

MARÍA VILLEGAS

Autora de más de 40 libros, conferencista internacional, terapeuta, líder, emprendedora y chef

---

- Dedica su vida a crear contenidos positivos que generan bienestar y satisfacción
- Su gran pasión es empoderar a las personas a sanar holísticamente a través de la nutrición integral, la liberación de bloqueos y la reprogramación de la mente subconsciente
- Una de las autoras más reconocidas de Colombia, superando el millón de copias vendidas
- Sus libros y proyectos editoriales han sido merecedores de premios y reconocimientos internacionales, muchos de ellos adaptados al cine y a la TV
- Es Hipnoterapeuta Clínica y Coach de salud y vida, acreditada por la International Association of Counselors and Therapists, la American Association of Drugless Practitioners y por el National Guild of Hypnotists (Estados Unidos)
- Estudió alta cocina y pastelería en el Cordon Bleu de París y luego recorrió el mundo, trabajando en las cocinas de los mejores chefs del momento

María Villegas, es autora best seller de más de 40 libros, conferencista internacional, terapeuta, líder, emprendedora y chef.

Ha dedicado su vida a crear contenidos positivos que generan bienestar y satisfacción. Su gran pasión es empoderar a las personas a sanar holísticamente a través de la nutrición integral, la liberación de bloqueos y la reprogramación de la mente subconsciente.

Es una de las autoras más reconocidas de Colombia, superando el millón de copias vendidas y sus libros y proyectos han sido merecedores de premios y reconocimientos internacionales, muchos de ellos adaptados al cine y la televisión.

Es Hipnoterapeuta Clínica y Coach de salud y vida, acreditada entre otras organizaciones, por la International Association of Counselors and Therapists, la American Association of Drugless Practitioners y por el National Guild of Hypnotists, de los Estados Unidos de América.

En los últimos 15 años, María ha ayudado a miles de pacientes a alcanzar sus objetivos de salud, profesionales y de rendimiento, así como a superar traumas y miedos.

Su terapia combina técnicas de PNL, terapia cognitivo conductual, psicoterapia, RTT, técnicas de liberación emocional y medicina energética, que logran disolver las creencias limitantes, auto-saboteos y barreras de orden mental o emocional que puedan tener las personas o grupos y equipos, para alcanzar resultados rápidos y sostenibles. Su metodología terapéutica ha demostrado ser exitosa en el 96% de los casos.

TEMAS

- Mente y cuerpo
- Coaching
- Nutrición
- Gastronomía

- Psicología
- Motivación
- Bienestar
- Educación

PROGRAMAS

Talleres Empresariales:

Vende Poderosa-Mente

Taller diseñado para adquirir las competencias, destrezas y herramientas más importantes de la PNL y de la hipnosis conversacional, para generar confianza con los clientes y aumentar las ventas. Entre otras cosas, aprenderán a:
Entender el poder del lenguaje y adoptar el adecuado, para ser más efectivos y asertivos en la comunicación con sus clientes.
Actuar rápidamente ante las respuestas e implementar las soluciones requeridas. • Eliminar las barreras mentales y controlar las emociones.
Entender el significado del lenguaje corporal y las señales visuales de las personas.
Compenetrarse con el cliente, generando “conexión” y ritmo de comunicación, para fortalecer la confianza y cerrar las ventas.

(Duración: 2 horas)

Cocina y liderazgo

Los líderes, tal como los cocineros, son visionarios. Conocen a fondo los ingredientes y saben cómo combinarlos para lograr un gran plato. En este taller experiencial, exigente pero divertido, los participantes, por medio de la cocina, adquirirán las habilidades para liderar y trabajar en equipo. Se conectarán con sus 5 sentidos para fortalecer o impulsar su capacidad de trabajo, disciplina, creatividad, innovación y adaptabilidad. (Duración: 2.5 horas)

Nota: cupos limitados según capacidad de la cocina

Conferencias:

Reprográmate exitosa-mente

Esta es una conferencia en la que los asistentes aprenderán las 4 leyes principales bajo las que opera la mente y el impacto que tienen sobre su experiencia de vida. Así mismo, les da la herramienta más poderosa para hacerse cargo de sus pensamientos, acceder a su mente subconsciente y programarla para lograr sus objetivos de manera rápida y efectiva. (Duración: 1 hora)

Nota: Incluye audio de reprogramación y carpeta de material complementario

Oxigénate: mente, cuerpo, alma

Esta charla derivada de mi programa del mismo nombre, busca el fortalecimiento y reseteo integral del ser. Es una experiencia en la que se integran conceptos y ejercicios prácticos en los que se combina y se evidencia el impacto que la meditación, el manejo de la energía, el estilo de vida sano, la alimentación anti-inflamatoria y la hipnoterapia para el impulso y el logro de los objetivos de bienestar. (Duración: 2 horas)

Nota: incluye audio de auto-hipnosis

Vuela Alto: Un cambio de perspectiva puede cambiar tu vida

Esta es una inspiradora conferencia, basada en mi libro del mismo nombre, que te da la posibilidad y te muestra la clave para reescribir y soltar el pasado y mejorar el rumbo de tu vida. Invito a los asistentes, además, a implementar mi fórmula para fortalecer su autoconocimiento y autovaloración, como instrumentos esenciales para ganar tranquilidad y estimular la auto-confianza. Esta fórmula está basada en la exitosa experiencia terapéutica de años de consulta. (Duración: 1 hora)

Nota: Incluye meditación de empoderamiento

Hackea tu mente: Las claves de la salud mental en tiempos de crisis.

Esta es una conferencia interactiva, llena de herramientas teóricas y prácticas, basadas en

neurociencia, programación neuro lingüística - PNL e hipnoterapia clínica, que les permitirá a los asistentes adquirir fortalezas para comprender, enfrentar y navegar mejor los cambios y momentos de crisis. (Duración: 1 hora)

Despierta tu luz interior

Como escritora y emprendedora me he impulsado desde la creatividad y la innovación toda la vida. En esta charla, que ha trascendido fronteras y cuya versión existe en español y en inglés, comparto mi fórmula mágica para crear e innovar desde “el centro” mientras se fortalece el autoconocimiento y el ser. Los ejercicios y aprendizajes son aplicables a distintos ámbitos y resultan altamente inspiradores llevando a las personas a reconectarse consigo mismas y con lo que las rodea, para lograr brillar de una manera auténtica. (Duración: 1 hora)

Nota: Incluye audio meditativo de motivación

El toque mágico de la intuición: Una conferencia sobre el rol de la mujer y el desarrollo de sus habilidades como líderes, influenciadoras y generadoras de cambio.

En esta conferencia los asistentes podrán aprender a desarrollar su carisma y a impulsarse desde su feminidad, a crear y reforzar sus redes profesionales y sociales, a generar confianza, a fortalecer el trabajo en equipo desde el ejemplo y el positivismo, enriqueciendo e impulsando a la empresa y a su entorno. (Duración: 1 hora Inspiración y motivación para el liderazgo femenino).

Ritual de fin de año (Taller junto a Pablo Jacobsen)

El cierre del año y la Navidad son una gran oportunidad para celebrar, reflexionar y agradecer por las experiencias y aprendizajes recibidos. Los rituales son ideales para ofrecernos una sensación de calma y satisfacción, para recordarnos qué tan lejos hemos llegado y convertir pequeños actos cotidianos en momentos más significativos. Esto permite renovar los recursos mentales y volver a comprometerse con sus valores más profundos. La ciencia ha demostrado que tomar acciones concretas para crear un nuevo estado mental realmente afecta nuestros sentimientos y comportamientos. Un equipo es un

estado de ánimo y estos espacios son ideales para mejorarlo. Son un reconocimiento al trabajo y esfuerzo realizados y una invitación a seguir enfocados en los objetivos. Involucran las emociones, nos mueven a la acción, permiten recargar los niveles de energía y mejorar el estado de ánimo a nivel individual y grupal.

Formato: Taller con metodología de coaching grupal (3 horas).

Visión 2023 (Junto a Pablo Jacobsen)

Lo que más determina quienes somos en el presente no es el pasado sino la visión de futuro. De eso se trata la ciencia de la transformación intencional. La visión del futuro imaginado es el conductor de tu realidad actual. La visión responde a las preguntas: ¿Qué es posible para nosotros? ¿Dónde queremos estar? ¿En quiénes nos queremos convertir? Los líderes y equipos ganadores saben conectar una visión clara con una emoción elevada. Entre más clara es la visión, más obvias son las acciones y decisiones que debemos tomar para hacerla realidad. Lo que más determina la forma de pensar, decidir y actuar no es quienes hemos sido en el pasado sino una visión clara de lo que queremos ser y lograr en el futuro. Descubre cómo construir una visión de futuro que te impulse a lograr cosas extraordinarias.

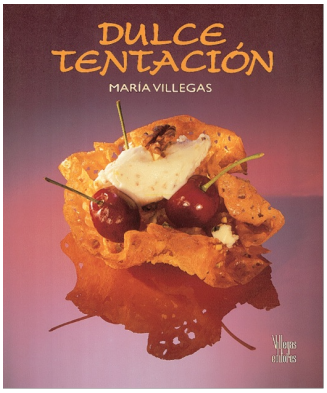
Formato: Conferencia (60 o 90 minutos) o taller experiencial (4 horas).

PUBLICACIONES

Libros



VUELA ALTO



DULCE TENTACIÓN



LA COMIDA DE ESPAÑA



SABOR + COLOR

CONDICIONES

- **Viaja desde:** Bogotá D.C., Colombia
- **Rangos:** Consultar tarifa con HiCue Speakers