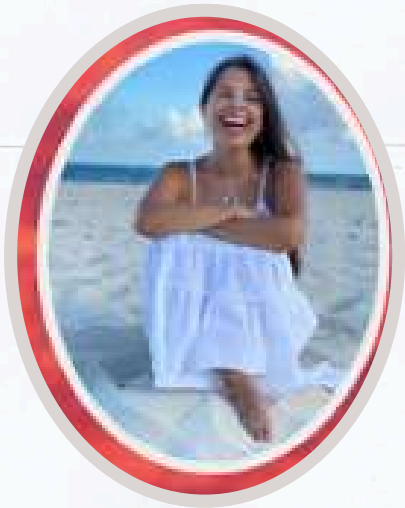
"Alma resiliente y naturaleza emprendedora. Argentina de Buenos Aires, llegué a Chile hace más de 30 años y he hecho de Concepción mi hogar y de Chile mi segundo país, me transformé en una referente del emprendimiento femenino en la región del BIOBIO al sur de Chile, pero el camino ha sido difícil. Desilusiones, fracasos y durísimos desafíos en lo profesional pero sobre todo en lo personal son parte de mi historia de constante renacer."

LIDERES
Brillantes



LÍDERES

Del Coaching

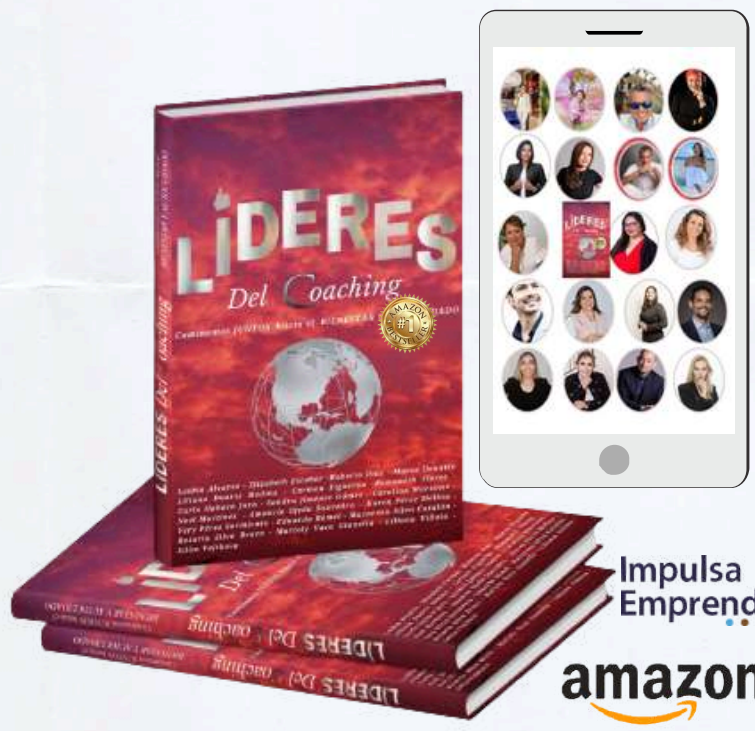


Karen Pérez Molina

¿CÓMO QUIERO SEGUIR VIVIENDO MI VIDA?™

“Es extraño querer cambiar cuando tienes una vida relativamente “exitosa”, una bella familia, con reconocimiento laboral y un muy buen sueldo. A mis 40 años, eso fue lo que me pasó. ¿Será la famosa crisis de los 40? ¿coincidencias de la vida o causalidades de la misma?

En el 2014, hubo un descubrimiento en mi vida que me remeció completamente, algo que hasta entonces, desconocía. Me enamoré de la Indagación Apreciativa, nunca la había escuchado, me intrigó desde un inicio, ¿tú sabes de qué se trata? Era algo totalmente novedoso para mí.





INegocios saludables

Vivimos rodeados de miles de personas. Todas somos distintas, y todas somos iguales. Todos tenemos familia, relaciones, amigos, etc. Y además de relacionarnos con nuestros afectos, nos relacionamos a través de nuestros trabajos.

Y aquí hay un sinfín de circunstancias, ya que puedes ser el dueño de una empresa enorme, de una pequeña empresa, puedes trabajar solo o con colaboradores, pero, en definitiva, siempre estás en contacto con otras personas a través del trabajo.



Adquiere aquí



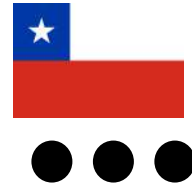
Encuentro literario en Miami Estados Unidos



En encuentro con la Organización Mujeres de Poder Stronger Together, se realizó entrega del reconocimiento a Mujeres de Poder 2025 y entrega de ejemplares de la obra Súper Mujer y se recibió la obra “Besada por el éxito” de Marisol Casola.



Casita Literaria Colaborativa



Con alegría te contamos que se realizó con éxito intercambio de libros en Chicureo Colina, Región Metropolitana.



REVISTA IMPULSA EMPRENDE



@impulsaemprende
www.impulsaemprende.com

● Alianza

México

**PROYECTATE
MAGAZINE** 

"Emprende con pasión, ama lo que haces y el éxito será tu mejor aliado."


ANY MUÑOZ



 **SALUD CON
LOS
HIERBABUENA**


**Coach Esperanza
Hernández**


**MVZ. JAVIER
CORTÉS**

-  Emprendimiento de Mujeres ¿Cómo lograrlo?
-  ¿Cómo tener éxito en este 2025?
-  Parejas Felices ¿Cómo lograrlo?
-  Salud, música, Poesía Negocios, Veterinarios etc..

¿QUIERES SER PARTE DE ESTA MAGIA? 

 @Proyectatemagazineplus

 @ProyectateradioMx

Proyectate Magazine Plus
REVISTA DIGITAL

Anúnciate y llega a más de 30 K suscriptores

visibilidad internacional a través
de nuestros medios aliados con
suscripción mensual y anual

Escríbenos

**Impulsa
Emprende**

Alianzas internacionales



@impulsaemprende
contacto@impulsaemprende.com
www.impulsaemprende.com



Conoce toda nuestra parrilla programática del mes, los temas, invitados/as, los horarios y a nuestras comunicadoras protagonistas de cada programa.



Impulsa EmprendeTV

Grilla
Programática



Punto Tambarria

-Lunes 18.30 hs Chile

@puntotambarria



Líderes que Impulsan

-Miércoles 12 hs Chile

@rosariosilvabravo



De mujer a mujer

-Viernes 18 hs Chile

-Viernes 22 hs EEUU

@pregonlatinoradio



PROYECTATE MAGAZINE



PROYECTATE RADIO

Nuestras Alianzas.

— Nuestra revista es un trabajo en equipo, en colaboración de diversas alianzas con medios de prensa de distintos países, y en esta sección te contamos quiénes contribuyen y participan con nuestra revista.



PROGRAMA DE TV PUNTO TAMBARRIA

— Transmitido los Sábados a las 8pm desde la República Dominicana.

- Canales Nexxo TV,
- Wind canal 341,
- EurolatinTV.
- App Entrenos Magazine
- TV y Radio Online
- Pegón Latino Radio,
- Canales de You Tube
- Punto Tambarría e Impulsa Emprende TV.

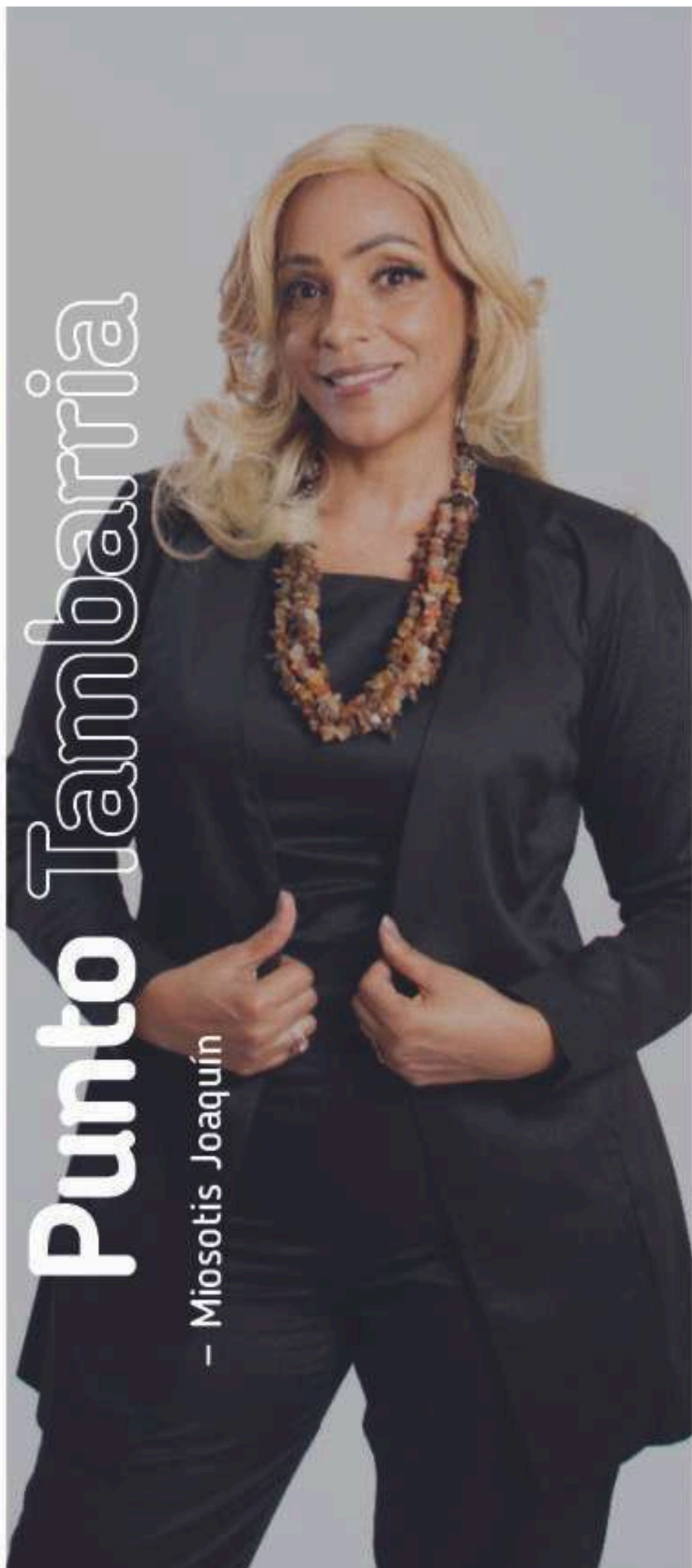
Podrás desconectarte de tu día a día Conectándote con Historias, Lugares y Personajes de trayectoria positiva.

Producido por Miosotis Joaquín acompañada por un equipo de profesionales en diversas áreas.

Encontrarás los segmentos:
#ImpulsaEmprendeconRosi con Rosario Silva Bravo
#JoyasyGemas con Cindy Martínez
#35Milímetros con Alma Ramírez
#Decanter con Johanna Madera
#DeportesPT con Cristian Lara,
#Conexiones con Jacqueline Tineo y más ...

Punto Tambarría

— Miosotis Joaquín







J con Jacqueline Tineo

*Dejando Huellas
Sembrando Esperanza*



TODOS LOS JUEVES
1:00 PM CT / 2:00 NY / RD



De Mujer a Mujer

— De Mujer a Mujer presenta cada jueves a las 1:00 pm hora de Texas, 2:00 pm hora de New York y de República Dominicana y por impulsa emprende TV cada viernes 18:00 horas Chile a Jacqueline Tineo junto a diferentes Invitadas, con temas de interés para todas las mujeres.

Te acompaña nuestra anfitriona y CEO de Pregon Latino Radio, @jacquelinetineo16
Además con segmentos especializados: #hablemosderelacionesydivorcio con Yantra Holistic Divorce Coach].

Esto y mucho más en nuestro programa @demujeramujert de la @fundaciondemujeramujer
Transmitido por @pregonlatinoradio @radioamor_fm @pregonlatino y @fundaciondemujeramujer @demujeramujert en las páginas de Facebook. También disponible por @Impulsaemprendetv en Chile los viernes a las 18:00 horas Chile. Puedes descargar las apps de Pregon Latino radio y radio Amor Fm www.radioamorfm.com y @tvhispanic1

Alianza Proyéctate Radio



Amor a los Detalles



@cosmetica_beautyrose
ventas.beautyrose@gmail.com
+ 56958017338

REVISTA IMPULSA EMPRENDE



www.impulsaemprende.com

¡Anuncia con nosotros!



@impulsaemprendetv

www.impulsaemprende.com