

## **Educar en calma explica la nueva realidad y formación**

**La nueva realidad va a traer con ella muchos cambios y es necesario estar preparados. Invertir en uno mismo es sinónimo de ganar calidad de vida. Tanto si se es emprendedor, como si se tienes niños, se necesita una mejor organización**

La nueva realidad va a traer con ella muchos cambios y es necesario estar preparados. Invertir en uno mismo es sinónimo de ganar calidad de vida. Tanto si se es emprendedor, como si se tienes niños, se necesita una mejor organización. "Llevamos unos meses con muchas dudas e incertidumbre, sentimientos encontrados y sin saber qué será de nosotros en este curso nuevo que ahora comienza. La posibilidad de tener que teletrabajar y gestionar a los niños, el ritmo de vida, la casa, comidas y demás jaleos varios nos pueden llevar a plantearnos en necesitar crecer personalmente, gestionar mejor nuestras emociones, tener nuevas herramientas" - explica Elisa Molina, CEO en Educar en Calma.

Pero ¿cómo hacerlo sin perder la calma? "Hay infinidad de maneras pero sin duda, y más en estos tiempos, señala Molina, es recurrir a internet, lugar dónde todo es posible hoy". "Desde mi experiencia las madres necesitamos una tribu dónde expresarnos e intercambiar ideas y, por qué no decirlo, requerimos de profesionales que nos ayuden pero sin que para ello tengamos que romper la hucha. Hace tiempo que me di cuenta de esa realidad -prosigue- y por ello me formé con el claro propósito de ayudar a las familias a que mejoren sin arruinarse. Por eso creé 75 cursos de formación variada que ayudarán a las familias. Mejorarán su salud con alimentación saludable e incluirán el deporte en su vida. Transformarán su vida impulsando hábitos personales mucho más adecuados con armonía, equilibrio y bienestar. También tienen formación para Educar sin Gritos, que teniendo niños pequeños o adolescentes será fundamental para no estallar y complicar aún más nuestra ecuación de vida. Aprender a ser más productivo, a organizar mejor los tiempos, los espacios, el armario y la vida. Y mejorar las relaciones personales, ¡claro que sí! Temas de educación, pareja y mindfulness están incluidos en este paquete", concluye.

Accede a toda la información a través de este enlace directo.

**Datos de contacto:**

Gema Lendoiro  
www.madandcor.com  
675943952

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Educación Sociedad E-Commerce](#)