



Alexa Idarraga
ENTRENADORA EMOCIONAL



BIENESTAR EMOCIONAL TEENS



ADOLESCENCIA SANA, CONSCIENTE Y FELIZ



BIENESTAR EMOCIONAL TEENS



La adolescencia se convierte en un reto no por la etapa en si, sino por el miedo que tenemos a que nuestros hijos no tomen las mejores decisiones y repitan historias. Y la mayoría de veces, desde esos miedos, terminamos lanzando a nuestros hijos hacia aquello que tanto tememos

Para que la adolescencia no sea una etapa caótica, **Alexa Idarraga Entrenadora Emocional** ha diseñado un **Plan de Bienestar Emocional** que entrena al adolescente, para gestionar sus emociones de manera sana, educar los instintos que en esta edad empiezan a aflorar, conocerse a si mismo, amarse, hacerse responsable de sus decisiones y conectar con su propósito de vida. Aunque no es un entrenamiento de una religión específica, nuestro método está basado en la teoría creacionista donde creemos que el ser humano ha sido diseñado por Dios para cumplir un **maravilloso propósito de vida**



Alexa Idarraga

ENTRENADORA EMOCIONAL

BIENESTAR EMOCIONAL TEENS



¿QUÉ INCLUYE?

- **Una sesión virtual de una hora** con los padres del adolescente para identificar los factores de riesgo emocional y mental antes de iniciar el proceso.
- **Fase 1: Seis sesiones virtuales de una hora** con el adolescente (Una sesión semanal) para desarrollar el Plan de Bienestar Emocional. El éxito del proceso dependerá del compromiso del adolescente con los ejercicios y el acompañamiento consciente de la familia
- **Una sesión virtual de una hora** con los padres y el adolescente al terminar la Fase 1
- **Fase 2: Seis sesiones virtuales de una hora** con el adolescente una vez por mes para el seguimiento del proceso.
- **Una sesión virtual de una hora** con los padres y el adolescente al terminar la Fase 2



Alexa Idarraga

ENTRENADORA EMOCIONAL ▶

BIENESTAR EMOCIONAL TEENS



VALOR 15 SESIONES:

\$825.000 para pago de contado

\$900.000 para pago 50/50
(se mantiene el precio por 2025
siempre y cuando no se interrumpa el proceso)
\$450.000 antes de iniciar la fase 1
y \$450.000 antes iniciar la fase 2

Si deseas pagar sesión por sesión

para el 2024 el costo de sesión es de \$75.000
y para el 2025 el costo de sesión es de \$85.000

Con el pago de contado te ahorras \$300.0000

Con el pago 50/50 te ahorras \$225.000

Sin pago no se programa sesión