

¿Y si el **WELLNESS** no fuera
lo que estás imaginando?

EL IMPACTO REAL DEL BIENESTAR EN LAS ORGANIZACIONES

Datos clave sobre el impacto del bienestar corporativo

63%

Incremento del compromiso
y la retención

42%

Aumento de productividad
y foco

58%

Reducción de estrés
y ansiedad

avealma®
WELLNESS

avealma®
WELLNESS

Un shot de energía
que se vive.

Probalo en tu equipo.
Produce resultados.

*Sin azúcar.
Sin excusas.*



EQUIPOS CONECTADOS, MOTIVADOS Y CREATIVOS.

Energía que
impulsa.

Bienestar que
contagia.

Personas
que quieren
quedarse.

avealma[®]
WELLNESS

Resultados que
transforman.



Experiencias que
activan el cuerpo,
despiertan los sentidos
y **conectan** a las personas.

Más energía y enfoque
para los equipos.

A L I N E A C I Ó N

Activaciones conscientes

Sound healing,
respiración, yoga,
movimientos conscientes,
dinámicas integradoras.

V I T A L I D A D

Herramientas aplicables

Prácticas simples
que se pueden
sostener en el
día a día laboral.

E Q U I L I B R I O

Espacios de conexión

Momentos para
reencontrarse con
uno mismo, con el otro
y con el propósito.

MÓDULOS QUE TRANSFORMAN

3 módulos listos para implementar:

01 Focus Boost

Workshop inmersivo para bajar el ruido, resetear y alinear al equipo con foco y conexión real.

Tiempo: (3 horas)

02 Modo Avión

Corte de interrupciones y entrenamiento de atención para sostener foco en semanas intensas y reuniones clave.

Tiempo: (90 minutos)

03 Punto Cero

Reset breve de regulación para bajar tensión y volver a un estado funcional en minutos.

Tiempo: (30 minutos)

Intervenciones **concretas, combinables y adaptables** según tu equipo, tu agenda y tu objetivo. Pueden ser una intervención única o un ***programa en el tiempo*** (semanal / bimestral / semestral). **Diseñado a medida** con diagnóstico previo y evaluación posterior. Módulos adicionales disponibles.



ENFOQUE CONEXIÓN

- Mejora el clima laboral y la comunicación.
- Aumento de la productividad y la motivación.
- Fortalecimiento de vínculos entre áreas.
- Reducción del estrés y mayor energía diaria.



87%

El 87% de las personas que participaron reportaron sentirse con más energía y mayor claridad mental después de la experiencia.



UNA
TRANSFORMACIÓN
REAL,
MEDIBLE
Y
SOSTENIBLE

Y lo que antes era rutina,
se convierte en motivación.



avealma®
WELLNESS

Nuestra experiencia al servicio de tu equipo

Mariela y Martín combinan más de 25 años de experiencia en bienestar, creatividad y desarrollo humano. Dos caminos que, al integrarse, generan algo único. Desde la psicología, la neurociencia, el yoga, la meditación, el sound healing y la comunicación emocional; hasta el diseño de experiencias sensoriales a gran escala.

Hoy te acercan juntos una propuesta que transforma equipos desde adentro, con impacto real y humano.

LIC. MARIELA **SCHVARTZ**

Psicóloga, facilitadora de bienestar integral. Combina herramientas basadas en evidencia y prácticas contemplativas para sostener presencia y conexión en equipos, con protocolos de cuidado e indicadores simples de alto impacto.



MARTÍN **BLANCO**

Productor Creativo. Integra creatividad + bienestar para diseñar experiencias inmersivas y momentos de alto impacto. Diplomado en Bioneuroemoción y Certificado en Sound Vibration Work.

avealma[©]

WELLNESS

Agendá diagnóstico de 20 min.

@avealma.wellness

www.avealmawellness.com