

CERTIFICATE **PRO** | NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN CONSCIENTE



**PREPÁRATE PARA PROSPERAR
CON LOS MEJORES!**

TRANSFÓRMATE PRO

PRESENTACIÓN

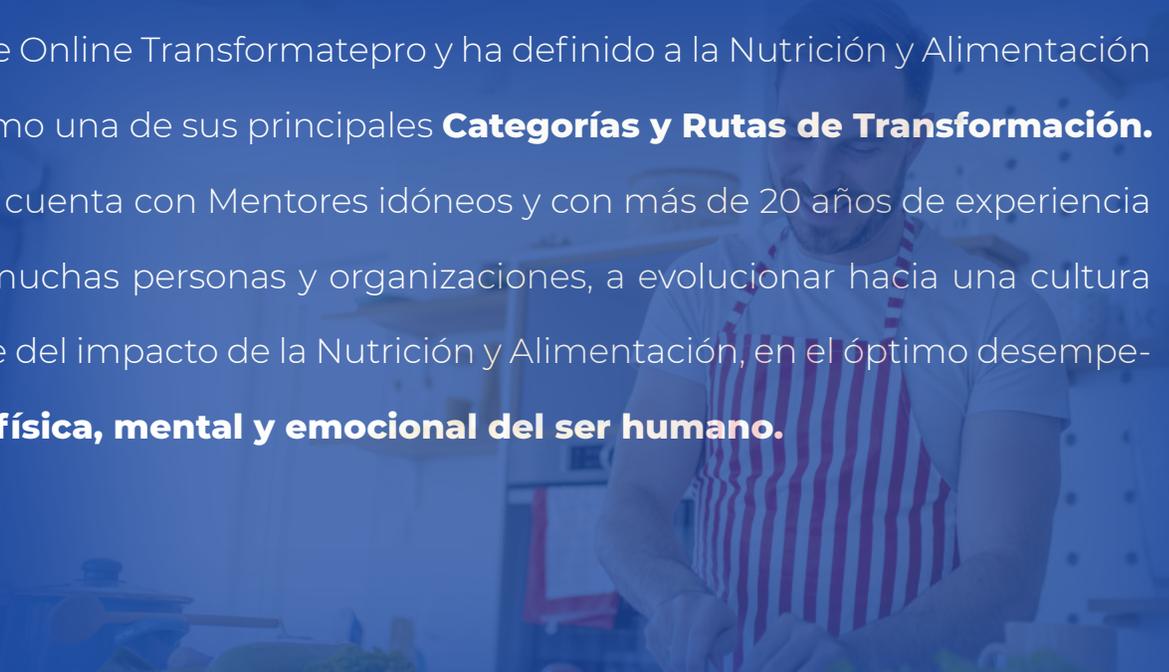
“Somos los que comemos”. Una frase que resume la realidad de La Alimentación Consciente, hoy por hoy, los Seres Humanos estamos tomando más Conciencia de la importancia de la Nutrición Eficiente y la Alimentación Adecuada para cada área de nuestra vida.

Si lo que comemos define lo que somos, escoger Conscientemente los alimentos, puede ser una garantía de nuestro Bien-estar presente y futuro, entonces es de suma importancia conocer el impacto mental, físico y emocional que produce el valor energético de los alimentos, los nutrientes que se requieren en los distintos ciclos de la vida, descubrir las ventajas de conocer el Biotipo personal y de cómo mantener un peso ideal para lograr el equilibrio que nos permita mantener un estado de salud sostenible y experimentar una **Vida Feliz y Plena.**

Partiendo desde la primicia de que todos anhelamos sentirnos saludables, vitales, productivos y felices, debemos asumir la Nutrición Consciente como uno de los primeros pasos requeridos, para incrementar los niveles de calidad de vida globales.

El Grupo Transformate, en Barranquilla Colombia, creó la plataforma de Educación Consciente Online Transformatepro y ha definido a la Nutrición y Alimentación Consciente, como una de sus principales **Categorías y Rutas de Transformación.**

Esta Categoría, cuenta con Mentores idóneos y con más de 20 años de experiencia asesorando a muchas personas y organizaciones, a evolucionar hacia una cultura más consciente del impacto de la Nutrición y Alimentación, en el óptimo desempeño de la **salud física, mental y emocional del ser humano.**





Si has llegado a un momento de tu vida en el que quieres dar un salto radical y hacerte cargo de tus propias elecciones en Libertad, separadas del condicionamiento externo; necesitarás tener el poder de la información requerida que generarán en ti la **habilidad y la disciplina** para aprovechar sabiamente cada momento.

En esta certificación de una semana, obtendrás un panorama integral de toda la Ruta de Nutrición y Alimentación Consciente: desde la fase de identificación del valor energético y Nutricional de los Alimentos que necesitas para tener una vida saludable y un peso ideal, hasta la de aprender a cultivar tus propios alimentos. También descubrirás cómo equilibrar tu ser emocional y desarrollar los hábitos alimenticios correctos, que te permitirán escalar tu vida hacia unos niveles más saludable, vitales y de alto rendimiento.

La Certificación de Nutrición y Alimentación Consciente, de Transformatepro, será en vivo y directo (online) y tendrá soporte virtual en la Plataforma con acceso de por vida. El Programa proporciona un conocimiento completo de las Áreas mencionadas que te ayudará a conformar un Kit de herramientas y técnicas con las que lograrás alcanzar altos niveles de Consciencia para escoger la Nutrición adecuada en cualquier ciclo de vida en el que te encuentres. Al cursar esta certificación, no solo obtendrás efectivas herramientas de Nutrición y Alimentación, también aprenderás las mejores prácticas para Nutrir tu Cuerpo Emocional, sanar los conflictos con tu clan familiar que pueden estar repercutiendo en tu peso actual.

Sobre TRANSFORMATEPRO

El Grupo Transformate, fundado en 2016 por Stybaliz Castellanos Giovanini, tiene la misión de crear y desarrollar programas innovadores que se conviertan en verdaderas Rutas para que los individuos conecten con su real esencia, descubran su propósito y se preparen para Prosperar. En 2018 se crea Transformatepro, la



plataforma de Educación Consciente Online del Grupo Transformate, como verdadero instrumento para llevar la Transformación a cada rincón del planeta, venciendo todo tipo de restricciones físicas, de tiempo, económicas y de espacio.; esto, con el objetivo de crear un impacto mundial tangible.

¿Para quién es esta Certificación?

Esta certificación está estructurada para ti, que quieres mejorar tu relación con la Comida, escoger en Libertad y disfrutar de los alimentos con sabores deliciosos que te proporcione mejor calidad de Nutrientes generándote una experiencia agradable en cada ocasión, elevar tus niveles de consciencia y tener un estilo de vida saludable.

Solo debes tener voluntad y disciplina, para apropiarte de todo el material que queremos compartirte, de analizarlo, estudiarlo y sobre todo de asumirlo naturalmente para adueñarte de la experiencia maravillosa que es alimentarse Sabiamente en Alegría y con Libertad Como seres humanos Integrales, todos necesitamos sentirnos bien, para que día a día podamos ir “puliendo” esa mejor versión de -nosotros mismos- y lograr ser eficientes y eficaces para alcanzar con Alegría cada una de las metas que nos propongamos, por lo tanto, podemos beneficiarnos de las poderosas herramientas y técnicas que serán provistas, en la Certificación de **Nutrición y Alimentación Consciente.**





Algunos ejemplos de personas que pueden tomar esta Certificación incluyen:

Gerentes de Recursos Humanos que buscan de manera efectiva, lograr equipos más saludables al interior de sus organizaciones.

Profesionales y Coach que juegan un rol importante en la vida de sus Mentoriados, en temas relacionados con la transformación de hábitos y el logro de un estilo de vida saludable. Para ti, que has decidido de forma consciente y voluntaria darle un

giro de 360 grados a tu vida. Y has decidido de forma estructural, hacerte consciente tanto de tus elecciones a la hora de comer, como de las emociones que motivan estas elecciones.

Para maximizar el impacto, se recomienda a los equipos que se inscriben por parte de empresas, que se inscriban al programa como equipo. Hay precios especiales disponibles para inscripciones en grupo, contacta a grupotransformatepro@gmail.com

“Dotado de las herramientas y técnicas clave para una Nutrición y Alimentación Consciente” y con tu voluntad y disciplina, podrás cambiar de forma radical tu estilo de vida y nunca estarás tan feliz y en armonía en todas las áreas de tu vida, después de este salto cuántico”

-Stybaliz Castellanos Giovanini, CEO Grupo Transformate





APRENDIZAJES CLAVE

En esta Certificación podrás:

- Aprender herramientas y técnicas probadas y efectivas, para convertirte en una persona más consciente en relación a tu Nutrición y Alimentación.

- Estos Conocimientos están basado en el estudio riguroso y experiencia de nuestros Mentores en Transformatepro, con los cuales tendrás la oportunidad de interactuar en vivo y en directo y podrás a su vez acceder a ellos de por vida en la modalidad online.

- Poner en práctica y desarrollar un kit personal de herramientas para el logro de tu Nutrición y Alimentación Consciente, diseñado para ayudarte en cada fase de tu Ruta de Transformación:

1. Autovaloración de tu estado actual, **2. Identificación de los valores energético de los Alimentos** y sus efectos en tu condición Mental, Emocional y Corporal, **3. La Nutrición de tu cuerpo emocional** y las historias que sanar, **4. Alimentándote Gourmet y saludable** por siempre **5. El cultivo de tus propios alimentos** y la adecuación de tu huerta casera **6. La Transformación de hábitos,** hacia la consecución de tu estilo saludable anhelado.

- Realizar una **Autoevaluación de tu estado actual,** en relación a tus hábitos alimenticios y elecciones de tipo de nutrientes y alimentos en tus comidas diarias.

Obtener una hoja de ruta sobre cómo desarrollar hábitos valiosos y perdurables para el logro de tu peso ideal y de un estilo de vida saludable y sostenible.





Aprender las mejores prácticas para nutrir tu salud física, mental y emocional; y así de esta forma lograr un alto rendimiento en cada una de las áreas de tu vida.

Aplicar lo aprendido de forma inmediata en la preparación de tus alimentos diarios.

Recibir la **CERTIFICACIÓN EN NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN CONSCIENTE** otorgada por el Grupo Transformate.

EXPERIENCIA DURANTE LA CERTIFICACIÓN

Interacción en vivo y en directo con los Mentores de la Certificación en Nutrición y Alimentación Consciente.

Herramientas y técnicas para tu kit de Nutrición Consciente.

Aprendizaje entre pares y retroalimentación.

Ejercicios interactivos de aplicación y proyecto final.

Autoevaluación de tu Estado Actual en relación a tu Nutrición, alimentación y hábitos alimenticios.

Aplicación en el mundo real.

Equipo de soporte para la Certificación.

Acceso de por vida, a la **Plataforma de Educación Online Transformatepro.**





RUTA DE TRANSFORMACIÓN

La Certificación cuenta con 8 módulos de aprendizaje. En ellos, aprenderás herramientas y técnicas diferentes que pondrás en práctica para desarrollar un kit de Nutrición y Alimentación Consciente, diseñadas para ayudarte en cada fase de tu Ruta de Transformación:

AUTOVALORACIÓN | **IDENTIFICACIÓN NUTIENTES-ALIMENTOS** | **NUTRICIÓN EMOCIONAL** | **ALIMENTACIÓN GOURMET Y SALUDABLE** | **CULTIVA TUS ALIMENTOS** | **TRANSFORMACIÓN DE TUS HÁBITOS** | **PROYECTO FINAL**

01 AUTOVALORACIÓN

Identifica tu estado actual en relación a tu nutrición, hábitos alimenticios y estilo de vida. E identifica tu punto de partida.

02 IDENTIFICACIÓN DE LA ENERGÍA DE LOS ALIMENTOS

Conoce el valor energético de cada alimento y el impacto de los sabores en tu constitución Mental, Emocional y Física y como Armonizarte en cada área

03 NUTRICIÓN EMOCIONAL

Evalúa tus emociones y como éstas guardan relación en tus elecciones a la hora de comer y optar por cierto tipo de alimentos.

04 ALIMENTACIÓN GOURMET Y SALUDABLE

Conoce cómo puedes transformar tu cocina, haciéndola más variada, Gourmet y saludable.

05 CULTIVA TUS ALIMENTOS

Determina la mejor estrategia para nutrirte conscientemente, emprendiendo tu huerta casera y cultivando tus propios alimentos.

06 TRANSFORMACIÓN DE TUS HÁBITOS

Práctica con disciplina todas las herramientas y técnicas aprendidas en la Certificación, con el fin que alcances la Transformación de tu Hábitos

07 PROYECTO FINAL

Personaliza tu propuesta de Nutrición y Alimentación consciente y desarrolla un plan de transformación de hábitos, basándote en los conocimientos



CONOCIMIENTO | HABILIDAD | DISCIPLINA

MÓDULOS DE LA CERTIFICACIÓN

Durante la Certificación podrás analizar todo el proceso de una NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN CONSCIENTE.

Módulo 1

Conoce las diferencias entre Nutrición y Alimentación: conocimiento, habilidad y disciplina para el logro de tu peso ideal.

Descubre las bases para el logro de tu peso ideal: conocimiento, habilidad y disciplina, y cómo combinarlas para tener un estilo de vida saludable

Módulo 2

META-EATING: descubre tu Biotipo personal, el valor energético de los alimentos y aprende a incorporar los nutrientes que requieres para armonizar cada área de tu Ser: Mental, Emocional y Físico.

Conoce cómo desarrollar una hoja de ruta, alternando el valor energético de los alimentos y los sabores que se adapten mejor a tu Biotipo. Prepárate para convertirte en el ser más creativo a la hora de nutrirte y alimentarte.

Módulo 3

Aliméntate Gourmet y Saludable





Entiende el poder los alimentos saludables y transforma tu cocina en Gourmet, deliciosa y de alto valor de nutrientes en cada una de tus comidas diarias.

Módulo 4

Detrás de la obesidad, hay una historia que saber

Memorias transgeneracionales en el sobrepeso. Descubre a través de tu árbol genealógico, que conflictos se esconden detrás del aumento de peso.

Módulo 5

Saludable por siempre

Aprende de forma práctica a elaborar platos deliciosos, económicos y altamente saludables. Solo se requiere de tu ingenio e imaginación, poco a poco te irás convirtiendo en tu propio Chef casero y saludable.

Módulo 6

Transforma tus hábitos: y logra un estilo de vida saludable y sostenible

Aprende a desarrollar hábitos saludables que contribuyan a un estado de plenitud de tu salud física, mental y emocional. Nunca antes podrás ser tan feliz y en armonía, en todas las áreas de tu vida.

Módulo 7

Cultiva tus alimentos: Crea tu Huerta Casera

Aprende cómo crear tu huerta casera y así tendrás a la mano y de forma orgánica tus alimentos y nutrientes requeridos para un estilo de vida extra-ordinario.

Módulo 8

Nutriendo tu Cuerpo emocional: En Equilibrio y en estado de Conciencia plena

Identifica como las emociones están presentes y pueden influir en tus elecciones a la hora de decidir qué comer y que tipo de alimentos añadir a tu carrito de compras. Elevando tu nivel de conciencia en este sentido; podrás armonizar tus emociones a tu favor y así éstas entrarán en armonía con tu nutrición y alimentación consciente.





EJERCICIOS DE APLICACIÓN

Con esta certificación podrás:



Desarrollar su propio Autodiagnóstico y podrán construir su hoja de Ruta de nutrición consciente y hábitos alimenticios correctos



Practicar sus propias recetas y elaborar su lista de mercado saludable



Emprender su propia huerta casera y cultivar sus propios alimentos



Terminar un proyecto final diseñado para compartir lo aprendido



Realizar los ejercicios propuestos en los cuadernillos de trabajo-Workbook- de cada curso online de la Certificación en Nutrición y Alimentación Consciente.



NUESTROS MENTORES



Álvaro Castillo

Módulo 1: *Nutrición y Alimentación. Tú peso ideal.*

Educador profesional que, a través de la formación continua, ha permitido el crecimiento constante de personas y empresas desde un liderazgo humanista y el autoreconocimiento del ser, potenciación de la mente y empoderamiento que apuntan a la obtención de resultados eficientes. Emprendedor en negocios tradicionales y economía alternativa. Conferencista en emprendimiento, desarrollo personal y liderazgo motivacional. Integrante del Team de John Maxwell Español Latinoamérica. Especialista en Gerencia Educativa. Especialista en Ciencias de la Educación. Docente Universitario y Media Académica con 30 años de experiencia..



Patrizia Polito

Módulo 2:
META - EATING
Más allá de la alimentación

Arquitecto Evolutivo del Ser Integral, Creadora de la Filosofía CONCIENCIA EN MOVIMIENTO, la cual desarrolla las 4 metas del Ser Integral: META-NOIA: el Conocimiento, META-TRAINIG: el Movimiento, META-EATING: el Alimento y META-SOUL: el Alma.

Sanadora Holística, Restauradora Energética de los cuerpos físico, mental, emocional y Almático, Terapeuta de Armonización Energética a través del Arte del Jin Shin Jyutsu, Profesional en Masajes Descontracturante músculo-emocional, Técnica Tailandesa Profunda, Método Lemniscata: Sistema Miofascial Humano. Canalizadora de información Ancestral por más de 20 años, Terapeuta Certificada de Lectura de Registros Akáshicos, Meditadora: Primordial Sound of The Choppra Center of Well Being, Meditadora Trascendental of Maharishi Center y Pinealista. En el área Física: Professional del Fitness con más de 35 años de experiencia, Certificación Internacional de las siguientes disciplinas: Spinning (Mad Dogg Athletics) L.A, USA, TRX (Fitness Anywhere, Suspension Trainig) FL, USA, Pilates Gold (mat, swisse Ball) Body Mind & Balance, entre otras.



Ana María Polito

Módulo 3: *Aliméntate
gourmet y
saludable*

Estudió Ciencias Gerenciales con mención procedimientos y métodos en la Universidad Tecnológica del Centro en Valencia, Venezuela. Realizó un curso de Cocina Internacional en la Escuela de Alta Cocina Ciboulette de Lecherías, Venezuela. Sus recetas sirven para darle al público opciones de comida ricas, saludables y además muy fáciles de preparar. Su pasión e identidad propia: La combinación de alimentos naturales para crear platos únicos y deliciosos.



Claudia Páramo

Módulo 4: *Detras de tu obsesión, hay una historia que sanar*

Consultora coach en Bioneuroemoción. Conferencista, talleres, formación y capacitaciones. Asesoría en Desarrollo e Imagen Personal. Autoestima y Liderazgo femenino Capacitadora Motivacional, formación en Bioneuroemoción. (Descubre la raíz de tus dificultades, programas repetitivos, pareja, economía ect) Transformación Positiva Orientadora en procesos de empoderamiento de la mujer Asesorías y Formación en Etiqueta Protocolo Imagen y marca personal Conferencista, tallerista y presentadora.



Mafe Abadía

Módulo 5: *Saludable por siempre*

Chef, escritora, conferencista, presentadora de Televisión y apasionada por la comida saludable y el buen vivir.

Arquitecta y Máster en Finanzas. Ambas profesiones las desempeñé con éxito sin embargo en el 2015 descubrí mi verdadera pasión: La cocina saludable. Desde ese entonces, diseño recetas y creo contenido gastronómico para mis redes sociales, estudiantes y clientes.

Desde 2017 soy Embajadora de " Estilos de Vida Saludables" para la Fundación Colombiana del Corazón y Corazones Responsables; y en el 2018, tuve el privilegio de ser coautora del Libro "GUIA PRACTICA PARA APRENDER A COMER" de la Fundación.



Lidia Menchén

Módulo 6: Transforma
tus hábitos y obtén
tu estilo de vida deseado.

Màster Oficial d'Enginyeria Ambiental. Estudió Especialitzada en Explotacions Agropecuàries en Escola Superior Agricultura de Barcelona

Fitness Manager en Agrupació Esportiva Santa Eulàlia, Personal training en Especialista IPEFC, Ejercicio Físico y Cáncer + Ejercicio Físico y Osteoporosis. Realiza actividades dirigidas: zumba, body pump, body combat, pilates, funcional, gap, mantenimiento, total body, estiramientos.

Especialista IPEFC, Ejercicio Físico y Cáncer + Ejercicio Físico y Osteoporosis. Trabajó como Tècnica fitness en DiR Activitats Dirigides. Entrenadora Personal i sala de fitness en Duet Sports Jordi Marí. Entrenadora Personal i sala de fitness en Duet Sports Cotxeres Borbó. Estudió en ANEF Formación Técnicos Fitness. Personal&Functional Trainer. Condicionament físic en activitats col·lectives amb suport musical. Estudió Osteoporosis en IPEFC.



Lilia Almanza

Módulo 7: *Cultiva tus propios alimentos en casa*

Formación profesional integral como Ingeniero Agroindustrial en las áreas de transformación alimentaria: tecnología de lácteos, tecnología de carnes, tecnología de cereales y tecnología de frutas y hortalizas en las áreas no alimentarias. Imparte Formación titulada en cursos como: técnicos en logística empresarial y producción agropecuaria ecológica. Asesora en la creación de micro y medianas empresas del sector agrícola. Montaje e implementación de planes y programas en buenas prácticas de manufactura y haccp. En su experiencia profesional ha sido directora o decana de facultad de Ingeniería agroindustrial de la Universidad Pontificia Bolivariana seccional Montería, Docente tiempo completo de la misma entidad e instructor SENA por 16 años en las áreas urbanas y rurales del servicio nacional de aprendizaje- SENA, con formación en procesos agroindustriales y creación de empresas en el sector.



Harold Mora

Módulo 8: *Nutriendo
tu cuerpo emocional*

Estudió comunicación social, después de hacer consciencia que uno de sus aprendizajes más importantes era trascender la timidez, desde muy niño sintió la fascinación por conocer los secretos del universo y desarrolló una sensibilidad especial para conectar con experiencias más allá de los sentidos comunes. Es coach esencial, sanador cuántico vibracional, máster en hipnosis psicoespiritual regresiva y además de múltiples estudios a nivel del alma y experiencias espirituales.



**STYBALIZ CASTELLANOS
GIOVANINI**

CEO GRUPO TRANSFORMATE

Ingeniera Industrial, Especialista en Desarrollo Organizacional y Procesos Humanos de la Universidad del Norte con Maestría en Economía de la Universidad de los Andes y Maestría en Gobierno y Gerencia Pública en América Latina de la Universidad Pompeu Fabra. Experiencia en Desarrollo Económico, Economía Social y Desarrollo Regional, con sólidos conocimientos en Microeconomía Aplicada y Evaluación Socioeconómica de proyectos sociales. Gran capacidad organizativa, iniciativa y liderazgo. Experticia en Gerencia Social, Planeación y Direccionamiento Estratégico. Fue fundadora de la Fundación Sentido de Jóvenes para el apoyo profesional a sectores vulnerables del departamento del Atlántico. Se ha desempeñado como directiva docente del programa de Economía de la Universidad del Norte, fundadora y directora del programa extracurricular “Univoluntarios: Plataforma de acción social Universitaria” de la misma Universidad y asesora de empresas sociales en convenio con la Fundación Éxito y la Fundación Saldarriga Concha. Ingresó con gran desempeño en el Sector Público, con la creación de la primera Secretaria de la Mujer Equidad de Género en la Gobernación del Atlántico (2012-2015), desde donde ha asumido como proyecto de vida la equidad de oportunidades para todos. Actualmente es la CEO del Grupo Transformate, desde donde se propende por la educación para la transformación, desde un modelo innovador enfocado en la generación de capacidades y el desarrollo del potencial humano; y la creación de proyectos de innovación Social y Sostenibles.



CERTIFICADO

Una vez completo exitosamente la Certificación, el Grupo Transformate otorga una Certificación Digital de terminación, con una intensidad horaria de 40 horas: 16 horas modalidad vivo y en directo y 24 horas (8 cursos online de acceso de por vida) a los participantes. El programa se califica como aprobado o no aprobado; los participantes deben contar con el 80% de participación en la Certificación en Vivo y en directo para poder obtener el certificado. EXECUTIVE EDUCATION



Una vez completada la Certificación, tu certificado digital será enviado con el nombre que utilizaste en tu registro.



permitirá coordinar sus horarios y aprender de manera remota, donde sea, cuando sea.

Metodología Mixta

Los participantes inscritos a la Certificación, tienen acceso a los materiales de forma modular: cada día durante una semana se desarrollará cada módulo con un nuevo mentor y contenido especializado en el tema.

A su vez, los participantes accederán al contenido online con acceso de por vida, lo que convierte a esta experiencia de aprendizaje en una Ruta de Transformación de alto valor y significado a lo largo de toda la vida.

Los módulos de la Certificación integran distintos instrumentos de enseñanza como:

- Contenido online en video
- Foros de discusión
- Workbook, cuadernillos de trabajo
- Memoria de las clases en vivo y en directo con cada Mentor

Requerimientos del programa

Para tener acceso a nuestra Certificación, los participantes necesitarán:

- Una dirección válida de correo electrónico.
- Un dispositivo conectado a Internet: PC/laptop, tableta o teléfono inteligente.





Otros requerimientos

· La última versión del buscador de su elección para poder entrar a la plataforma de aprendizaje.

Microsoft Office y un programa para abrir PDF, con el objetivo de acceder a documentos como hojas de cálculo, presentaciones, archivos PDF y transcripciones.

Se informará a los participantes de los requerimientos adicionales en la fase de registro o cuando inicie el programa.

Nuestros asesores están disponibles para responder cualquier duda sobre los requerimientos.

DURACIÓN

1 semana, 16 horas en Vivo y en Directo

24 Horas de Contenido Online de acceso de por vida.

VALOR DE LA CERTIFICACIÓN

700.000 COP \$183 USD

CONTÁCTA A UN ASESOR DE LA CERTIFICACIÓN EN:

grupotransformatepro@gmail.com

Línea de atenciónpro (whatsapp: +573016088008)

Puedes realizar tu Inscripción en:

www.transformatepro.com





TRANSFÓRMATE PRO

CERTIFÍCATE **PRO** | NUTRICIÓN Y
ALIMENTACIÓN
CONSCIENTE