

# IMPULSA EMPRENDE

Con RoSi

Revista de:  
@impulsaemprendetv  
Ejemplar N 19  
Marzo 2024

## Rocío Bustamante

Especial Mes  
de la Mujer

Soy mujer.  
Lo ideal es  
parecerlo

Bilinguismo

---

CEO de Gabinete de Idiomas  
Emprendedora Empresaria  
♥ Directora - CEO de Gabinete de Idiomas -  
♥ BILINGÜAL SPECIALIST  
♥ Conferencista Bilingüe  
♥ Fundadora CEO BC CORPORATION  
♥ Directora del Programa de  
Intercambio Cultural AU PAI

# 2024.

## - Editorial

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

## - Contáctanos

[www.impulsaemprende.com](http://www.impulsaemprende.com)  
Email: [contacto@impulsaemprende.com](mailto:contacto@impulsaemprende.com)  
WhatsApp: +56995005040  
<https://linktr.ee/impulsaemprendetv>

## - Nuestras redes

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

¡Gracias por  
visitar e impulsar  
Nuestra Revista!

Reconociendo los avances y  
Reflexionando sobre Desafíos

-En el mes de conmemoración  
de la Mujer nos unimos a a  
honrar los logros sociales,  
políticos, económicos y  
culturales de las mujeres, así  
como para reflexionar sobre  
los desafíos que aún persisten  
en el diálogo por la igualdad  
de género..

El Día Internacional de la Mujer  
también nos brinda la  
oportunidad de reflexionar  
sobre el trabajo que aún queda  
por hacer. Es un recordatorio  
de que la igualdad de género  
no es solo un ideal, sino un  
derecho humano fundamental  
que debemos seguir  
defendiendo y promoviendo en  
todas partes.

Te invito a la acción. Debemos  
comprometernos a eliminar las  
barreras que impiden el pleno  
desarrollo y

Editorial



RoSi

empoderamiento de las mujeres,  
y a crear un mundo donde todas  
las personas, independientemente  
de su género, tengan las mismas  
oportunidades y derechos.

Unidos reconocemos el talento, la  
determinación y la resiliencia de  
las mujeres en todas partes.  
Sigamos trabajando juntos para  
construir un futuro mejor.

Te invitamos a disfrutar nuestra  
edición especial de Marzo.

@rosariosilvabravo, alias RoSi



05



**Sección Bienestar**

-Paren el mundo que me quiero bajar  
Mercedes Jahn.

10



**Sección Bienestar**

-Ser Mujer  
Jacqueline Tineo.

18



**Sección Negocios**

-¿Qué exigir a la agencia de marketing  
Ramiro Parías.

36



**Sección Cultura**

-Soltar y Fluir las emociones  
Rosario Silva Bravo.

# Contenido.

13



**Sección Bienestar**

-Ser mujer, lo ideal es parecerlo.  
Miosotis Joaquín.

26



**Destacad@**

-El Binguilismo

32



**Sección Negocios**

• Productos con M de Mujer

44



**Sección alianzas**

-Hablemos de auto-estima en el aprendizaje.  
-Padres tóxicos, ¿Qué hacer con ellos?  
-Karaoke con chinches.

# Bienestar

**"El bienestar no es solo un destino, sino un viaje que se construye día a día con pequeños momentos de autenticidad, gratitud y amor propio."**



# ¡PAREN EL MUNDO QUE ME QUIERO BAJAR!

-Frase conocida de una comedia musical de Broadway, "Stop the world, I want to get off" ("Paren el mundo, me quiero bajar", en español), cuya versión cinematográfica, dirigida por Philip Saville, fue estrenada en 1966.



- Por Mercedes Jahn  
Coach Ejecutiva Integral  
[www.jahninstitute.com](http://www.jahninstitute.com)



No puedo dormir.  
Me despierto a cada rato.  
Me dan ataques de pánico.  
Estoy atemorizado.  
Me angustia mi futuro y el de mi familia.  
No me pasa bocado.  
Como sin parar.  
La angustia no me deja pensar.  
Estoy bajando mi desempeño.  
Mis resultados están por el suelo.  
Soy un imán para los problemas.  
Me siento solx, aisladx.  
Estoy teniendo conflictos con mi pareja.  
Me cuesta mucho trabajo levantarme de la cama.

## ¿TE IDENTIFICAS CON ALGO DE ESTO?

¡Sientes que no tienes paz en tu vida y estas ansiosx gran parte del tiempo?

El camino de la paz financiera, de la paz mental, de la paz en tu vida en general, es un camino que tiene cuatro carreteras paralelas: la carretera mental, la emocional, la espiritual, y la física.



La manifestación de tu desazón, tu angustia, tus calamidades las vives de mil maneras, las sufres, las lloras, te duelen, te preocupan, son diversas, son muchas; Las sientes emocionalmente, las notas físicamente, y muchas veces te aferras a tu espiritualidad, sin embargo, no logras conciliarte, entiendes, en tu mente habita la causa, en tu mente habitan conflictos, confusión, caos, y si hay caos adentro, hay caos afuera...

Tal parece que todo sale mal, que la gente te ataca, que tu trabajo va en descenso, que te cuesta concentrarte.

Esa maraña desordenada dentro de ti que te hace sufrir la puedes desenredar, ordenar, arreglar, para recuperar tu paz, ponerte en orden, hacerte dueño de tu vida.

La mentalidad de escasez, las creencias limitantes, los condicionamientos, son la causa raíz y es por ello que es en la causa raíz donde está tu solución.

Pregúntame

Tengo mil respuestas para ti.

¿Quieres recuperar tu paz?

¿Quieres ser capitán de tu vida?  
¿Quieres despertar tranquilo o tranquila?

¿Quieres disfrutar?

¿Quieres sentir plenitud?

¿Quieres recuperar a tu pareja?  
¿Quieres tener tranquilidad financiera?

¿Quieres ser productivx, efectivx, y pleno en tu trabajo?

Toma el control de tu vida, ...

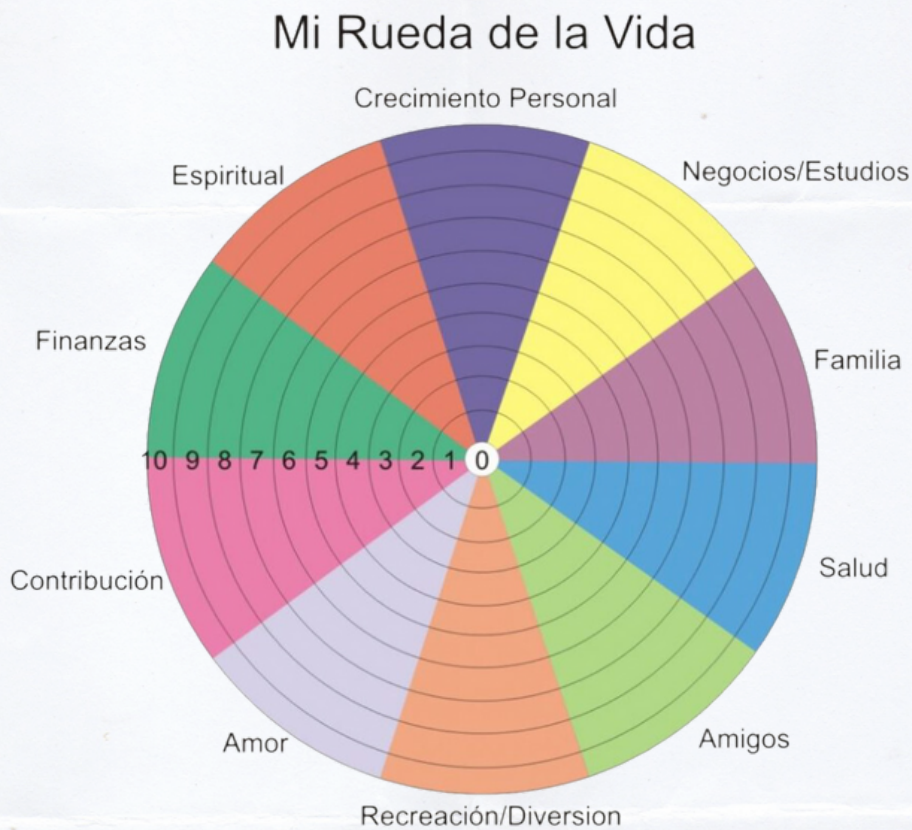
Usa esta radiografía: ¿Quién eres?,  
¿Como eres?, ¿Qué haces?, ¿Qué dejas de hacer?, ¿A dónde vas?,  
¿Con quienes te reúnes?, ¿Qué cosas piensas cuando te DESPIERTAS?,  
¿Qué piensas durante el día?, ¿Qué piensas antes de irte a dormir?, ¿Con qué te conectas día y noche?, ¿Qué nutre tu espíritu?, ¿Qué nutre tus emociones?



7 - Impulsa emprende

**Responde y mide: ¿Del 1 al 10 que te falta para llegar allí donde quieres estar, qué te falta para ser quien quieres ser?.**

**¿Dónde estas hoy, y qué pensamientos, acciones y emociones necesitas para estar en ese día perfecto?**



**- Por Mercedes Jahn**  
Coach Ejecutiva Integral  
[www.jahninstitute.com](http://www.jahninstitute.com)  
[mercedes.jahn@jahninstitute.com](mailto:mercedes.jahn@jahninstitute.com)  
Vive Esplendor, vive en Plenitud +525555051060



## 8 - Impulsa emprende

asociados con el miedo es clave. La reestructuración cognitiva implica cambiar patrones de pensamiento negativos y distorsionados por otros más realistas y equilibrados.

### 4. Cambio de Perspectiva:

Cuestionar y cambiar patrones de pensamiento negativos puede ser fundamental. Reevaluar las creencias irracionales que sustentan el miedo puede ayudar a alterar la percepción de las situaciones temidas.

### 5. Exposición Gradual:

La exposición gradual a las fuentes de miedo puede ayudar a desensibilizar la respuesta emocional.

Este enfoque gradual permite a la persona enfrentarse progresivamente a lo que teme, construyendo resistencia y reduciendo la ansiedad.

### 6. Apoyo Social:

Compartir miedos con amigos, familiares o profesionales puede aliviar la carga emocional. El apoyo social proporciona perspectivas externas, comprensión y

solidaridad, lo que puede hacer que los miedos parezcan más manejables.

### 7 Ejercicio Regular:

El ejercicio físico libera endorfinas, que actúan como analgésicos naturales y ayudan a reducir el estrés y la ansiedad. Incorporar actividad física regular en la rutina diaria puede ser beneficioso para controlar el miedo.

### 8.- Terapia Profesional:

Consultar a un profesional de la salud mental puede ser fundamental para abordar miedos profundos arraigados en experiencias pasadas o problemas psicológicos subyacentes. La terapia cognitivo-conductual, por ejemplo, ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de trastornos relacionados con el miedo.

En resumen, el miedo es una parte natural de la experiencia humana, pero comprender sus causas y aplicar técnicas efectivas puede ayudarnos a manejarlo de manera saludable.



***¿Te das cuenta de que la mayoría de tus miedos están en tu cabeza?***

***¿Te das cuenta de que si cambias tus pensamientos cambias tu realidad?***

*Cada una de estas técnicas están enfocadas a “calmar tu amígdala” a “desactivar” la alarma de peligro inminente para que puedas pensar con claridad y puedas, finalmente, convencerte de que eres espectacular y tu responsabilidad es compartir al mundo lo mucho que tienes, lo mucho que eres.*

***La valentía está en vencer tus demonios internos y brillar.***

***Tú cambias, todo cambia.***

Si estas list@ para dar este paso y quieres sentirte solid@ este año; Aquí estoy para ti.

**Mercedes H. Jahn S, PhD**  
**www.jahninstitute.com**



# Siente

por Rosi Bravo

El álbum que impulsará tu vida



Disponible ya  
en Spotify  
[Haz click aquí](#)

R  
S  
I

9- Impulsa emprende

## - Jacqueline Tineo

Periodista, Coach , Speaker, escritora, Productora y capacitadora radial. Fundadora y presidente de Fundación De Mujer a Mujer. CEO de Pregón Latino Radio y Pregón Latino Revista, CEO de Radio Amor Fm. Creadora Tribu de mujeres Grandiosas y sus productos. Presidente de Internacional Senate of Womenr  
**CEO Pregon Latino Radioa**



# Ser Mujer

Cuando se trata de hablar de las mujeres, es hablar de un universo nunca acabado de conocer, y aunque somos muchas veces incomprensibles, no debemos olvidar que somos obra perfecta de Dios, lo que significa, que se puede llegar a conocer a profundidad, la obra maestra de Dios.

Ser mujer no es cuestión de llevar los cromosomas Xs. Ser mujer implica que desde el vientre materno eres ganadora y que fuiste elegida y marcada con un propósito en esta tierra.

Ser mujer es llevar a veces no sólo nuestra cruz a cuestas sino que culturalmente se nos ha encasillado en roles específicos y hemos llevado cruces y cargas que no nos corresponden y no nos han dejado ser por esencia, según el diseño de Dios.

Ser mujer es ser más que madre, amiga, hermana, esposa. Ser mujer, es ser co-creadora con nuestro creador, por tanto la mujer tiene un poder único en esta tierra: llevar en su vientre la prolongación de la existencia de la raza humana.



Ser mujer a veces es ser Reinas, otras veces esclavas. Deberíamos siempre, ser Mujer ante todo, sin tener que llegar a creernos mejor que los demás, y mucho menos ser esclavas de nadie, ni de nada.

Ser mujer , es ser lluvia que empapa la tierra , esa que es fértil! Es ser agua que sacia la sed del sediento, es sol que brilla, y calienta, es hoguera que acoge y acuna, es silencio, es calma y otras veces tormentas.

## **¡Somos frágiles y fuertes , somos agua y fuego !**

Ser mujer, es ser palabra; pentagrama que cambia el ritmo de la vida, y le pone colores al arcoíris...

Ser mujer es fácil, ante todo; difícil es mantenerla enjaulada, sin poder volar con la amplitud de sus alas y brillar como una estrella.

La mujer fue creada con amor, por amor, para dar amor , para recibir amor.

Mujer es sinónimo de rosa, belleza, delicadeza... pero al mismo tiempo es sinónimo de raíces profundas. **¡Es Tierra fecunda! Mujer que acuna, mujer que da vida!**

...Y así la mujer , mariposa y atardecer, montañas, ríos Jazmín ! es la danza fresca del Edén, la belleza del creador.





## 12 - Impulsa emprende

la mujer, al redescubrirse, sabrá quién realmente es, cuál es su valor, su propósito de vida, y sobre todo se encontrará con la arquitecta de su propia historia.

En salmo 17:8 nos dice:

“ Guárdame como a la niña de tus ojos Escóndeme a la sombra de Tus alas”

En Isaías 49: 16 nos dice:

“He aquí, en las palmas de mis manos, te he grabado; tus muros están constantemente delante de mí.

Mujer , eres perla preciosa!  
**Levántate y resplandece! Ámate, valórate! Vive desde la plenitud de vida!** Dios te te guarda como a La Niña de sus ojos, El te esconde a las sombra de sus alas, El te ha grabado en las palmas de sus manos ! Eres Grandiosa!!!

### - **Jacqueline Tineo**

Periodista- Coach Integral  
Productora Radial

CEO de Pregón Latino Radio, y  
Radio Amor FM 📻 The  
Fundadora - Presidente De  
Fundación De Mujer a Mujer.





## - Miosotis Joaquín

Facilitadora de Imagen Personal y  
Corporativa  
CEO Imagen y Ética



# SOY MUJER, LO IDEAL ES PARECERLO

Grandes bendiciones y gracias, por leer mi vida de Aprendiz con los temas de Imagen y Buenos Modales.

En esta ocasión hablemos de la Mujer y la Imagen Coherente que desea desarrollar.

No olvides que nuestras neuronas guardan informaciones genéricas que identifican a la Mujer como la Prudencia, Delicadeza, Fortaleza, Elegancia, entre otras. A nivel de la imagen podríamos citarlo por estilos y cada día este se transforma con los tiempos, la moda y la personalidad.

Entre los más comunes tenemos:

**Natural:** Aman las piezas cómodas y ligeras. No se complican con piezas delicadas. Aman los jeans, y las texturas de cuidados simples. Expresan cercanía, accesibilidad, dinamismo.

**Clásico / Tradicional:** Es amantes a las líneas rectas, ropa a la medida. Escotes medios y largos discretos. Como pieza indispensable las Chaquetas. Expresan autoridad en el mundo corporativo.



## 14 - Impulsa emprende

**Elegante:** Invierte en piezas de calidad, largos y colores discretos. Toma tiempo en el cuidado de sus piezas y arreglos. Cultiva la sofisticación y las piezas clásicas.

**Creativo:** Colores contrarios en el círculo cromático, combinaciones de piezas de líneas distintas. Un estilo innovador. Rompe los parámetros sin temor a ser criticado.

**Seductor:** Líneas ajustadas, escotes pronunciados, largos provocativos. Le interesa lucir su figura. Llamando la atención de los demás sin importar romper con lineamientos tradicionales.

**Dramático:** Amante de los tonos oscuros, el misterio y el protagonismo. Son enigmáticas y les encantan las piezas fuertes con historia.

**Romántica:** siempre elige flores, cortes femeninos. Amantes a los vestidos y las telas que envuelven delicadeza.





## 15 - Impulsa emprende

Una **mujer** puede hacer uso de varios estilos en el diseño de su imagen, relacionándolo con la actividad que realiza. Este 2024 escuchamos hablar del Estilo Coquette que no es más que el estilo romántico con cortes y colores de temporada. Evoca ternura, refinamiento ligereza e ingenuidad.

Utiliza como pieza clave Lazos en todos los tamaños y formas. Son piezas hermosas pero debes tener cuidado; que no te roben protagonismo y no desvirtúen tu estilo principal. Desplaza al Seductor que en los últimos años fue el preferido.



Es importante definamos el nuestro. A pesar de la Moda no debemos salir de aquel que resalta nuestra esencia y la Imagen que deseamos proyectar.

Te invito a diseñar tu estilo ubicando una pieza o complemento que combine con todos tus outfit; logrando que los demás te identifiquen por él.

Te invito a diseñar una imagen coherente a lo que deseas y compartírnoslo a través de nuestro email [imagenyetica@gmail.com](mailto:imagenyetica@gmail.com) y lo compartiremos aquí.

No olvides "Una buena **Imagen** habla más que **mil palabras**".  
Feliz San Valentín.

**- Miosotis Joaquín**

**Instagram: @miosotis.joaquin**



# SANA TU VIDA E IMPULSA TU ESENCIA DE Mujer

**Speaker:**

**Isabella Cisneros**

Psic, Coach, Mentora, Autora,  
Conferencista Internacional & CEO  
"5 Sentidos, La Experiencia"

**Speaker:**

**Rosario Silva**

Mentora de Negocios Digitales,  
Escritora & Líder de Libros  
Colaborativos

"Despierta la Grandiosa  
que Habita en Ti"



**HORA**  
09:00 A.M.  
03:00 P.M.

**LUGAR POR CONFIRMAR**

**DÍA**

26 ABRIL 2024



**SANTIAGO DE CHILE**



Únete a nuestro evento diseñado para empoderar a las mujeres y sanar diversas áreas de sus vidas, desde lo emocional hasta lo financiero. Con la participación de destacados conferencistas internacionales liderado por Isabella Cisneros y Rosario Silva Bravo, te sumergirás en un viaje de auto descubrimiento y crecimiento personal. El evento incluye conferencias, networking, sorteos de premios y expo-libros.

Fecha y hora: Viernes 26 de abril de 09:00 a 13:00 horas

Lugar: Santiago de Chile

Actividades: Conferencias, Networking, Premios y Presentación de libros

Cupos limitados.


¡No te pierdas esta oportunidad de empoderarte y potenciar tu marca! Para inscribirte, contáctanos en [contacto@impulsaemprende.com](mailto:contacto@impulsaemprende.com)



# Sección

17 - Impulsa emprende

# Negocios



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



# 10 Consejos para exigirle a agencia de marketing digital

-En el mundo digital actual, tener una presencia online sólida es crucial para el **éxito** de cualquier **empresa**. Contratar una agencia de marketing digital puede ser una excelente manera de aprovechar la experiencia y el conocimiento de profesionales para impulsar tu negocio. Sin embargo, es importante saber qué exigirle a una agencia para asegurarte de obtener el mejor retorno de tu inversión.

1. **Define** tus objetivos y expectativas.

Antes de empezar a trabajar con una agencia, es fundamental que definas claramente tus objetivos de marketing. ¿Qué quieres lograr con tu estrategia digital? ¿Aumentar el tráfico web? ¿Generar más leads? ¿Mejorar tu posicionamiento SEO? Una vez que tengas claros tus objetivos, podrás evaluar si la agencia tiene la experiencia y las capacidades para ayudarte a alcanzarlos.



**-@RamiroParias**  
**Conferencista y Consultor de Marketing Digital. Certificado Google Partner.**  
**Contacto en [www.RamiroParias.com](http://www.RamiroParias.com)**

2. Investiga la experiencia y el portfolio de la agencia.

No todas las agencias de marketing digital son iguales. Algunas se especializan en ciertos sectores o nichos de mercado, mientras que otras ofrecen una gama más amplia de servicios. Es importante investigar la experiencia de la agencia en tu sector y revisar su portfolio de trabajos anteriores para asegurarte de que su estilo y enfoque se ajustan a tus necesidades.





### **3. Solicita un plan de trabajo detallado.**

Una vez que hayas elegido una agencia, solicita un plan de trabajo detallado que describa las estrategias y tácticas que utilizarán para alcanzar tus objetivos. Este plan debe incluir información sobre los canales que se utilizarán, el calendario de actividades, los indicadores clave de rendimiento (KPIs) que se medirán y el presupuesto total.

### **4. Exige transparencia en la gestión de la campaña.**

Es importante que tengas acceso a la información sobre el rendimiento de tu campaña. La agencia debe proporcionarte informes regulares que detallen el progreso de las actividades, los resultados obtenidos y el uso del presupuesto.

### **5. Solicita comunicación clara y constante.**

La comunicación es clave para una relación exitosa con una agencia de marketing digital. La agencia debe estar disponible para responder a tus preguntas y mantenerte actualizado sobre el progreso de la campaña.

### **6. Exige resultados y ROI.**

Al final del día, lo que importa son los resultados. La agencia debe ser capaz de demostrar el impacto de su trabajo en tu negocio y ofrecerte un retorno de la inversión (ROI) positivo.

### **7. Monitorea el rendimiento de la campaña y ajusta la estrategia si es necesario.**

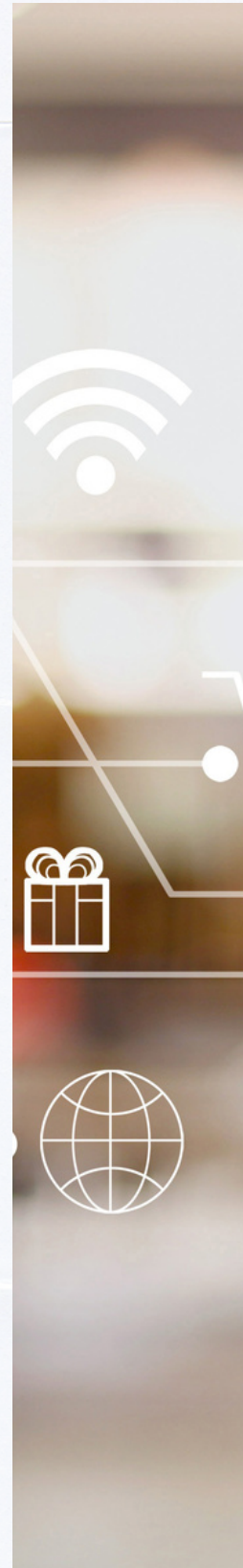
Es importante que no te quedes de brazos cruzados mientras la agencia ejecuta la campaña. Debes monitorizar el rendimiento de la campaña y estar dispuesto a ajustar la estrategia si es necesario para obtener los mejores resultados.

### **8. Construye una relación de confianza con la agencia.**

Para que la relación con la agencia sea exitosa, es fundamental que se construya una base de confianza mutua. Sé honesto y transparente con la agencia y espera lo mismo de ellos.

### **9. No tengas miedo de hacer preguntas.**

Si tienes alguna duda o pregunta sobre la campaña, no tengas miedo de hacerla. La agencia está ahí para ayudarte a alcanzar tus objetivos y debe estar dispuesta a responder a todas tus preguntas.





**10. Revisa el contrato cuidadosamente antes de firmar.**

Antes de firmar cualquier contrato con una agencia de marketing digital, asegúrate de leerlo cuidadosamente y comprender todas las condiciones. Presta atención a los detalles como la duración del contrato, los términos de pago y las políticas de cancelación.

Exigir resultados a tu agencia de marketing digital no significa ser agresivo o inflexible. Se trata de establecer una relación profesional basada en la confianza, la comunicación y la responsabilidad compartida. Al seguir estos consejos, podrás obtener el máximo provecho de tu inversión en marketing digital y alcanzar tus objetivos de negocio.

Recuerda que el éxito de tu empresa depende en gran medida de la eficacia de tus estrategias de marketing digital.



**Elige na agencia con experiencia, capacidad  
y compromiso para ayudarte a alcanzar las metas.**

**@RamiroParias**  
**Consultor de negocios en internet.**  
**Certificado Google Partner. Contactos en**  
**[www.RamiroParias.com](http://www.RamiroParias.com)**





**Autor: Ovidio Peña Vega Executive MBA**

**Speaker - Docente Posgrados - Formador Empresarial**

**[www.linkedin.com/in/ovidiopena](http://www.linkedin.com/in/ovidiopena)**

# • ¿Cómo prepararnos • para nuestra vejez?

En esta ocasión quiero abordar un tema que considero relevante, importante y crítico, mi intención es que este nos sirva de reflexión y nos sirva para cuestionarnos, para ser conscientes, para comprender que las acciones que desarrollemos ahora, tendrán un gran impacto en algunas décadas, a esto se le conoce como el efecto mariposa.



## 22 - Impulsa emprende



El primer tema que quiero que analicemos en este artículo es el fenómeno llamado extra longevidad (es el riesgo de vivir más tiempo del previsto), según las estadísticas como humanidad y en la medida que transcurre el tiempo, estamos viviendo más años, en ese orden es necesario tener presente que debemos prepararnos mejor para disfrutar una calidad de vida durante nuestra vejez, al respecto es clave pensar en algunos temas como:

### **-El cuidado del estado físico:**

importante tener rutinas o hábitos que impliquen al menos tres días a la semana para hacer ejercicios, actividad física o ir al gimnasio, según nuestras posibilidades, este hábito impactará positivamente el estado de nuestra salud a futuro.

### **-La salud (el gran tesoro):**

se hace necesario y de manera preventiva hacer visitas de chequeo (revisión) periódicamente al médico para que nos valore, promover la medicina preventiva es quizás de las mejores inversiones que podemos hacer en la vida.

### **-Pensión de vejez:**

tener claridad o al menos estimar o proyectar con bases reales las condiciones que tendremos en el momento de nuestro retiro de la vida laboral y dedicarnos a descansar en nuestra vejez, no es una tarea menos relevante; este tema se construye durante décadas previas al momento de asumirlo e implica una alta responsabilidad y consciencia, la meta o el reto debería ser tener y garantizar con la pensión, unos ingresos acordes a la necesidad y condición en la etapa vulnerable y sensible del ser humano: la vejez (etapa de adultos mayores).





## 23 - Impulsa emprende



Como complemento a los tips socializados anteriormente, citaré los temas que nos plantea el escritor Dan Buettner en su publicación “Vivir 100 años”, quien de manera magistral nos sugiere algunos temas que considero relevantes para promover la longevidad y llegar bien y saludables a los cien (100) años de vida:

**-Comunidad (amigos):** mantener, cultivar y cuidar a los amigos es una bendición, la energía que se emana y vive en espacio de amigos es saludable, potencia el sistema autoinmune de nuestro organismo.

**-Desconectarse del ruido de la ciudad:** en lo posible debemos aislarnos de la contaminación a todo nivel (visual – auditivo – smog - otros), luchar por estar en espacios tranquilos que nos generen paz y tranquilidad, ideal que uno de estos espacios sea el hogar.



**-Hábitos saludables:** este es un tema amplio, en este podemos citar por ejemplo, el consumo responsable y espontaneo de alcohol, no fumar, caminar, alejarnos de personas o ambientes “tóxicos”, el fomentar pensamientos positivos y esperanzadores, mantener diálogos internos positivos, hablar o expresarnos de manera asertiva, entre otros.

**-Tener claro el proyecto de vida:** saber que fuerza motora nos anima cada día al momento de levantarnos e iniciar la jornada, tener claro para que estamos en este viaje llamado vida, este tema es quizás el más motivador y potenciador para el ser humano.

**-Disfrutar en pareja:** elegir asertivamente a la persona que será nuestro compañero de viaje es todo un reto, si acertamos en dicha elección, habremos dado un gran paso para llegar bien acompañados a la vejez, no menos importante es lograr que la pareja comparta nuestro proyecto de vida y los hobbies.

**-Sonreír permanentemente (la risa):** wow este ejercicio sencillo y pareciera sin sentido, es altamente efectivo y saludable en nuestra salud, en todo sentido es saludable, el gran reto es sonreír de manera permanente y de forma consciente, cuando sonreímos nuestro cerebro recibe este sencillo acto de manera especial.

**-Disfrutar una copa de vino ocasionalmente:** una copa ocasional y una buena compañía en medio de risas, se convierten en un cóctel perfecto para levantar el ánimo y potenciar la salud.

**-Tomar descansos –** pausas con frecuencia: desconectar el cerebro en periodos cortos de tiempo es altamente saludable, solo cerrar los ojos y hacer ejercicios de respiración por períodos cortos de tiempo, también es muy saludable.

**-Alejarse de las redes sociales:** a este reto también se le conoce como “dieta digital”, tal vez no seamos conscientes del daño que nos causa “el bombardeo” de información agresiva que se

promueve en las redes, hacer pausas de este mal hábito, tiene un impacto positivo en la salud mental.

**-Compartir en familia:** siempre será el mejor plan, estar en un espacio “seguro y confiable” es una bendición y nos carga de la mejor energía. Cuidar la familia es altamente gratificante y genera mucha felicidad.

**-Alejarse de la gente tóxica:** este tipo de personas se destacan por ser “anticipadores de desgracias”, solo ven lo negativo de cada situación, son criticones y no generan emoción positiva alguna; estas personas las encontramos en el mundo laboral, entre el círculo social y al interior de la familia; este tema atenta y afecta nuestra salud y por ende va en contra vía de una vejez digna.





## 25 - Impulsa emprende

**-Reinventarnos:** hacer cosas que antes nunca hicimos por temor o por desconocimiento, es altamente productivo para la salud mental, retornos, salirnos de la zona de confort, cambiar de hábitos en muy saludable y beneficioso.

**-Fomentar la gratitud:** este es un tema especial y potenciador, ser conscientes a cada momento de todas las bendiciones que tenemos y disfrutamos, es clave dejar de fijarnos en lo que no tenemos, agradecer por todo lo que tenemos, por todo lo alcanzado, etc.

**-Hacer voluntariado social:** el altruismo es un tema motivador que llena el alma, ayudar a quienes lo necesitan sin esperar nada a cambio genera una sensación especial de regocijo, me encanta la frase "es mejor dar que recibir".

Si nos fijamos con detenimiento todos los tips (temas) planteados no demandan recursos económicos o gran esfuerzo, son tareas o retos sencillos que están al alcance de todos, solo nos queda un tema igual de sencillo "tomar la decisión" de priorizar y cuidarnos para llegar a la Vejez de manera digna y con calidad de vida,



**¿No les parece un gran, noble, futurista y poderoso reto? ... ANIMATE, el momento es ahora!**

**Autor: Ovidio Peña Vega Executive MBA**

**Speaker - Docente Posgrados - Formador Empresarial**

**[www.linkedin.com/in/ovidiopena](http://www.linkedin.com/in/ovidiopena)**



# EL MONOLINGÜISMO ES EL ANALFABETISMO DEL SIGLO XXI

Aprender dos o más idiomas hoy en día es más que un lujo, se trata de una necesidad; más aún si se trata de nivel universitario. "Cuando las oportunidades de ofertas abundan para crecer profesionalmente".

Ser monolingüe es estar OUT, este siglo es para gente bilingüe y plurilingüe. Este siglo se caracteriza por gente que por lo menos a desarrollado un segundo idioma. Ser bilingüe puede abrir las puertas a nuevas amistades, culturas y experiencias. Pero los beneficios de bilingüismo van mucho más allá de la

comunicación. Una nueva investigación muestra que el aprendizaje de una segunda lengua en un niño puede cambiar la forma en que el cerebro funciona, aumenta habilidades de concentración, y le permite tener mayor flexibilidad y capacidad de resolución de problemas. Los científicos han comenzado a aprender todas las formas en que saber dos idiomas puede cambiar la función del cerebro, pero es evidente que los beneficios de hablar dos idiomas van más allá.

Estudios científicos han demostrado que las personas

bilingües tienen mayor capacidad intelectual. Manejar dos idiomas sobre todo desde la infancia pero también cuando se es adulto te hace más inteligente. La razón es que los bilingües ejercitan más su cerebro. Es como si el uso de dos lenguas sirviera de gimnasia mental. Y eso hace que el cerebro funcione mejor.

# • Rocio





# Bustamante

**Autor: Rocio Bustamante**

**Emprendedora Empresaria**

**-Directora - CEO de Gabinete de Idiomas -**

**-BILINGÜAL SPECIALIST**

**-Conferencista Bilingüe**

**-Fundadora CEO BC CORPORATION**

**-Directora del Programa de Intercambio Cultural AU PAIR.7**

27 - Impulsa emprende





# “Los 7 beneficios, de ser bilingüe”

## 1. Comunicación

Por supuesto, la ventaja más obvia de ser bilingüe es la capacidad de comunicarse en dos idiomas. Expertos en desarrollo solían pensar que el aprendizaje de dos lenguas desde el nacimiento daría lugar a una confusión en el lenguaje y habilidades comprometidas en ambos idiomas, no sólo se han equivocado ya que todo lo contrario es cierto. Hablar dos idiomas les permite a los bilingües tener más ideas, y una mejor capacidad de comunicarse en ambas lenguas.

## 2. Cultural

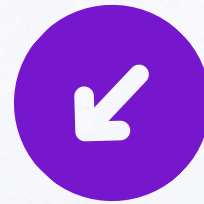
Hablar un segundo idioma no se limita a permitir la comunicación, sino que también permite que el individuo conozca más otras culturas y tradiciones. Lengua y cultura están profundamente entrelazados y hablar la lengua de otro país es el primer paso para entender completamente su estilo de vida, sus tradiciones y sus creencias.



## 3. Conexiones personales

Ser bilingüe abre las puertas de la comunicación a personas nuevas en el trabajo, en casa, con amigos en otro país. Permite que la persona bilingüe pueda hacer amistades en dos o más países diferentes, y hacer conexiones en el campo de negocios con gente nueva e interesante, tanto en su propio país, así como en el extranjero.





#### 4. **Flexibilidad mental**

En un estudio publicado en Science Daily la ciencia del día señala que los beneficios bilingües van más allá de la comunicación el equipo de investigación dirigido por Ellen Bialystok De la Universidad de York encontró que los niños bilingües obtuvieron mejores resultados que los niños monolingües en la velocidad de asimilación entre dos o más tareas mentales. El cambio entre dos idiomas desarrolla las partes del cerebro que controlan el cambio entre diferentes actividades o corrientes de pensamiento. Esta capacidad mejorada de control mental puede ser que las mentes bilingües sean más flexibles, multitarea... Y pensar más allá de lo evidente.

#### 5. **Resolución de problemas**

Las personas que hablan más de un idioma tienen mejor habilidad para los problemas. El equipo de Bialystok Formuló la teoría de que "los bilingües tienen una memoria superior de trabajo para el almacenamiento y procesamiento de la información ", Lo que les da una mayor capacidad para pensar de forma creativa y flexible acerca de cómo llevar a cabo las tareas y superar los obstáculos.

#### 6. **Oportunidad de empleo**

A nivel práctico, el ser bilingüe abre las puertas al empleo y a muchas oportunidades académicas que de otro modo serían imposibles. En lo académico, muchos campos de estudio requieren conocimientos de idioma como requisito previo para estudiar. Los bilingües tienen una ventaja para que puedan hacerlo. Los empleadores valoran empleados bilingües por su capacidad para comunicarse con los clientes y compañeros de trabajo.

#### 7. **Viajar**

Ser bilingüe abre las puertas en tu lugar actual, pero también abre muchas nuevas puertas en el mundo. Hablar un segundo idioma puede hacer que viajar sea más fácil y más divertido, conocer gente nueva ,nuevas culturas y tener nuevas experiencias .

**¿Y tú ya iniciaste tu camino  
al BILINGÜISMO?**



30 - Impulsa emprende



**Autor: Rocio Bustamante**

**Emprendedora Empresaria**

**-Directora - CEO de Gabinete de Idiomas -**

**-BILINGÜAL SPECIALIST**

**-Conferencista Bilingüe**

**-Fundadora CEO BC CORPORATION**

**-Directora del Programa de Intercambio Cultural AU PAIR.**

[Rocio Bustamante Vargas](#)

Facebook:[Rocio Bustamante Vargas](#)

Tiktok: [rociobustamante75](#)





*Despierta tus sentidos*

✦ CON NUESTRA COLECCIÓN DE ACEITES  
ESENCIALES PUROS. ✦

@mongetun\_aceitesesenciales

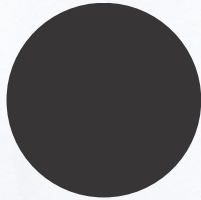
**ACEITES  
DOTERRA**

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.**



# Productos con “M” de Mujer



## - Yazmín Arroyo Abarca

Facebook: yazmin arroyo 391,  
De Soñador a Empresario,  
Mesa de Análisis  
Instagram: yazmin.arroyo2022



- conmemorando el mes de la mujer, me parece que todavía quedan en el aire algunos suspiros para que todo vaya mejor y que las mujeres logremos todo lo que nos proponemos, y hablar acerca del consumo, no es para menos, considero que las marcas deben de enfocarse en las mujeres y mostrar y demostrar su empatía hacia ellas. Desde hace años, se está gestando lo que se le conoce como Economía Solidaria, es decir, aquella que promueva un consumo responsable y a la vez inclusivo, pero inclusivo no solo de dientes para afuera, no solo para aparentar, sino que realmente sea inclusivo y consciente, y como lograrlo, pon tu producto al centro;

y pregúntate:

1. ¿Mi producto realmente satisface las necesidades y deseos de mis consumidoras?
2. ¿Cumple con las expectativas de mis consumidoras?
3. ¿Mis consumidoras se muestran satisfechas, cuando compran mis productos?

Analiza y valora las respuestas, fueron acordes a lo que tú piensas, y si no fue así, considero que es el momento oportuno de corregir, de preguntarles directamente a tus consumidoras, a tus consumidores.





-Hay un viejo adagio que dice:

**¡Que tenemos dos orejas  
para escuchar más  
y una boca para hablar menos!**

Aprende a escuchar a tus consumidores, y si lo que te dicen te permite hacer algunos cambios a tus productos, ¡Hazlo!

Necesitamos hoy más que nunca, una Economía que promueva un consumo inclusivo, consciente y responsable que pongan los Cuidados en el Centro y tenga la vida como eje de la actividad económica y así poder recuperar más espacios.

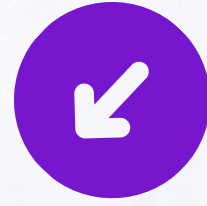
**- Yazmín Arroyo Abarca**

Escritora Best Seller del libro El lado chido del consumidor Mexicano, Columnista en el periódico digital Gente del Balsas llamada Ecos para la posteridad, Mercadóloga, Docente Universitaria, Conferencista y Trainer, Miembro de la International Coaching and Speaker Federation (IC&SF).

**Facebook:** yazmin arroyo 391, De Soñador a Empresario, Mesa de Análisis

**Instagram:** yazmin.arroyo2022





# “3 principios de una Mujer Líder de Negocio”

La incursión de la mujer a medida que transcurre el tiempo en posiciones de liderazgo es más marcada, y aún cuando ya se observan los beneficios que la diversidad aporta a los negocios, mucho queda por recorrer.

## 1.-Tus Fortalezas grandes aliadas

- Lista todas tus competencias, tus habilidades sociales, habilidades emocionales, tus valores, escríbelas.
- Si te cuesta trabajo identificar, puedes consultar a tus cercanos que destacan de ti.
- Traza o escribe al lado de la fortaleza, ¿Cómo aplicarlas?.

## 2.- Tu relación contigo hace la diferencia

- Gestiona tus creencias con la abundancia, con tus capacidades y expectativas y nutre tu amor propio.
- Confía en tu intuición, si lo sientes es el camino.
- Potencia el liderazgo que habita en ti desde tu esencia única e irrepetible.
- Potencia habilidades para tomar decisiones, comunicarte y vender tu solución.



## 3.-Tus metas ¿Para qué?

- Define tus metas personales, en lo posible imprime imágenes o escribe en una hoja para dejar en tu vista diaria, será tu motivación ante las dificultades.
- Define el propósito de tu negocio, responde ¿Cuál es el sentido de del proyecto?, te impulsará a tu mejor versión.

[@rosariosilvabravo, alias RoSi](#)



A close-up photograph of a person's hands holding an open book. The person is wearing a blue and white striped shirt. The background is a bright window with a view of green trees, creating a soft, natural light. The book is open, and the text on the pages is visible but slightly blurred.

**-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



# • Soltar y Fluir las emociones

- Rosario Silva Bravo

## ● Lanzamiento nueva edición





# LIBRO AUTOAYUDA



Lanzamiento

## - Obra Soltar y Fluir las emociones

Autora Rosario Silva Bravo.  
[www.rosariosilva.comt](http://www.rosariosilva.comt)

Somos seres emocionales desde el inicio de nuestra vida en el vientre de nuestra madre, y nuestras emociones son muy variables e inestables, por naturaleza somos susceptibles a factores internos, producto de nuestra experiencia de vida, recuerdos, creencias, y por factores externos desde lo que percibimos nuestro alrededor, conversaciones, acontecimientos, clima, relaciones con los demás, entre otros estímulos. Al Soltar y fluir cada emoción obtenemos como resultado un mayor bienestar con nosotros mismos y con los demás.

¿Cómo reconocer, comprender, procesar y expresar nuestras emociones? ¿Quieres gestionar mejor tus emociones para mejorar la relación contigo y con los demás, obteniendo mayor bienestar?

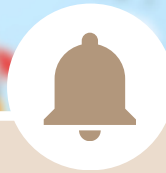
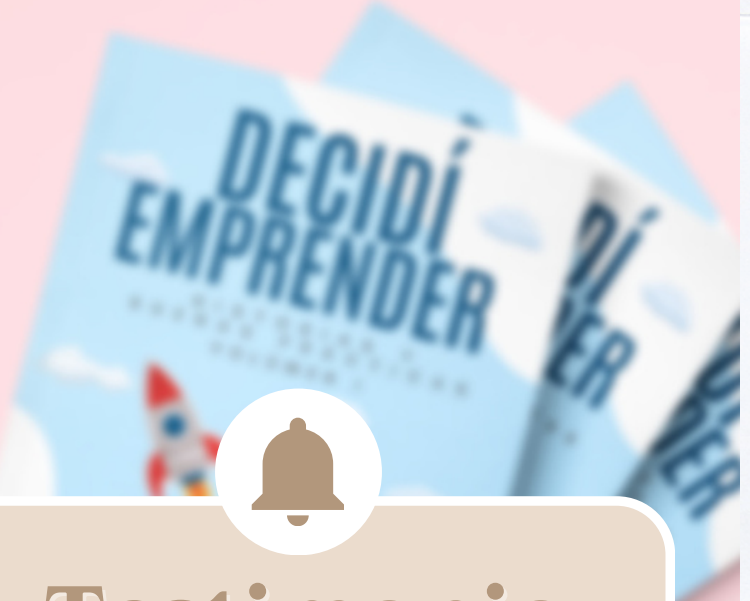
Al Soltar y fluir cada emoción obtenemos como resultado un mayor bienestar con nosotros mismos y con los demás.

Este libro te guiará por medio de una metodología para reconocer, observar, soltar y fluir cada emoción, para encontrar el camino de paz y armonía en tu vida, a amarte tal cual eres, sin condición y cómo resultado a mejorar tu calidad de vivir contigo mismo y con los demás. Invertir tiempo en relajar y conectar conscientemente con tu estado emocional traerá maravillosos beneficios que podrás descubrir en tu día a día de manera más amorosa contigo mismo, la vida pasa muy rápido y por ello lo mejor es poder disfrutarla, fluir de la mejor manera, entendiendo que todo momento es un aprendizaje para el alma.

**¡Así que si deseas producir los cambios en tu vida adquiere tu libro en Amazon!**



# Decidí Emprender.



## Testimonio

*"Lo primero es entender que sanar es un camino voluntario y personal"*



Extracto del libro  
Decidí Emprender  
Colaborador: Daniela Martínez







**MARIA PAZ ANTONIO**



**Impulsa  
Emprende**

Extracto del libro  
**De Oruga a Mariposa Líder**  
Coautora: María Paz Antonio

Hablemos entonces sobre qué es la ansiedad y si realmente podemos liberarnos de ella. Lo primero que tenemos que saber sobre la ansiedad, es que es una emoción, es normal, todos la hemos sentido y es absoluta y estrictamente necesaria para sobrevivir. Es un mecanismo de defensa, un sistema de alerta ante situaciones que se consideran amenazantes, por lo tanto, es un mecanismo normal, adaptativo y que mejora el rendimiento y la capacidad de anticipación y respuesta. Gracias a este mecanismo hemos sobrevivido como especie humana. De esta ansiedad no podemos ni queremos liberarnos.

**LÍDERES**  
*Que impulsan*





**GISELLE BEDOYA** 🇨🇷

IMPACTA AL MUNDO A TRAVÉS DE TU LIDERAZGO

Impulsa  
Emprende

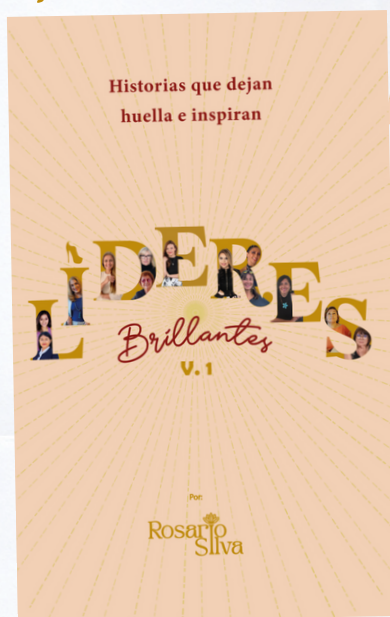


Después de leer a algunos estudiosos del tema, se puede concluir que el bienestar integral (emocional, mental, físico, espiritual y social) está estrechamente relacionado con el liderazgo. Para desarrollar tus habilidades como líder es indispensable trabajar en el equilibrio, tanto interno como externo, orientado a encontrar un estado de bienestar que te permita ser congruente entre lo que eres desde tu ser y la forma en cómo vas a impactar positivamente al mundo a través de tu liderazgo.

LÍDERES  
*Que impulsan*



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



amazon



Podría escribir tantas ideas, muchas cosas que me pasaron en mi vida adulta desde esta mirada del amor tan condicionada, ya que siempre mi mente estaba en el HACER PARA SER. Ser querida, ser aceptada, ser amada, ser valorada, y todas las cosas que uno desearía fueran por naturaleza, cuántos porrazos me di, sentía que nunca era suficiente, ni en el amor, ni el trabajo que realizaba. Me sobre exigía mucho, la programación de mi niñez había sido grabada a sangre.

"Si ves que tu libertad se aleja, justo cuando se acerca el amor, una de las dos te está mintiendo".

LIDERES  
Brillantes





**Marco Donaire** 

**Presidente de la asociación de  
facilitadores AONC Chile  
Licenciado en Educación.  
Facilitador del método Gestalt**

“Cuando un niño se da cuenta que los adultos son imperfectos se convierte en un adolescente, cuando un adolescente perdona a sus padres se convierte en adulto, y cuando un adulto se perdona a sí mismo se convierte en sabio”, Alden Nowlan

El gran fracaso de la educación escolar hasta la crisis actual, es generar adultos que no saben qué les sucede con sus emociones. “Ando raro, con lata. No sé lo que me pasa”. La incapacidad de ponerle un nombre a lo que sentimos, imposibilita poder transformarlo.

  
**LIDERES**  
*Del Coaching*



**Impulsa  
Emprende**

**amazon**





# REVISTA IMPULSA EMPRENDE



@impulsaemprende  
[www.impulsaemprende.com](http://www.impulsaemprende.com)



# Proyéctate Magazine

Alianza Comercial  
desde México





45 - Impulsa emprende

# LAS EMOCIONES Y LA MUJER



**Yovana Barón**





Trabajar en nuestras emociones es fundamental para cualquier persona que aspire al éxito y al bienestar, especialmente en el caso de las mujeres que enfrentan retos únicos en su camino hacia la realización personal y profesional. La gestión emocional no solo afecta cómo nos sentimos en nuestro interior, sino que también influye en nuestra capacidad para interactuar con el mundo exterior de manera efectiva y constructiva. Para una mujer que busca el éxito en todas las facetas de su vida, comprender y manejar sus emociones es una habilidad indispensable que sirve de puente entre el ser y el hacer, permitiéndole estar bien en el aquí y el ahora.

Estar bien en el presente implica tener una comprensión clara de nuestras emociones, saber qué las provoca y cómo influyen en nuestras acciones. Este nivel de autoconciencia permite una mayor regulación emocional, lo que es crucial en momentos de estrés, desafío o conflicto. Para una mujer exitosa, poder mantener la calma y la claridad bajo presión es esencial para tomar decisiones acertadas, mantener relaciones sanas y liderar de manera efectiva. Además, la gestión emocional contribuye a una mejor salud mental y física, ya que el estrés emocional no resuelto puede tener un impacto negativo en el cuerpo.

Trabajar en nuestras emociones también nos permite liberarnos de patrones del pasado que ya no nos sirven. Muchas veces, nuestras reacciones emocionales están más arraigadas en experiencias pasadas que en la realidad presente. Al reconocer y procesar estas emociones, podemos liberarnos de respuestas automáticas que no reflejan quien queremos ser hoy en día. Esto no solo mejora nuestra calidad de vida en el presente, sino que también nos abre a nuevas posibilidades para el futuro.







Para ser una mujer exitosa, es imprescindible tener la capacidad de conectar con los demás de manera auténtica y compasiva. La empatía y la inteligencia emocional son habilidades clave en el mundo laboral, especialmente en roles de liderazgo. Trabajar en nuestras emociones mejora nuestra capacidad para comprender y relacionarnos con los demás, facilitando la colaboración, la resolución de conflictos y la construcción de equipos sólidos. Estas habilidades son indispensables para cualquier mujer que aspire a tener un impacto significativo en su entorno laboral y social.

Finalmente, el trabajo emocional nos permite vivir una vida más plena y satisfactoria. Nos ayuda a identificar lo que realmente valoramos y a buscar activamente esos elementos en nuestra vida diaria. Para una mujer que busca el éxito, esto significa no solo alcanzar objetivos externos, sino también encontrar satisfacción y alegría en el proceso. La felicidad y el bienestar se convierten en indicadores de éxito tan importantes como los logros profesionales.

En resumen, trabajar en nuestras emociones es una práctica esencial para estar bien en el aquí y el ahora y para construir una base sólida sobre la cual una mujer puede alcanzar el éxito. Permite una mayor autoconciencia, regulación emocional, conexión auténtica con los demás y una vida alineada con los valores personales. Estos son los pilares no solo del éxito profesional, sino también de una vida rica y significativa.



# Regalos de la vida...



**Patricia Escobedo Guzmán**







Te comparto una lista de mis regalos de la vida, tú, seguramente al leer esta lista descubriras similitudes contigo, pero quizá también decidas añadir otros tantos más que formarán parte de tu propia lista de Regalos de la vida:

- Acostarse en el jardín de la casa de los abuelos y ver las nubes en la tarde ideando que figuras pueden formarse.
- Dormirse escuchando la lluvia con la conciencia de un tesoro en tus oídos
- Salir por la carretera escuchando tu playlist de música favorita y fluir con el camino disfrutando los paisajes.
- Dar un abrazo grande y apretado, de corazón a corazón a alguien que no veías desde hacía mucho.
- Tomar una de tus prendas favoritas del cajón y al aspirarla, oler tu perfume favorito impregnado en ella y que te trae recuerdos imborrables.
- Ir a comprar macetas, tierra, abono, flores y plantas para renovar tu rincón especial, con una sonrisa en los labios.
- Ir a la playa y escuchar así sin más, el majestuoso ruido de las olas golpeando en la arena, creando el fascinante espectáculo de la naturaleza.
- Estar recostado en tu cama, relajarte, agradecer por el día que termina y escuchar el silencio como un fantástico regalo de quietud.





- Ir a una reunión familiar a comer o cenar o bien, ir a una comida con tu familia añadida y escuchar la charla, las risas, la vida pasar y comprobar lo que es el sonido tangible del Amor en cada rincón.
  - Comprar un regalo a esa persona especial para ti sin que haya un motivo, solo por el simple hecho de darle las gracias por su coincidencia en tu vida y homenajearla en Amor.
  - Salir con tus amigos a un pueblito mágico sin ninguna expectativa ni plan predeterminado, solo con tus maletas para pasar unos días, una gran complicidad y muchas ganas de tomar imágenes en tu corazón y en tu teléfono de los rinconcitos que visiten y que seguro van a disfrutar.
  - Tomarse una buena taza de café tal y como a ti te gusta, disfrutando cada sorbo y aroma de manera muy especial, o que tal una copa de vino por la tarde con tu libro en la mano y tu simple deseo de disfrutarte por un ratito sin prisas y sin horario.
  - Cantar en un karaoke improvisado con tu familia o amigos, así sin rodeos, sin planearlo, pero eso sí, disfrutando del tiempo en compañía y del Amor que hay en el ambiente.
- Te invito a que hagas tu propia lista de regalos de vida, hay un sinfín de momentos, un cúmulo de expectativas y sobre todo una vida que te espera cada mañana como un presente de Amor.

Facebook: El espacio

de Miss Paty

Instagram: @ paty\_  
escobedo

Tik Tok: @paty\_  
escobedo67







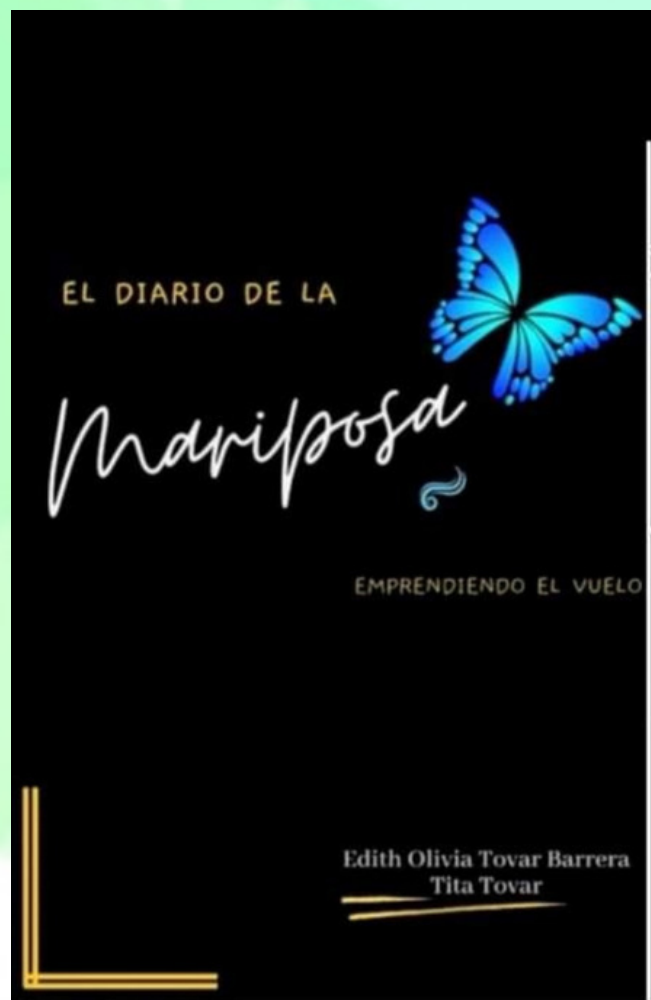
**Edith Olivia Tovar Barrera**



“Hoy me comparto con alegría a toda la audiencia de Proyéctate Radio con una historia capaz de estar lista para su encomienda...”

Había una vez la oportunidad de crecer en la búsqueda de ser feliz. Dicha oportunidad se asigna el día en que tu corazón elige acariciar tus propios sueños, y está listo y proactivo para tus requerimientos, deslizando los obstáculos para crear puentes y escalones que acorten distancias, al enlazar el potencial creativo de una mente talentosa como la que habita en ti, recordando y reconociendo el objetivo de corresponder al gran amor que se es y se comparte en su propia expansión de pasos firmes...

Un día, cuando el ocio desesperado decida tomar rienda suelta a su inoportuna innovación, y tome por sorpresa la vulnerabilidad del momento, ese día en que los días se tornen densos para la alegría, llenando de incertidumbre el gran reloj de los minutos certeros, esos que se enfilan en el pensamiento, uno a uno, de menor a mayor, ese día deberás encender la chispa que enciende las avenidas de libertad, esas que conectan con los accesos a la felicidad; y ante tales inconvenientes, estar atento a las alertas de “la oportunidad” sacando con valor y valentía todas las reservas que se aíslan en cuarentenas para incidencias como estas, todo su kit de emergencia, (ese que se utiliza en estos casos), desechando todo vínculo en retroceso, desempolvando toda posibilidad de involución...





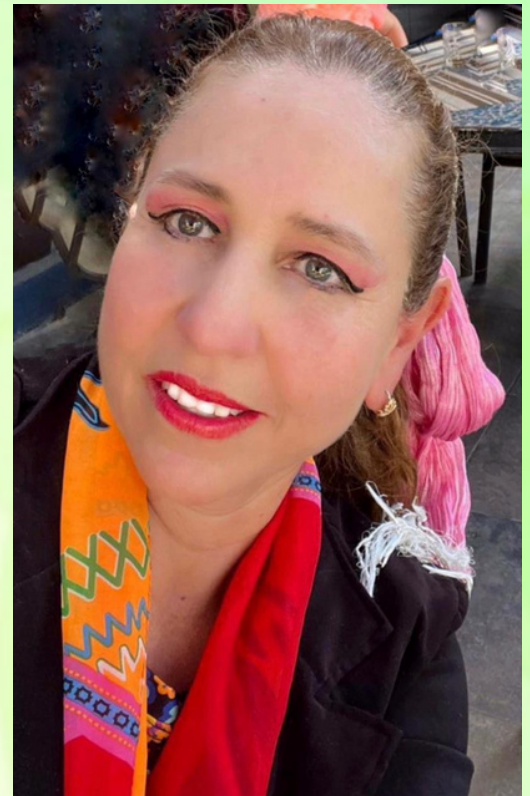


Para su sorpresa, se vio vinculado con recuerdos de extrema inquietud, que destapan antiguas heridas, poniendo en la cuerda floja la capacidad de discernir con claridad y prontitud, con las avenencias que deja incapacidad para mostrarse en congruencia con el latir de la gran oportunidad que flaqueaba ante sus ojos...

Y en ese preciso momento, donde todo parecía perdido, llegó el recuerdo, en una sencilla y peculiar flor, rompiendo el concreto para mostrar su esplendor y belleza...

Dejando al descubierto el poder resiliente que es capaz de ir contra todo pronóstico, llegando la fuerza inminente a su corazón, dejando a la vista de todos, la capacidad del trabajo en equipo con el que se crean las alianzas, para tomar las oportunidades en su máxima expresión, con el acompañamiento de cada experiencia que te ha forjado para ser tú y solo tú, capaz de abrazar la exactitud de este gran momento, ese que es para ti, para tu plenitud amigable ante la adversidad...

El camino muestra la certeza con la que eres capaz de subirte al emprendimiento, desde quien tú eres, desde donde tu experiencia abre caminos para crear, para crecer, para evolucionar, para ser el propio motivo de tu felicidad...



Edith Olivia Tovar Barrera  
(Tita Tovar)   
"El Diario De La Mariposa"



# 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





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 Tambarria 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 Tambarria

— 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 Yanira 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](http://www.radioamorfm.com) y @tvhispanict



# Amor a los Detalles



**@cosmetica\_beautyrose**  
ventas.beautyrose@gmail.com  
**+ 56958017338**



# REVISTA IMPULSA EMPRENDE



[www.impulsaemprende.com](http://www.impulsaemprende.com)

¡Anuncia con nosotros!



@impulsaemprendetv

[www.impulsaemprende.com](http://www.impulsaemprende.com)