



neurozona

entrenamiento integral del cerebro

www.neurozona.com



Máximo Rendimiento - Máximo Bienestar

www.leandrofernandezmacho.com

Reduce el **estrés** y poténciate

*Del **M**indfulness al **N**eurofeedback para poner en forma tu cerebro*



@leandrofmacho



REAL AERoclub DE SANTIAGO

Los participantes en la Conferencia *Reduce el estrés y poténciate:*

- **Reflexionarán** acerca del impacto que el vertiginoso y cambiante entorno puede tener sobre nuestro nivel de rendimiento y bienestar tanto en la vida profesional como personal
- **Comprenderán** algunas claves que “pilotan” nuestro cerebro, entendiendo el impacto que tanto el estrés negativo como “el positivo”, tienen sobre nuestro rendimiento y bienestar
- **Conocerán** herramientas, técnicas y descubrimientos de última generación, que nos permiten prevenir el deterioro de nuestro cerebro, recuperar funcionalidad u optimizar su rendimiento y nuestro bienestar



Destinatarios

- La Conferencia-Taller está dirigida a todo tipo de personas, que con independencia de su sector de actividad, estén interesad@s en reducir su nivel de estrés, potenciar su rendimiento y aumentar su bienestar, a partir de conocer algunas de las posibilidades que nos ofrecen los nuevos descubrimientos en el campo de las neurociencias aplicadas.

Además, si sientes que la respuesta a alguna de las preguntas que se plantean a continuación, es para ti o para alguien de tu entorno... esta Conferencia-Taller es para vosotr@s...





¿Sientes que el **estrés** a veces te supera?



¿Te cuesta mantener la **concentración**?



¿Tienes dificultades para **dormir**?



¿Te resulta difícil mantener un buen **estado de ánimo**?



¿Tu cerebro **funciona** de manera eficiente?



¿Te gustaría potenciar tu **rendimiento**?



¿Te gustaría potenciar tu **bienestar**?

Programa

- ⊙ Tiempo de cambios y desafíos para un modelo de cerebro, que nos acompaña desde hace más de 40.000 años
- ⊙ La tiranía de los sistemas más primitivos del cerebro, frente a la oportunidad de nuestro córtex prefrontal
- ⊙ Comprendiendo el mecanismo de estrés y “sus dos caras”
- ⊙ Favoreciendo un cerebro que aprende y se adapta: la neuroplasticidad
- ⊙ Cuidar el cuerpo para cuidar la mente
- ⊙ La revolución Mindfulness: ¿Sabes por qué? Porque FUNCIONA
- ⊙ Neurociencia e innovación aplicada: ¿Conoces el entrenamiento cerebral con Neurofeedback?
- ⊙ Tenemos un gran reto: mantener nuestro cerebro “en forma”



Referencias



www.leandrofernandezmacho.com



Aprendizaje y Formación



Licenciado en Administración y Dirección de Empresas por la WOLVERHAMPTON UNIVERSITY (WOLVERHAMPTON, Reino Unido), Diplomado en Administración y Dirección de Empresas por el TOMPKINS CORTLAND COMMUNITY COLLEGE (NEW YORK, Estados Unidos) y Máster en Dirección de Recursos Humanos por ICADE (Universidad Pontificia de Comillas). Coach Profesional Certificado (PCC) ejecutivo y de equipos por la International Coach Federation (ICF) de la cual es miembro.

Miembro del Neuroleadership Institute (red de expertos en neurociencias aplicadas a campos como el liderazgo, el desarrollo de habilidades directivas, la gestión del cambio, la consultoría y el coaching). Advanced Trainer en Neurofeedback Neurooptimal®, por Zengar Institute, Inc. (Canadá).

Uno de los primeros profesores de Eneagrama acreditados en España por la Asociación Española de Eneagrama (Aeneagrama) y por la International Enneagram Association (IEA), así como uno de los pioneros en utilizar este sistema para desarrollar la Inteligencia emocional de empresas, profesionales y directivos.

Pionero en introducir en España técnicas de Mindfulness en las organizaciones, se ha formado con referentes en este campo como Dhiravamsa (Meditación Vipassana), Manuel Mariño (Quietud Mindfulness Center), Dr. Javier García Campayo (Máster de Mindfulness Universidad de Zaragoza), Pilar Aguilera (Escuelas Despiertas), Mita Adriana Beutel (Mindfulness en movimiento), Michael Schwammberger (Mindfulness en la tradición de Thich Nhat Hanh), Dr. Kiril Yarjo (Mindfulness en las sensaciones corporales), Dr. Joaquim Soler (Mindfulness y Aceptación Radical), Ramiro Ortega (Gaia House), Fernando A. de Torrijos (MBSR Escuela de Medicina Universidad de Massachusetts), Dr. José Luis Molinuevo (Mindfulness y enfermedad) entre otros. Además, dirige el programa de Mindfulness para la gestión del estrés, de la escuela de negocios Afundación.

Profesión y pasión



Experto en Coaching Sistémico basado en la Hellinger Sciencia, certificado en el uso de Psych-K® para cambiar creencias subconscientes, Emotional Freedom Techniques (EFT) para liberar emociones limitantes e Hipnosis Ericksoniana para facilitar procesos de transformación. Es uno de los primeros profesionales acreditados en España para el uso de dinámicas de alto impacto motivacional y Firewalking por el “Firewalking Institute of Research and Education”. Además, ha recibido formación sobre Dinámica Espiral Integral, Constelaciones Familiares, Ashtanga Yoga, Chi Kung, Tai Chi, PNL, Poder Personal, Desarrollo cerebral, Neuroeducación o Neuroliderazgo entre otras.

Actualmente dirige la consultora On The Top, especializada en gestión de personas y liderazgo. Hasta hoy, Leandro ha tenido la oportunidad de trabajar para más de un centenar de organizaciones de múltiples tamaños y sectores, así como con varios miles de personas, innovando constantemente en modelos, herramientas y experiencias, que permiten maximizar el rendimiento y bienestar de personas, equipos y organizaciones.

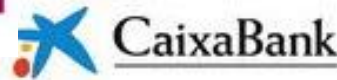
Así mismo, Leandro es Director y Fundador de Neurozona, espacio pionero en España, de reducción del estrés y entrenamiento cerebral para niñ@s y adultos, donde combinan el Neurofeedback Dinámico, el Mindfulness, la Neuroalimentación, el Neurogym, el Coaching o la Neuropsicología.

Algunas de las empresas con las que ha trabajado, bien como clientes directos o bien colaborando con otras consultoras, son:

Cientes



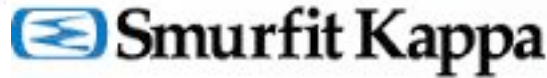
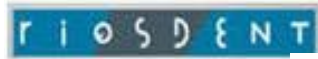
Pontevedra
Jóvenes Empresarios



ZARA



Cientes



Profesión y pasión



A Leandro, le apasiona compartir sus experiencias, descubrimientos y conocimientos, así que ha colaborado o colabora en la actualidad como profesor de Liderazgo, Habilidades Directivas, Inteligencia Emocional, Eneagrama, Comunicación, Mindfulness y Desarrollo Personal, en el Máster “Gestor de la Innovación y el Conocimiento” de la Universidad Autónoma del País Vasco, en diversos Másters de la Escuela de Negocios Afundación en Vigo, A Coruña y Ourense; en los

cursos de verano y el Máster de Emprendimiento de la Universidad de Cantabria UC; los programas STARTinnova, YUZZ y E2 del CISE (Centro Internacional Santander Emprendimiento); o en el programa experto en coaching de la Universidad de Santiago de Compostela (USC) .

Además, disfruta mucho de su labor como Conferenciante. Sus áreas de especialidad son el desarrollo personal, el liderazgo, los equipos de alto rendimiento, la gestión del cambio, la superación personal, la gestión del estrés, la inteligencia emocional, el coaching, la comunicación interpersonal y el neuromanagement.



Máximo **R**endimiento - Máximo **B**ienestar

www.leandrofernandezmacho.com



neurozona

entrenamiento integral del cerebro

www.neurozona.com