

Ana Cristina Sampedro J.



acrissampedro1981@gmail.com



Quito, Ecuador



(+593) 998141809

@alkimiya_terapias_femeninas

PERFIL PROFESIONAL

- **Directora fundadora de ALKIMIYA TERAPIAS FEMENINAS** (2011-hasta la fecha)
- ALKIMIYA TERAPIAS FEMENINAS es un espacio creado para el empoderamiento, a través de herramientas de autoconocimiento, autocuidado, conexión con el cuerpo y reconocimiento de las emociones.
- **12 años de experiencia** acompañando a Mujeres desde una visión holística de manera grupal e individual.
- Creación y desarrollo de programas y talleres. Más de **50 dictados** (presenciales y virtuales).
- Planificación y ejecución de proyectos como retiros, encuentros, talleres, seminarios, etc...
- Organización de talleres con invitados nacionales e internacionales. Encargada de la logística y ejecución.
- **Impacto a más de 600 mujeres.**
- Parte del proyecto social “Las madrinas”, realizado en el período 2016-2017 para empoderar a las mujeres en la costa ecuatoriana en la reconstrucción de vidas y hogares después del terremoto.

- **Facilitadora de talleres y conferencias a nivel nacional e internacional.**

- **Profesora certificada de ROAF Breathwork.**

- **Creadora del Proyecto MAGIA ROJA Conciencia Menstrual y VERDE ALMA Bienestar Integral**

- **Gerente de proyectos en MAQUINOX AGROINDUSTRIA** (2010-2015)
- Empresa familiar dedicada al diseño y fabricación de equipos agroindustriales.
- Planificación y ejecución de la reestructuración administrativa comercial y proyectos.

- **Jefe de producción en COREMPEC CHATRE EVENTOS** (2007-2008)
- Organización, coordinación y supervisión de eventos y producción.
- Implementación de la planta industrial de alimentos, control de calidad, estandarización e implementación HACCP.
- Manejo del personal en planta y servicio.

- **Gerente y propietaria de restaurante** (2009-2010)

- **Administradora Restaurantes** (2004-2006)

CERTIFICACIONES

INTERNATIONAL WOMEN'S HEALTH AND HUMAN RIGHTS. Estudio y aprendizaje de asuntos críticos relacionados con la situación de la mujer, su salud y derechos humanos.

Curso en línea Universidad Stanford - actualmente.

COACHING AYURVÉDICO. Información de sabiduría para tu autoconocimiento, sanación y autocuidado. Enfocado en descubrir tu equilibrio y bienestar en base a tus necesidades.

Wah Ayurveda 2018-2021.

TERAPEUTA MENSTRUAL. Formación Madre tierra, conocimiento y uso del ciclo menstrual como herramienta de autoconocimiento y de signo de salud física y emocional. Uso de la sangre como medicina. *Quito 2017.*

PROFESORA CERTIFICADA ROAF. Formación intensiva en el sistema de RESPIRACIÓN OVÁRICA Y ALQUIMIA FEMENINA. Herramienta poderosa para reconectar con tu poder, abrir espacio y transformar tu energía. *Bogotá 2014.*

DESPERTAR DE LA GUERRERA. Formación con Chamalú. *Cochabamba – Bolivia 2013*

ESTUDIOS

 **COLEGIO SPELLMAN**
Quito, 1999

 **ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS Y MARKETING**
Universidad del Mar Chile, Campus Santo Tomás
Quito, 1999-2003

 **PROGRAMA PARA PROPIETARIO DE EMPRESAS**
IDE Business School
Quito, 2009

 **PROFESIONAL EN ARTES CULINARIAS Y ORGANIZACIÓN DE EVENTOS**

IDIOMAS

Español Idioma nativo

Inglés **Avanzado**

HABILIDADES

Responsabilidad, hablar en público, iniciativa, creatividad, colaboración, liderazgo, don de gente, alta capacidad de aprendizaje, buenas relaciones interpersonales, trabajo en equipo, empatía, sentido común, capacidad de negociación.

➤ Mujer emprendedora, madre de una hija de 9. Administradora de profesión, proyectos por experiencia laboral y facilitadora por vocación.



REFERENCIAS

Ma. Fernanda Bueno

Directora Fundadora

Wah Ayurveda – Instituto de Ayurveda

0994127857

Diana Castellanos

MBA y Terapeuta Transpersonal

0984321971

Karina Dávila

Ing. Ambiental y Moonmother certificada

0984897428

PONENCIAS, PROGRAMAS Y TALLERES DESARROLLADOS

ALGUNAS PONENCIAS: “LA RESILIENCIA DESDE EL PODER INTERNO” - “TU CUERPO ES TU TERRITORIO.” - “TODO ESTÁ CONECTADO.”

- **Programa Ayurveda Mujer:** Proceso de autoconocimiento a través de la constitución ayurvédica y el conocimiento del ciclo menstrual. Transformación profunda para beneficio de la salud física y emocional. Guía para incorporar nuevos hábitos saludables que se adapten a la individualidad y necesidades. Programa *on - line*, 5 módulos, *workbook*, prácticas y sesiones de seguimiento.
- **Programa VERDE ALMA Bienestar Integral:** Darle un descanso al organismo, limpiando el cuerpo, mente y las emociones. Acompañamiento para recuperar el bienestar físico, emocional y mental.
- **Programa MAGIA ROJA Conciencia Menstrual:** Transforma tu forma de mirarte y de entender tu ciclicidad, tu modo de relacionarte con tu sangre menstrual y la manera de aceptarte y conocerte.

Otros talleres dictados: Breathwork y movimiento somático con distintos enfoques, Conexión con tu cuerpo, Ayurveda y la mujer, Los Secretos de mi útero, Reconexión y poder femenino, Cuerpo consciencia y sanación.

Otras herramientas: danza, arte, meditación, movimiento y conexión con el cuerpo, sabiduría ancestral, hierbas y plantas.

***Capacidad para desarrollar talleres y conferencias en base a la necesidad u objetivo grupal.**