

# CAROLINA RESTREPO

COACH TRANSFORMACIONAL - TERAPEUTA HOLÍSTICA

FACILITADORA INTERNACIONAL - NEUROFACILITADOR

Facilitadora en "Barras de Access Consciousness"

Facilitadora en "Herramientas Didácticas Sistémicas para el Desarrollo Humano y Empresarial"

Facilitadora en Certificación "Jugando con mi Universo"

Facilitadora en Certificación "Liderando Mi Voz Alquimista"

DESPIERTA  
TU PODER INTERIOR E IMPULSA TU CRECIMIENTO  
PERSONAL Y PROFESIONAL.



● Introducción

● Propuesta

● Servicios

● Experiencias

● Contacto



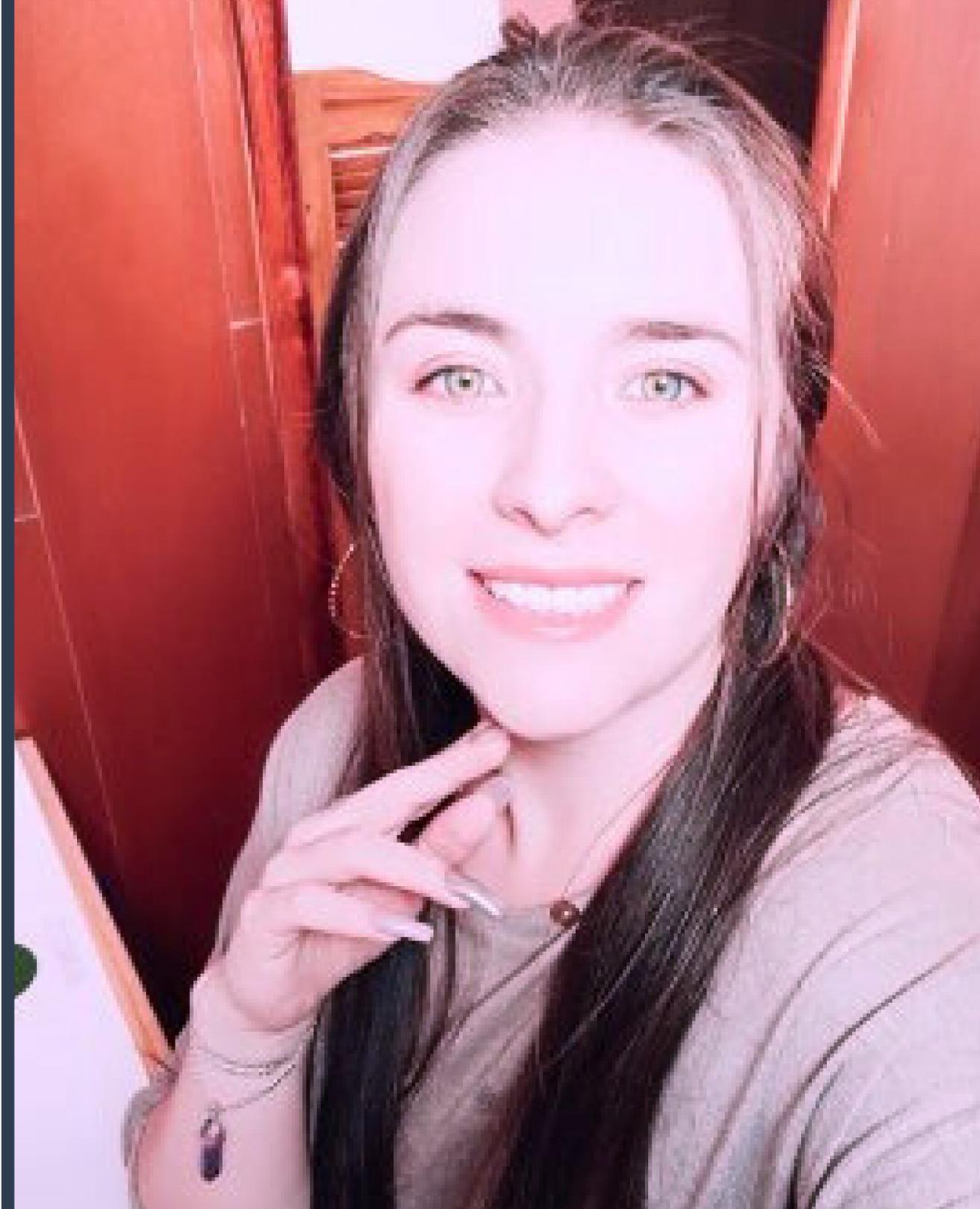
# Bienvenid@



Facilitadora, Mentor, Neurofacilitador, Coach Transformacional y Terapeuta Holística, con formación en gestión empresarial y humana. He trabajado con clientes tanto para el crecimiento personal como para el éxito profesional. Mi enfoque es paciente, sistemático y holístico. Creo que cada cliente es único y que no hay un enfoque único para la terapia. Cada cliente debe ser recibido y comprendido por sí mismo. Ofrezco trabajo de apoyo y estimulante tanto dentro como fuera de casa. Creo que es la tradición consagrada y el potencial humano como base para la terapia. Proporciono planes, servicios y recursos integrales.

Ábrete a la oportunidad de desarrollar mejores formas de manejar las dificultades para cumplir tus metas y anhelos. La esencia de mi trabajo es facilitar el crecimiento personal en todos los aspectos: priorizando tus retos y sobrellevando los contratiempos de tu vida para que puedas resolverlos con seguridad. Me especializo en personalizar planes y dar herramientas necesarias para guiarte en tu camino. Sin embargo es indispensable que sepas las cualidades de mis servicios y la importancia de los mismos.

Por tal motivo te invito a ver la presentación a continuación.



**ACTUALMENTE** 2020 Facilitadora, Mentor, Neurofacilitador  
Coach Transformacional y Terapeuta Holística

# Sobre mí

## HABILIDADES

Dirección y Gestión de  
Proyectos y Servicios  
Liderazgo y Comunicación  
Trabajo en grupo  
Planificación estratégica e Innovación  
Diseño WEB / Audios Profesionales  
Publicidad

## PERICIA

Manejo de conflictos  
Actividades lúdicas  
Control de personal  
Relación e Interacción  
de Stakeholders  
Otros

## EXPERIENCIA

CR PROJECT & ENGINEERING	2016 - 2019/Independiente
CODENSA SA VILLA HERNANDEZ	2015 - 2016/Coordinadora
ENERGY QUALITY SERVICES SAS	2012 - 2015/Gte Proyectos
INGAUTIN DE COLOMBIA	2011- 05Obra/Supervisora
SNC – LAVALIN INTERNATIONAL	2010-Obra/ Sep /Aux Adm
ECOPETROL	

Reconocimientos  
CERTIFICACIONES



ACCESS  
CONSCIOUSNESS



# Team Player

## VALORA LA CONFIANZA, LA HUMANIDAD Y LA INCLUSIÓN

La cultura de trabajo Team Player se parece a una familia o a un clan, es cercana y basada en la confianza. Las personas con perfil Team Player creen en el poder de la colaboración y gustan crear espacios de trabajo donde todo el mundo se siente bienvenido e incluido. Prosperan cuando el trabajo está estructurado en torno a equipos en lugar de roles individuales, y se sienten más a gusto en organizaciones horizontales. Prefieren trabajar en espacios donde la compañía comunique de forma abierta las decisiones y que hagan partícipes a sus miembros de ellas. Las organizaciones de tipo Team Player ven a sus clientes y proveedores como partners o socios estratégicos y ven beneficios en alianzas y negocios conjuntos. Además, asumen como su misión el hacer un bien en el mundo y crear un gran entorno de trabajo, que saca lo mejor de sus miembros empoderándolos. Este tipo de organizaciones suelen adaptarse a situaciones de incertidumbre o cambios recurriendo a los valores y cultura compartidas del equipo como una guía y una brújula. Si tu nivel de Team Player es elevado, te gustará la idea de trabajar en empresas transparentes por defecto, donde fluya el intercambio de ideas y el trabajo colaborativo, sin encasillarse en roles competitivos y donde los triunfos y derrotas sean enfrentados como grupo..

# Venturer

## BUSCA CAMBIO, INNOVACIÓN E INCERTIDUMBRE.

La cultura de trabajo Venturer se caracteriza por adaptarse con agilidad a las condiciones cambiantes del entorno y da prioridad a la innovación como respuesta ante lo incierto. Las personas con perfil Venturer prosperan en el caos y no se sienten intimidadas por la falta de estructura. Prefieren trabajar en lugares dinámicos y altamente tolerantes al error y al fracaso, donde tomar riesgos y explorar es premiado. Les enorgullece poder responder rápida y ágilmente a lo desconocido, y "descubrir tesoros" (aprendizajes, oportunidades) en el camino. La tecnología es vista como una manera de acelerar y amplificar los cambios. Las organizaciones del tipo Venturer tienden a ser ágiles y tienen un nivel alto de energía y adrenalina. Las carreras poco convencionales son premiadas. No le tienen miedo a cambiar radicalmente de dirección, escalar o contraerse rápidamente si es necesario. La cultura de trabajo es descarnadamente honesta; nada puede interponerse en la búsqueda de la verdad. Si tu nivel de Venturer es elevado, buscarás empresas donde puedas aprender y aplicar nuevas tecnologías, donde den prioridad a innovar y ser pioneros en su industria. .

A serene living room with a blue sofa, a wooden coffee table with a bowl, a Buddha statue, and a vase of flowers.

# *Introducción*

Instruyo a mis clientes de  
manera que puedan sintonizar  
la mente con el corazón.



La depresión y los trastornos por ansiedad cuestan a las familias y a las empresas por descuido y poca atención. En este sentido, una de las conclusiones más notorias es que los trastornos emocionales y productividad están directamente relacionados.

Probar algo diferente marcará la diferencia



# Problemática

Por lo general los obstáculos que enfrenta una empresa o una familia son producto de las dificultades emocionales, económicas, físicas que experimentan sus partes (áreas, empleados, gerentes, proveedores, entre otros) o en el caso de familias (hijos, hermanos, padres, otros), y que a la vez estas dos están enlazadas en el día a día puesto que cada una depende de la otra. Sin embargo no somos conscientes de que las dificultades que atravesamos sean pequeñas o grandes afectan si o sí nuestra salud mental, emocional y espiritual. Por lo que hoy en día trabajo en recuperar e implementar en la vida de cada persona que me consulta un proceso de mejora continua. Pero estos puntos negativos vistos como impases deben tener un cambio positivo y no una solución drástica como el despido o el cierre de una relación, según sea el caso. "Solucionarlos desde la base no solo evita que se sigan generando, sino también que contaminen a otras personas o departamentos no afectados". Una de las primeras preocupaciones de las empresas, debe ser lograr el compromiso y felicidad de sus profesionales, y convertirse en empresa saludable. La clave está en desarrollar organizaciones comprometidas con el concepto de sostenibilidad y bienestar.

# en tu Empresa tienes TRASTORNOS EMOCIONALES Y DISMINUCIÓN DE LA PRODUCTIVIDAD

las empresas y las familias deben «asegurar la integridad física y psicológica de los suyos y el respeto a su bienestar emocional»

Hay que considerar que un gran número de empleados jamás diría a su jefe que está pasando por alguna dificultad emocional o mental. En la mayoría de los casos por temor a ser considerados no válidos para su puesto de trabajo. Es más habitual y está más normalizado ausentarse del trabajo. Y las causas se atribuyen generalmente a problemas relacionados con dolencias físicas, resfriados, fiebre, etc. Los daños emocionales y la productividad están ligados y repercuten en los resultados que deseamos. Por este motivo, es responsabilidad de las personas que dirigen empresas, familias y su propia vida, reflexionar sobre qué hacer para crear un clima y un ambiente de confianza dónde el valor del estrés sea positivo.



A living room scene with a grey sofa on the left, a colorful geometric patterned rug on the floor, and a wooden side table on the right. On the table, there is a Buddha statue, a small pink figurine, and a bowl. A large orange water jug is on the floor next to the table. A window with blinds is visible in the background.

# *Mi Propuesta*

# procesos UNICOS

Tu misión es proveerte un espacio para que desde tu verdadera grandeza, la cuál reside en dimensiones muy superiores a las del ego, se produzcan cambios cuánticos.



¡Obtén el poder del cambio con mis sistemas transformacionales, holísticos y divertidos que te ayudarán a alcanzar tus metas!

# oportunidad de CRECIAMIENTO

Un entrenamiento que te ayudara a desarrollar habilidades y actitudes que mejoren la actividad profesional desde un punto de vista holístico (general e integral) y transformacional remarcando las cualidades que ya posees y que no sabías que llevas dentro.



- 🌀 Crearemos conciencia en que la autenticidad no es un concurso de popularidad.
- 🌀 Creceremos y alcanzaremos lo que aún no se ha alcanzado.
- 🌀 Exploraremos y crearemos nuevas formas de alcanzar metas, objetivos y sueños.
- 🌀 Jugaremos con pasión y alegría, sin importar el desafío.
- 🌀 Sacaremos dones y talentos de quienes participan y dan lo mejor de sí mismos.



- 🌀 Veremos las crisis como oportunidades de mejora continua y nos responsabilizaremos de nuestros actos dando ejemplo en otros.
- 🌀 Abrazaremos el ego para poder fluir con el universo y sus leyes. La voz del alma detrás de tus palabras, gestos y actos.
- 🌀 Crearemos conciencia para permanecer conectados a la fuente inagotable de poder en nosotros mismos.
- 🌀 Mejoremos nuestra forma de comunicarnos y relacionarnos manejando con inteligencia nuestras emociones afianzando nuestras relaciones explorando al máximo las capacidades nuestras y de otros.

# Beneficios con

## VALORES AGREGADOS

Te propongo que implementemos un entrenamiento individualizado con la finalidad de desarrollar nuevas y mejores competencias para tu empresa y tu familia, sobre todo de las habilidades y las conductas. Empezaremos con los comportamientos en el ámbito organizativo y empresarial. Estas sesiones son una herramienta efectiva para reconectarnos con aquello que realmente somos. Nos ayuda a volver a ser auténticos, transpirar lo que somos y contagiar a los demás.

A child's hands are shown building with colorful LEGO bricks on a wooden table. The background is a blurred indoor setting with a desk lamp and a window. A dark blue rectangular box is overlaid on the center of the image, containing the text.

# *Servicios*

Tendrás a disposición una gran variedad de herramientas y recursos para que trabajemos en lo que deseas de manera didáctica, serena y consiente.

# Campos de acción

- Constelaciones
- Retiros
- Dinámicas de Sanación
- Conferencias
- Diagnóstico de convivencia
- Psicología Holística
- Terapias cuerpo, alma, mente

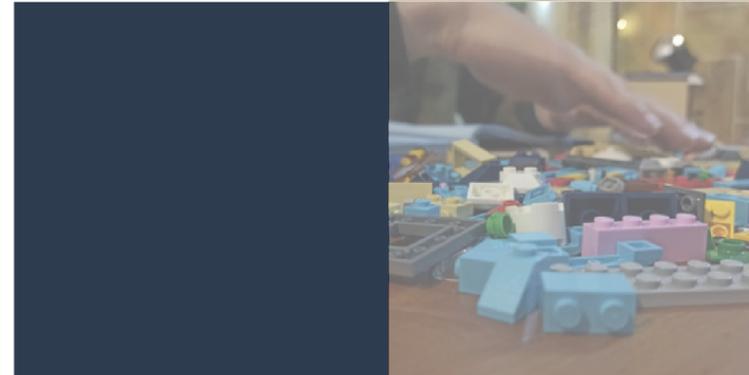


- Coaching de vida.
- Coaching Ejecutivo.
- Coaching de Equipos.
- Procesos de Mentoría.
- Selección de personal.
- Desarrollo de competencias.
- Capacitación e Intervención grupal.

## A NIVEL INTERNACIONAL

# Importante

Recuerda que la salud mental es el mayor objetivo a estimular, por eso mismo debemos incluir estas actividades dentro de nuestra canasta familiar y empresarial.



# Oferta de SERVICIOS

- ✓ Sesiones Coaching Holísticas con enfoque transformacional según sea el caso usando teoría, práctica, meditación y relajación bajo estímulos
- ✓ Selección de personal
- ✓ Análisis de clima laboral
- ✓ Consultorio virtual o presencial para personas con problemas internos y baja productividad reservando su privacidad
- ✓ Emisora personalizada empresarial con enfoque motivacional, espiritual, comunicativa, entre otros
- ✓ Dinámicas empresariales para los tuyos: gerentes, empleados, sus familiares, proveedores y clientes; basados en mis métodos
- ✓ Retiros empresariales, familiares y más

Todos los servicios pueden ser dialogados, combinados e implementados según tus requerimientos mensuales, trimestrales, otros,

## Necesidades QUE TIENES, DESCONOCES Y SON SERVICIOS

posicionar mis técnicas y servicios a favor de los proyectos que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los tuyos.

adoptar medidas laborales que fomenten, entre otras cosas, el cuidado del bienestar emocional.

trabajar directamente sobre el foco de la problemática para prevenir el estrés y aportar soluciones eficaces.

ofrecer programas de bienestar a los empleados y mantenerlos a lo largo del tiempo para obtener resultados.

tener un sistema de gestión (SGSST) para mejorar el desarrollo interno y externo en función de las condiciones de salud mental, emocional y otros.

es importante propender un clima de trabajo favorable esto mediante estímulos visuales y sensoriales.

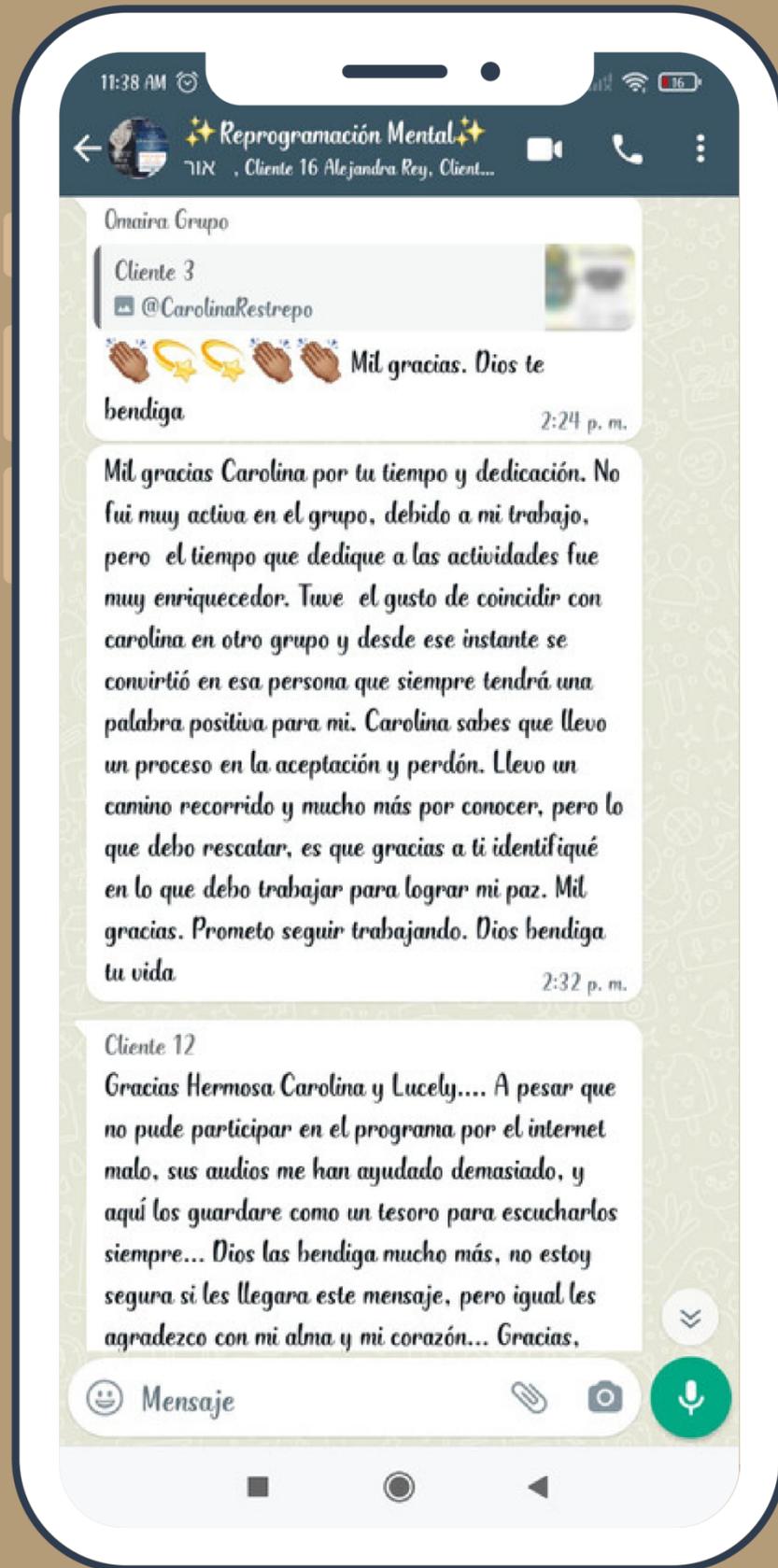
promover un estilo de vida saludable y fomentar la práctica de actividad física mediante actividades lúdicas y meditativas.

acceso a un canal digital donde podrán encontrar información actualizada y un consultorio virtual para mejorar su bienestar

# Mis Herramientas







este proceso, por ser nuestras guías del alma  
Que tengan UN FELIZDOMINGO 12:28 p. m.

Cliente 353 Sali

Hola agradezco a todas y en especial a Carolina y por sus enseñanzas, su sabiduría, fortaleza soy sincera hice algunas tareas, las demas yo pensaba q ya estaban cubiertas, pero no di cuenta q todavia me falta mucho por aprender escuche con atención y consciencia todos sus mensajes, me ayudaron mucho a reflexionar y a creermse que soy abundante en todo, estos 21 dias me ayudaron a ver la vida diferente y haberme a mi tambien desde el perdon y amor. Con este curso me di cuenta que siempre hay personas que son como angeles en mi vida q me ayudan en mi caminar, seguire agradeciendo a Dios por poner todas estas personas con su luz, que Dios las siga iluminando y las siga bendiciendo gracias, gracias, gracias por su atención, apoyo, su amor, tiempo y por ... Leer más 12:39 p. m.

Gracias, Gracias... 2:52 p. m.

Cliente 5

Buenas tardes. Estos días de compañía, guía y aprendizaje llegaron en el momento justo a mi vida para ayudarme a superar un proceso de aceptación y liberación de sentimientos de culpa. mil gracias gracias por tanto. mil bendiciones 2:59 p. m.

Gracias Hermosa Carolina y Lucely.... A pesar que no pude participar en el programa por el internet malo, sus audios me han ayudado demasiado, y aquí los guardare como un tesoro para escucharlos siempre... Dios las bendiga mucho más, no estoy segura si les llegara este mensaje, pero igual les agradezco con mi alma y mi corazón... Gracias, Gracias, Gracias.. 2:52 p. m.

Silvia Cuba

Una vez más quiero Agradecer a Carol por su tiempo y dedicación por acompañarnos en estos 21 días ,los cuales han sido de gran aprendizaje y crecimiento para mí . Tuve días buenos y malos pero siempre la maravillosa energía de Carol me iluminó en los momentos difíciles . De todo corazón Gracias Carol por ser y por estar .Has Sido un Ángel en mí vida .

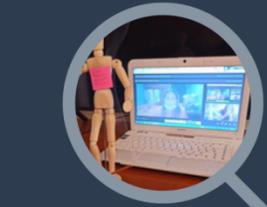


Hoy Gracias a que hoy nos conocamos! 3:19 p. m.

Cliente 23

Gracias Carolina por cada segundo minuto hora que tomaste de tu tiempo tu y lucely en hacernos mejor personas , ver que en aún hay personas de luz que no estamos solas y que podemos resurgir de las cenizas 3:41 p. m.

Cierro el chat para enviar la última actividad de

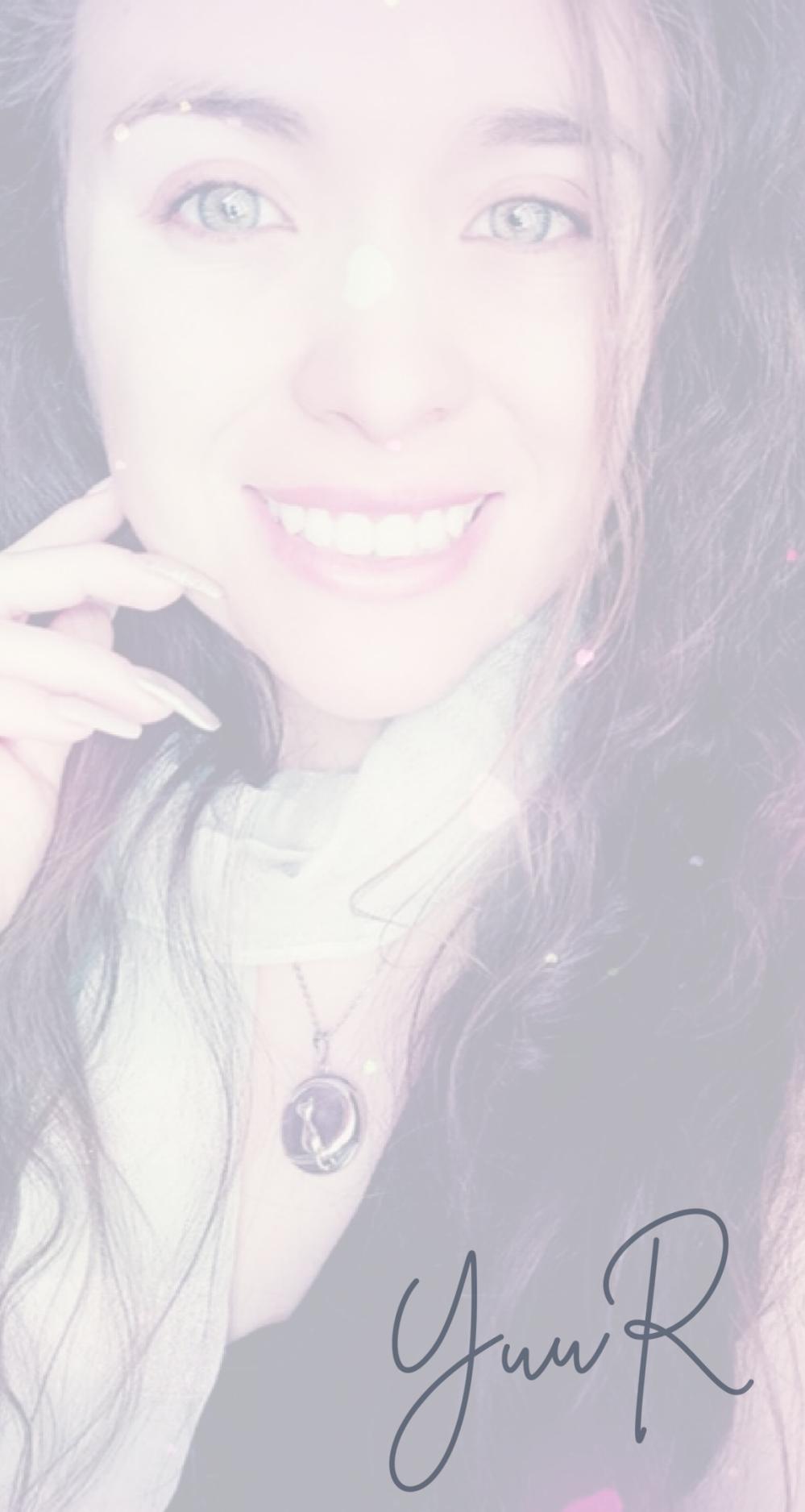


# Testimonios



# *Contactame*

Si tienes preguntas sobre mi método,  
o quisieras una consulta, por favor  
contáctame y con gusto  
tendremos una maravillosa charla



*Yun R*

Puedes decidir no hacer nada y quedarte exactamente donde estás ahora. O puedes decidir que es el momento del cambio, la ocasión de reinventarse. Hagas lo que hagas con tu vida, siempre estarás eligiendo, tomando una decisión.

Cit. Milkahilova



- [www.carorestrepo.com](http://www.carorestrepo.com)
- [@carorestrepo\\_coach](https://www.instagram.com/carorestrepo_coach)
- 57 310 8949051
- 57 350 8575571 /whatsapp
- Disponibilidad abierta