

Felicitaciones por tu compromiso de participar en el entrenamiento **CRESER** de **PROYECTO LIBERTAD** es el inicio de tu Entrenamiento.

Entre hoy y el momento de comenzar el entrenamiento es común que sientas miedo y dudas, sin embargo, estos sentimientos son parte del entrenamiento. Siéntete seguro, mantén tu intensidad, tu compromiso y resuelve cualquier obstáculo que se te presente.

La mayoría de la gente opina el entrenamiento de **PROYECTO LIBERTAD** entre los diez eventos más importantes de su vida.

En **CRESER** se te pedirá que traigas todas las metas y objetivos importantes en tu vida, se nutrirá de tu **COMPROMISO** e **INTENCION**, y de los demás participantes, no del **TRABAJO DEL COACH** o **DEL MATERIAL DEL ENTRENAMIENTO INCLUYENDO INSTALACIONES**.

La información y preguntas en este formulario te apoyaran a obtener el máximo valor del entrenamiento.

Es importante que tanto este formulario, así como tu pago estén completos para el primer día del entrenamiento.

Algún miembro de nuestros colaboradores se pondrá en contacto contigo para tener una conversación preparatoria al entrenamiento.

Estamos siempre a tu disposición para contestar cualquiera de tus preguntas. Por favor no dudes en contactarnos a nuestros teléfonos.

DATOS Y RECOMENDACIONES ACERCA DEL ENTRENAMIENTO CRESER DE PROYECTO LIBERTAD

ALIMENTACION Y DESCANSO.

Durante todos días del Entrenamiento, es muy importante que descanses y te alimentes adecuadamente. Durante el **CRESER** tendrás descansos de 20 a 30 min. Cada dos a cuatro horas. Asegúrate de comer bien todos los días antes de comenzar el entrenamiento. Adapta tus horarios para poder descansar bien. Todos estos ajustes **SON TU RESPONSABILIDAD**.

POR FAVOR TOMA EN CUENTA LO SIGUENTE:

CRESER ofrece un método de aprendizaje único en el cual cada participante tiene la oportunidad de examinar en forma directa aspectos claves de su vida.

A menudo, ciertos participantes sienten emociones y sensaciones que nunca han experimentado anteriormente. Para la gran mayoría esta aventura es fascinante, emocionante y positiva e implica un cierto nivel de estrés y desafío personal.

Las reacciones y vivencias son únicas y diferentes en cada individuo, por lo que **PROYECTO LIBERTAD** no puede prometer que te vas a sentir bien en todo momento del Entrenamiento. Por

ejemplo; ciertos ejercicios pueden despertar recuerdos de sucesos ocurridos en tu pasado, algunos de los cuales pueden llegar a ser incómodos y pueden producir emociones diferentes, que tú como participante aprenderás a manejar.

CRESER es un programa educacional basado en la vivencia individual y diseñada para mejorar tu efectividad personal. No es psicoterapia, terapia clínica, terapia de grupo, ni terapia de las llamadas alternativas. Sin embargo en algunos casos, podría resultar igual o de mayor beneficio que cualquiera de estas terapias antes mencionadas. Los entrenamientos de **PROYECTO LIBERTAD** no son sustitutos ni pretenden ser alternativas de la psicoterapia. Si bien estos entrenamientos son muy beneficiosos para la mayoría de los participantes, en cuanto a efectividad personal, no deben ser tomados con el objeto de resolver problemas emocionales, para los cuales normalmente, en nuestra sociedad moderna, se recomienda la terapia psicológica de forma individual, que te podrá brindar de forma particular alguno de nuestros profesionistas de la salud mental.

Los desórdenes psicológicos no son tratados dentro del Entrenamiento. Estos pueden ser tratados de forma individual si así lo requieres. En su momento también se te podrá hacer las recomendaciones correspondientes, o pertinentes.

REGLAS DE PARTICIPACION CRESEER

1. Cuide su salud.
2. Se recomienda discreción, cuide la confidencialidad de sus vivencias y la de sus compañeros.
3. Lleve completos sus materiales de trabajo.
4. Mantener apagados teléfonos y elementos que emitan sonidos, déjelos en la mesa de staff.
5. Lleve en un lugar visible su gafete.
6. Guarde silencio.
7. No esta permitida la ingestión de alimentos o bebidas dentro del salón.
8. Participe en todos los ejercicios..
9. Respete a sus compañeros.
10. Cuide las instalaciones.

El entrenador complementara y detallara estas mismas reglas.

MATERIALES DE TRABAJO

- 2 Bolígrafos tinta negra o azul
- 1 Libreta tamaño profesional nueva
- Cobija y Almohada

HORARIOS DEL ENTRENAMIENTO CRESEER

	Viernes	Sábado	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Registro	16:30hrs									
Entrada	17:00hrs	9:00hrs	9:00hrs			16:00hrs	16:00hrs	14:00hrs	10:00hrs	9:00hrs
Salida	*	*	*	**	**	*	*	*	*	19:00hrs

* Los horarios de salida, serán definidos en conjunto por el coach y la participación del grupo.

** Lunes y Martes se manejan fuera del salón de acuerdo a las instrucciones señaladas el domingo anterior.

Para que puedas sentirte mas seguro acerca de tu participación, te invitamos a que visites el siguiente enlace:

www.proyectolibertad.com/creser

FICHA DE INSCRIPCION CRESER

Fecha del Entrenamiento:

Nombre Completo:

Nombre por el cual prefiere que le llamen:

Edad:

Fecha de Nacimiento:

Ocupación:

Grado máximo de estudios:

Dirección Domicilio Completa:

Teléfono de Casa:

Teléfono de Trabajo:

Celular:
Telcel Movistar Iusacell Nextel

Correo Electrónico:

¿Quién te invito al entrenamiento?

Indique en Forma Específica tres objetivos que desea lograr para su vida a través de su participación en este entrenamiento:

Objetivo 1:

No lo he hecho porque:

Objetivo 2:

No lo he hecho porque:

Objetivo 3:

No lo he hecho porque:

De la anterior columna "No lo he hecho porque" anota abajo 3 formas contrarias (es decir el lado positivo) que se requiere de ti para alcanzar estos objetivos:

_____ , _____ y _____

Recuerda que si tienes alguna duda en esta tarea, puedes solicitar apoyo con la persona que te esta invitando a tu entrenamiento o bien en nuestros teléfonos abajo señalados.

Entrenamiento Creser

Es importante para nosotros, contar con los datos de dos Contactos diferentes en caso de emergencia, puede ser algún familiar, amigo, o quien te invito a Proyecto Libertad.

Contacto 1	Contacto 2
Nombre Completo:	Nombre Completo:
Teléfono:	Teléfono:
Celular: Telcel Movistar Iusacell Nextel	Celular: Telcel Movistar Iusacell Nextel

Cuestionario Médico

Conteste con honestidad y de forma concreta el siguiente cuestionario ya que Proyecto Libertad no se hace responsable en caso de existir omisión o falsedad de la información requerida.

1. ¿Es usted mayor de edad?
2. ¿Está usted embarazada?
3. ¿Tiene antecedentes de alguna adicción drogas alcohol o tabaquismo?
4. ¿Padece alguna enfermedad psicosomática o de origen degenerativo, asma, diabetes, cáncer, alergias, ataques epilépticos y/o afecciones cardiacas, etc.?
5. ¿Ha solicitado alguna vez algún servicio psicológico/psiquiátrico?
6. ¿Está tomando algún medicamento que altere su conducta habitual?
7. ¿Tiene algún tipo de impedimento físico (especifique)?
8. ¿Ha tenido alguna vez pérdida de conocimiento, mareos o vértigos de origen no traumático? en caso afirmativo especifique que y cuando
9. ¿Ha tenido alguna vez Crisis nerviosas? ¿Qué y cuándo?
10. Por favor relate alguna información importante para usted. Especifique cual.

VERIFICACIÓN Y CONFORMIDAD

Con mi firma al pie de la presente hago constar y ratifico que:

1. Soy mayor de 18 años. (EN CASO DE SER MENOR DE EDAD, ADJUNTAR CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS PADRES O TUTORES)
2. He leído minuciosamente este documento.
3. He comprendido todas las preguntas y especialmente todas las recomendaciones.
4. He respondido todas las preguntas honestamente.
5. Asumo mi responsabilidad de elección por mi participación en el entrenamiento.
6. Me comprometo a participar en el entrenamiento en la fecha indicada.
7. He tomado conocimiento que los pagos son intransferibles y no tienen devolución.
8. He tomado conocimiento, entendido y acepto las reglas de Participación, y en específico la de CONFIDENCIALIDAD.
9. Deslindo a Proyecto Libertad y todo su personal en caso de eventos fortuitos.

Estoy dispuesto(a) a participar en el entrenamiento en la fecha arriba señalada y estoy de acuerdo que no se me reembolsara ningún tipo de pago o depósito, salvo petición por escrito y 72 horas antes del inicio del taller en el cual me inscribí. Los pagos no se reembolsaran en ningún caso, son intransferibles y en caso que no acuda al taller, se tomara en cuenta para la próxima fecha siguiente únicamente.

Nombre

Firma