



# CUIDANDO AL CUIDADOR

1

## Taller

“Todo empieza por  
soñar. Elaboración de  
un mandala vital.”.



## 1. TÍTULO.

Todo empieza por soñar. Elaboración de un mandala vital.

## 2. PERTINENCIA.

*“Todo empieza con un sueño. Suéñalo y podrás lograrlo”.*

*Walt Disney.*

El coaching es un viaje que nos permite llegar de la situación actual a la situación deseada. Esa situación deseada será nuestro sueño, nuestra visión, algo fundamental que debemos conocer y determinar.

## 3. OBJETIVOS

- Conocer la diferencia entre los conceptos sueño, visión y objetivo en el coaching.
- Elaborar la visión de nuestra vida.

## 4. POBLACION A LA QUE VA DIRIGIDO.

- Profesionales, cuidores o pacientes que deseen explorar la visión de su vida.

## 5. CONTENIDOS.

- Diferencia entre sueño y visión.
- Definición de objetivos en coaching.
- Elaboración del mandala vital.

## 6. ORGANIZACIÓN Y LOGISTICA.

### a. Recursos Humanos.

Diseño y dirección del taller:

- Itziar López Zarrabeitia. Enfermera, Psicóloga, Coach Ejecutiva y de Equipos acreditada por ICF, AECOP y CORAOPS.

Implementación del taller:

- Coaches acreditados de Coaching Sanitario.

### b. Recursos materiales.



- Sala diáfana.
- Ordenador y proyector.

**c. Metodología.**

Consideramos que la mejor manera de aprender es desde la experiencia por lo que la metodología que utilizamos es dinámica y participativa de forma que extraigan el aprendizaje de las propias vivencias.

**d. Duración.**

- 1.5 horas

**e. Número de participantes.**

- Mínimo de 15 personas.
- Máximo de 30 personas.

**f. Precio.**

Deseamos reinvertir en proyecto social parte de la recaudación de este taller por lo que el precio del mismo lo determinaremos con la asociación colaboradora (que es quien organizará el grupo); repartiendo la recaudación al 50% entre la asociación colaboradora y coaching sanitario.