



## TALLERES INMERSIVOS - MENÚ COMPLETO

### TALLERES ARTÍSTICOS

#### Artes Visuales

- **Acuarela Intuitiva** - Técnicas libres para conectar con emociones a través del color
- **Pintura en Lienzo** - Obras colectivas donde cada participante aporta su parte
- **Dibujo Expresivo** - Desde retratos hasta abstracciones, liberando la creatividad
- **Arte Digital** - Creación en tablets con apps profesionales
- **Collage Conceptual** - Construcción de ideas usando recortes y texturas
- **Pintura Corporal Artística** - Body painting como lienzo humano
- **Mandala Terapéutico** - Círculos sagrados para meditar mientras creates
- **Graffiti Corporativo** - Arte urbano adaptado para murales empresariales

#### Artes Aplicadas

- **Cerámica Express** - Modelado y decoración de piezas únicas
- **Joyería Artesanal** - Creación de accesorios personalizados
- **Pirograbado en Madera** - Personalización de objetos con pirograbadora
- **Origami Avanzado** - Figuras complejas que desarrollan paciencia y precisión

#### Talleres de Estampado

- **Estampado Botánico** - Impresiones naturales usando hojas y flores reales
- **Serigrafía Artesanal** - Técnica tradicional de impresión con marcos y tintas

- **Stencil Creativo** - Plantillas personalizadas para estampar diseños únicos
- **DTF Workshop** - Tecnología de impresión digital directa a textil
- **Estampado Manual** - Bloques de madera, sellos artesanales y técnicas ancestrales

## TALLERES DE EXPRESIÓN

### Corporales

- **Expresión Corporal** - Comunicación sin palabras a través del movimiento
- **Teatro del Oprimido** - Técnicas para resolver conflictos dramatizando situaciones
- **Danza Terapia** - Sanación emocional a través del baile libre
- **Mimo Corporativo** - Comunicación no verbal para mejorar presentaciones
- **Contact Dance** - Danza de contacto para fortalecer confianza grupal
- **Biodanza** - Integración afectiva a través del movimiento

## TALLERES DE BIENESTAR

### Relajación y Mindfulness

- **Meditación Guiada** - Técnicas orientales adaptadas al entorno corporativo
- **Yoga Empresarial** - Posturas para liberar tensión del trabajo de oficina
- **Respiración Consciente** - Pranayama para manejo de estrés y ansiedad
- **Mindfulness Aplicado** - Atención plena para mejorar productividad
- **Relajación Progresiva** - Técnicas de Jacobson para desconexión total
- **Inmersión Sonora** - Terapia de relajación profunda con música ambiental especializada

### Autoconocimiento

- **Inteligencia Emocional** - Reconocimiento y gestión de emociones propias y ajenas
- **Mapeo de Fortalezas** - Descubrimiento de talentos naturales individuales
- **Rueda de la Vida** - Evaluación holística de balance personal-profesional

## TALLERES DE HABILIDADES BLANDAS

### Comunicación

- **Comunicación Asertiva** - Técnicas para expresarse con claridad y respeto
- **Escucha Activa** - Habilidades para entender verdaderamente al otro
- **Presentaciones Impactantes** - Storytelling y técnicas escénicas para hablar en público
- **Comunicación No Violenta** - Metodología de Marshall Rosenberg
- **Feedback Constructivo** - Dar y recibir retroalimentación de forma efectiva
- **Comunicación Intercultural** - Adaptación de mensajes según audiencias diversas

### Liderazgo

- **Liderazgo Situacional** - Adaptación del estilo según contexto y personas
- **Design Thinking** - Metodología para resolver problemas creativamente
- **Facilitación de Reuniones** - Técnicas para liderar grupos efectivamente
- **Delegación Inteligente** - Cómo empoderar equipos manteniendo resultados
- **Liderazgo Emocional** - Influence positiva a través de la inteligencia emocional
- **Coaching de Equipos** - Herramientas para desarrollar talento grupal

### Trabajo en Equipo

- **Sinergia Grupal** - Dinámicas para potenciar fortalezas colectivas
- **Resolución de Conflictos** - Mediación y técnicas de win-win
- **Colaboración Virtual** - Herramientas para equipos remotos e híbridos
- **Diversidad e Inclusión** - Construcción de equipos verdaderamente diversos
- **Gamificación Empresarial** - Uso de juegos para motivar y unir equipos

## TALLERES DE CONCIENCIACIÓN

### Sostenibilidad

- **Economía Circular** - Principios de reutilización y reducción de desperdicios
- **Huella de Carbono Personal** - Cálculo y reducción del impacto ambiental individual
- **Jardinería Urbana** - Creación de espacios verdes en entornos corporativos
- **Upcycling Creativo** - Transformación de residuos en objetos útiles y hermosos
- **Consumo Consciente** - Decisiones de compra que respetan el planeta

### Derechos Humanos

- **Derechos Fundamentales** - Principios básicos de dignidad humana aplicados al entorno laboral
- **Diversidad e Inclusión** - Construcción de espacios verdaderamente diversos y equitativos
- **No Discriminación** - Identificación y eliminación de sesgos inconscientes
- **Igualdad de Género** - Estrategias prácticas para equidad en el trabajo
- **Prevención de Acoso** - Creación de ambientes seguros y respetuosos
- **Derechos Laborales** - Conocimiento y aplicación de estándares internacionales

## METODOLOGÍAS APLICADAS

Todos nuestros talleres inmersivos se fundamentan en metodologías pedagógicas probadas que maximizan el impacto y la retención del aprendizaje. La gamificación transforma cada experiencia en un juego donde los participantes ganan puntos, desbloquean niveles y reciben recompensas, manteniendo alta la motivación durante todo el proceso. El storytelling conecta emocionalmente a través de narrativas poderosas que hacen memorable cada concepto aprendido.

Aplicamos Design Thinking como proceso de innovación centrado en el usuario, asegurando que cada taller responda a necesidades reales de los participantes. El aprendizaje experiencial o learning by doing garantiza que todo conocimiento se adquiera a través de la práctica directa, no solo de la teoría. Reconocemos las

inteligencias múltiples adaptando cada actividad a diferentes estilos de aprendizaje: visual, auditivo, kinestésico y lógico.

La neuroeducación nos permite diseñar experiencias basadas en cómo realmente funciona el cerebro para aprender y recordar información. Integramos técnicas de mindfulness para mantener la atención plena durante todo el proceso, potenciando la concentración y reduciendo el estrés. Finalmente, los elementos de arte-terapia facilitan la sanación emocional y el autoconocimiento a través de la expresión creativa, creando un espacio seguro para el crecimiento personal y profesional.

