

EMANA

Un programa de acompañamiento individual para **redescubrirnos y construir** desde la mujer que habitamos hoy.

Hay un momento en que nos cansamos de nuestros propios argumentos. De aplazar. De esperar el momento justo. De mirar algunas áreas de nuestra vida desde la tribuna.

Pero notamos que algo cambió — y todavía no encontramos la manera de habitarlo.

¿Qué es EMANA?

EMANA es un programa de acompañamiento individual creado por ACTIBAH para mujeres de más de 40 años que desean redescubrirse y construir desde la mujer que habitan hoy.

Un recorrido basado en un método propio, diseñado para comprender qué necesita atención, reconocer los propios recursos y elegir conscientemente cómo vivir la etapa que están transitando.

Un método con un recorrido claro.

EMANA se desarrolla en 7 encuentros individuales. Cada uno cumple una función específica dentro del proceso y tiene herramientas, ejercicios y accionables propios.



Al finalizar el programa, cada mujer se lleva algo más valioso que un plan de acción. Se lleva su **Carta de Navegación**: una guía personal construida desde su propia experiencia, para seguir eligiendo con mayor claridad, confianza y conciencia mucho después de haber terminado EMANA.

¿Para quién es EMANA?

EMANA es para quienes buscan un espacio genuino de acompañamiento personal; no una terapia, no un programa motivacional, ni una fórmula de resultados rápidos.

- Sienten que algo no cierra, aunque por afuera muchas cosas funcionen.
- Se cansaron de las fórmulas de éxito, de las respuestas universales y de los programas que prometen transformar la vida en pocas semanas.
- Pueden y quieren invertir en sí mismas con seriedad.
- Están en un momento de disponibilidad real para revisar lo que necesita atención, aunque todavía no tengan completamente claro qué es.

Acompañado personalmente por **Analia Spratte**.



Fundadora de ACTIBAH. Más de 25 años integrando estrategia, liderazgo y desarrollo humano en organizaciones, y acompañando a mujeres en procesos de transformación personal y profesional.

Ejecutiva global. Licenciada en Negocios y Marketing. Counselor. Coach Profesional PCC (ICF), entre otras formaciones. Más de 1.000 mujeres acompañadas en distintos momentos de sus vidas y carreras.

EMANA reúne esa experiencia en un método propio, creado para acompañar a mujeres que desean redescubrirse y construir desde la mujer que habitan hoy.

Formulario de preconsulta:

<https://tally.so/r/MevNBY>



Elige vivir
ACTIBAH



Próximo paso

Solicitar una conversación inicial sin costo.

Un espacio para conocernos, comprender qué necesita atención hoy y explorar si EMANA es el proceso que necesitás.



Lo que se habita, emana.
Ser plena no es un ideal. Es una forma de vivir.

actibah.com • @actibah • actibah@actibah.com