



mi Sombrero

lo que el mundo dirá de mí

Ma. Fernanda Cortés Espinosa

Propuesta

"Tu vida **no mejora** por **casualidad**,
mejora por **cambio**."

Jim Rohn

Ma. Fernanda Cortés Espinosa

Conocerme es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Ma. Fernanda Cortés Espinoza

Descubre tu Mejor Versión

Un Método para Potenciar tu Mente, Tu Identidad y Tu Futuro

Sabemos que siempre hay un siguiente nivel. No se trata de cuánto hemos logrado, sino de cuánto más podemos expandirnos. A veces sentimos que podríamos avanzar con más claridad, tomar mejores decisiones o proyectarnos con más confianza.

Lo que te propongo es un proceso estructurado, práctico y con resultados concretos. No se trata solo de aprender nuevas herramientas, sino de entrenar tu mente para aprovechar al máximo tu potencial, desarrollar seguridad y proyectarte con claridad en cualquier área de tu vida.

¿Cómo Funciona?

16 semanas de transformación profunda

- Entrenamos tu mente para fortalecer el diálogo interno, derribar creencias que te limitan y conectar con tu autenticidad.
- No es solo teoría, es práctica: ejercicios, reflexiones y cambios diarios que te ayudan a mejorar tu toma de decisiones, comunicación y liderazgo personal.
- No se trata de "cambiar quién eres", sino de potenciar lo mejor de ti y convertir tu experiencia en una ventaja.

8 semanas de seguimiento y ajuste

- Te acompaño mientras aplicas lo aprendido, con 4 sesiones opcionales cuando lo necesites.
- El objetivo es que integres estos aprendizajes de forma natural en tu vida y puedas sostener tu crecimiento sin depender de nadie más.

Propuesta

Fer.

Conocerse es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Ma. Fernanda Cortés Espinoza

Material de apoyo para que lo tengas siempre contigo

- Acceso a audios, ejercicios y contenido exclusivo que puedes consultar en cualquier momento.
- Herramientas prácticas diseñadas para que puedas aplicar estos conocimientos incluso después de finalizar el programa. Metodología M.A.P.A.

Este programa está basado en la **metodología M.A.P.A.** (Metodología de Análisis Personal Auténtico), un sistema estructurado en tres pilares clave:

1 Rompe tus Límites → Identifica y transforma creencias que te han frenado.

2 Domina tu Mente → Aprende a entrenar tu cerebro para enfocarte en lo que realmente importa.

3 Activa tu Poder → Descubre cómo proyectarte con claridad y confianza en el mundo.

Modalidades y Valores

Programa Individual: Acompañamiento 1:1 personalizado. USD 2,497

Programa Grupal: Grupo reducido de 12-15 personas. USD 1,587

¿Por qué esta metodología es diferente?

No se trata de teoría ni de seguir métodos genéricos. Se trata de entrenar tu mente para desarrollar claridad, confianza y un propósito definido.

Este no es un programa de motivación ni de cambios temporales. Es un proceso estructurado para que transformes la manera en que te percibes, tomes decisiones con seguridad y proyectes lo mejor de ti.

Fer.

Conocerse es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Ma. Fernanda Cortés Espinoza

Y lo más importante: esto no es un proceso eterno. En 6 meses, con compromiso y acción, puedes estar en un nivel completamente distinto. Porque si otros lo han logrado con este método, tú también puedes.

Opciones de Pago

- Pago único con descuento especial.
- Plan de pago en 3 cuotas con un ajuste administrativo del 10%.
- Pagos con tarjeta de crédito o transferencia bancaria.
- Opcional: Estoy explorando opciones de pago con crypto, si te interesa, podemos revisarlo juntos.

¿Cuál es el siguiente paso?

Si sientes que este es el momento de potenciar tu mentalidad y avanzar con más claridad y seguridad, estoy lista para acompañarte.

Déjame saber si tienes dudas o si quieres que agendemos una conversación para hablar sobre el programa.

Un abrazo,
Fer

Fer.

Conocerse es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Mi Sombrero – Programa de Reconstrucción Personal

Duración: 24 Semanas

Frecuencia: 1 sesión semanal de 60 a 80 min

Metodología: M.A.P.A.

Rompe tus Límites, Domina tu Mente, Activa tu Poder

Fase I: Autoconocimiento (Sesiones 1-11)

Aquí no se trata solo de mejorar habilidades, sino de vivir una transformación real. Cada sesión es un paso para comprender quién eres, identificar lo que realmente te impulsa y desbloquear las barreras que han frenado tu crecimiento.

1. Tu Verdadero Yo – Exploración profunda de quién eres realmente.
2. Tu Historia No te Define – Revisión de hitos clave sin revivir el dolor.
3. Desbloqueo de Creencias Limitantes – Identificación y transformación de creencias.
4. Domina tus Emociones – Reconocer y gestionar miedos, inseguridades y culpas.
5. Comunicación Interna y Externa – Cómo el diálogo interno impacta en la percepción propia y ajena.
6. Tu Imagen y Tu Presencia – Cómo te ves y cómo eso impacta en tu relación contigo misma.
7. Relaciones y Conexiones – Identificación de patrones en vínculos personales y familiares.
8. Autoestima y Bienestar Personal – Enfoque en la relación contigo misma.
9. Gestión del Tiempo y Energía Personal – Identificar hábitos que te potencian o te restan.
10. Resiliencia y Manejo de Crisis – Entender cómo has enfrentado adversidades y cómo fortalecer tu respuesta.
11. Auto liderazgo – Tomar responsabilidad sobre tu vida sin depender de factores externos.

Paso a Paso

Fer.

Conocer es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Fase 2: Definición de Objetivos (Sesión 12)

Aquí se define el punto de llegada. Esta sesión es clave para establecer claridad en lo que quieres lograr y cómo quieres verte al finalizar este proceso.

- Definir Objetivos – Tomar decisiones sobre lo que quieres construir de aquí en adelante.

Fase 3: Planificación y Acción (Sesiones 13-16)

Después de conocerte y definir hacia dónde quieres ir, estas sesiones te ayudan a estructurar el camino.

- Tu Estrategia Personal – Convertir el autoconocimiento en acciones concretas.
- Tu Plan de Crecimiento – Crear un plan realista basado en tu vida actual.
- Herramientas para la Expansión – Identificación de recursos, aliados y estrategias para sostener el cambio.
- Trascendencia y Cierre – Asegurar que el proceso no se detiene aquí, sino que continúe evolucionando.

+ 8 Semanas de Seguimiento.

4 Sesiones individuales (opcionales), para versiones grupal e individual.

"Cuando cambias la forma en que ves las cosas,
las cosas que ves cambian."

Wayne Dyer

Fer.

Conocerte es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM



Ma. Fernanda Cortés Espinoza

Garantía de Transformación

Tu Crecimiento, Mi Compromiso

Tu evolución personal y profesional es una prioridad para mí. No se trata solo de aprender herramientas, sino de integrarlas y sentir el cambio en cada área de tu vida.

Por eso, en Mi Sombrero, te ofrezco una garantía basada en resultados reales:

Si después de 6 meses de trabajo no sientes que has logrado la claridad, la seguridad y las herramientas para avanzar con autonomía, seguimos trabajando juntas hasta que lo consigas.

¿Cómo funciona?

Desde el inicio, definimos un objetivo claro y medible para tu proceso.

Durante 6 meses, seguimos un plan estructurado basado en el M.A.P.A., entrenando tu mente y potenciando tu identidad.

Si al final del proceso no sientes que tienes la confianza y claridad para tomar decisiones alineadas con tu nueva versión, continuamos hasta que lo logres.

Esta no es una garantía basada en "si te gustó o no el programa", sino en el compromiso con tu transformación.

Si tú pones el 100% de tu parte, yo pongo el 200% del mío.

Porque el verdadero cambio no es un salto de fe, sino una decisión consciente de avanzar.



Garantía

Fer.

Conoce es el primer paso para *cambiar tu mundo*

WWW.MAFERNANDACE.COM