

Ponencias, charlas y conferencias

La trampa del empoderamiento



Esta conferencia aborda las paradojas y limitaciones del concepto de empoderamiento en la sociedad actual. Se analizarán cómo ciertas interpretaciones del empoderamiento pueden, sin quererlo, generar presiones adicionales y expectativas poco realistas, en lugar de ofrecer una verdadera liberación. El objetivo es reflexionar sobre las formas más auténticas de empoderarse, basadas en la autocomprensión, el autocuidado y la igualdad, sin caer en las trampas de la sobrecarga emocional o la competencia destructiva.

El orden como aliado

Esta conferencia explora cómo el orden, tanto en el espacio físico como en la mente, puede ser una herramienta poderosa para identificar lo que realmente importa en nuestras vidas. Basada en mi metodología de organización, *El Sauce Blanco*, las personas participantes descubrirán cómo liberar espacio y energía para enfocarse en sus verdaderas prioridades, mejorando su bienestar y productividad. El orden no solo se trata de poner en su lugar los objetos, sino de crear un entorno que nos permita centrarnos en lo esencial y vivir de forma más consciente y equilibrada.

