



FSE+ Fondo Social Europeo Plus



Cofinanciado por  
la Unión Europea



GOBIERNO  
DE ESPAÑA  
MINISTERIO  
DE INDUSTRIA  
Y TURISMO

**EOI** Escuela de  
organización  
industrial



Fondos Europeos



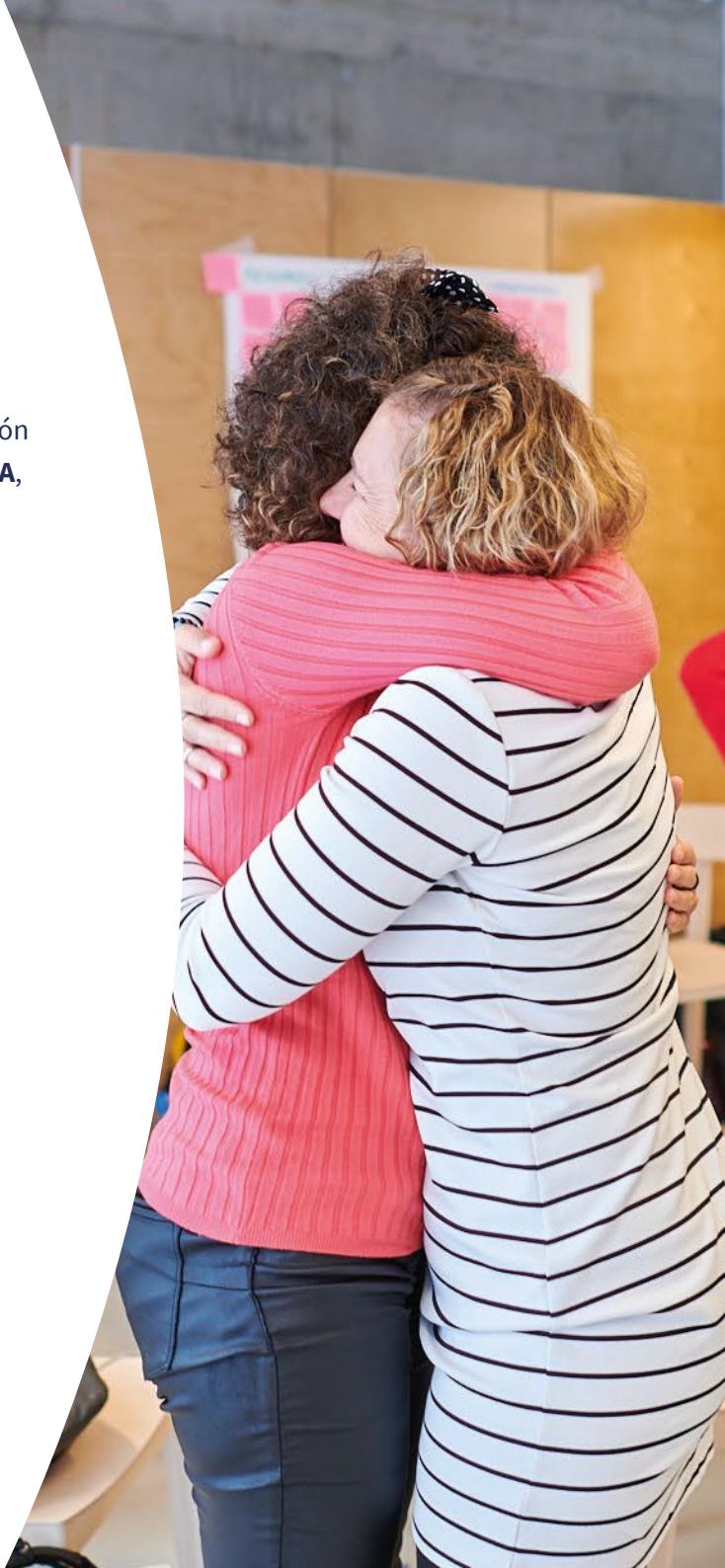
{ the  
(...break)}

# (the break)

Tras el éxito de The Break Fellowship, un programa de atracción de emprendimiento femenino a España, que consiguió atraer a nuestro país a casi 1.000 mujeres emprendedoras de toda la Unión Europea entre 2022 y 2023, se lanza en **2024 THE BREAK ESPAÑA**, gracias a la financiación del **Fondo Social Europeo+**, que ha beneficiado a 40 mujeres emprendedoras de nuestro país.

## THE BREAK ESPAÑA nace con 3 objetivos:

- 1. Aceleración de proyectos de impacto:** un viaje personalizado para crear empresas de impacto lideradas por mujeres, organizaciones más fuertes y sostenibles a través de talleres, sesiones de mentoría y validación entre pares.
- 2. Sororidad:** la comunidad The Break se basa en la colaboración y el apoyo mutuo entre mujeres.
- 3. Desarrollo territorial:** devolver está en el ADN de las Breakers. Las emprendedoras han participado en actividades de innovación abierta para resolver retos territoriales en las ciudades de Samobor y Zabok, en Croacia.





## ¿Qué recibe la emprendedora?

### FORMACIÓN Y MENTORIZACIÓN en:

- Emprendimiento y desarrollo de negocio desde el propósito
- Autocuidado y salud mental durante el proceso emprendedor
- Enfoque regenerativo
- Objetivos realistas para su negocio

### 2 SEMANAS DE EXPERIENCIA INMERSIVA EN CROACIA

Las Breakers han convivido durante 2 semanas en las localidades de Samobor y Zabok, en Croacia, donde han podido conocer de primera mano el ecosistema emprendedor de la región.

## UNIRSE A UNA COMUNIDAD DE 1.000 EMPRENDEDORAS EUROPEAS

# (the break)

## Participantes





### RevRural

Alba Gómez Aznar

Lugar: Sevilla

RevRural ofrece servicios de consultoría de Revenue Management (gestión de ingresos) a alojamientos turísticos, ubicados principalmente en zonas rurales, que necesiten mejorar su rentabilidad. Además, trata de buscar alianzas con el fin de crear un impacto positivo del turismo en la comunidad local.



### Ingoin Koop

Amaia Goyena Mediavilla

Lugar: Araba/Álava

Ingoin Koop. Elk. Txikia se dedica a la formación, diseño participativo y acompañamiento para la transformación estratégica de las organizaciones y territorios hacia la Regeneración. Nace con la intención de acompañar a las organizaciones en la adopción de estrategias integrales regenerativas y acciones innovadoras conducentes a la vida. Trabajamos con diversos marcos metodológicos, tomando la visión sistémica, la inspiración en sistemas vivos y la gobernanza dinámica como principales puntos de palanca. Con todo ello, el Método Ingoin se estructura en 3 principales ejes que reconectan el para qué, cómo y qué de las organizaciones para transformar los diferentes niveles del sistema organizacional desde lo profundo: Intención, Gobernanza e Innovación





## Amanda Inés Martínez Sánchez

Lugar: Granada

Aliviar el sufrimiento aumentando el nivel de conciencia, el auto conocimiento y la perspectiva.



## Aurora Coego Trinidad

Lugar: Pontevedra

Consultoría para proyectos de cohesión y transformación social. Ayudo a personas y organizaciones a mejorar su entorno más próximo y a participar y conocer directamente el impacto de su contribución.



## Mujeres de la luna

Ane Davila Eguren

Lugar: Gipuzkoa

Fundadora y codirectora de las cooperativas con fin social Mujeres de la Luna y Batera Aske. Mujeres de la Luna acompaña a mujeres en situación de exclusión social a traves de la formación en emprendimiento social y el diseño de experiencias inmersivas ([mujeresdelaluna.com](http://mujeresdelaluna.com)). Batera Aske diseña programas creativos de ocio y cultura para jóvenes con diversidad funcional con los objetivos de mejorar el bienestar, trabajar desde el cuerpo y crear relaciones significativas ([bateraaske.com](http://bateraaske.com)).



**Mujeres  
de la luna**



### Procurement Revolucionario

Angélica Torres Garvía

Lugar: Madrid

Servicios de consultoría y formación en *procurement* (compras).

Enseño a compradores conocimientos y herramientas de procurement para que se enfrenten con confianza a los retos diarios de su trabajo.

Impulso la sostenibilidad en cadenas de suministro a través de la consultoría para la certificación de departamentos de compras en la norma ISO 20400 de compras sostenibles y formación (presencial, telepresencial, *online* e *in-company*).

Fundadora de Procurement Revolucionario, club donde comparto información práctica sobre el mundo de compras a través de *newsletters* y *pódcast*. Autora del libro *7 claves para conocer el mundo de compras*.



### BBO

Begoña Ballester-Olmos Molins

Lugar: Valencia

bbo es una agencia de traducción especializada en traducción audiovisual, accesibilidad audiovisual (para personas sordas y ciegas), subtitulado y locución. Trabajamos con todo tipo de audiovisuales (películas, series, documentales, vídeos corporativos, *branded content*, redes sociales, publicidad...). Traducimos de y hacia todos los idiomas. Hacemos traducciones juradas de documentos legales y académicos.





## EONsea

Camila Rodrigues de Carvalho

Lugar: Sevilla



EONsea forma parte de la gran familia de la economía azul en España. Es una empresa enfocada en el desarrollo de soluciones innovadoras que ayuden a redefinir nuestra relación con el mar. Actualmente está reinventando el proceso de mantenimiento e inspección de embarcaciones, mediante el uso de ROV, de visión por computador y de inteligencia artificial. Su principal objetivo es reducir el impacto económico, social y medioambiental que tiene actualmente el mantenimiento de las embarcaciones. Para ello, se presta un servicio de inspección subacuática de embarcaciones para puertos y marinas en España. La tecnología de EONsea está en proceso de expansión hacia otras aplicaciones en infraestructuras marinas, como aerogeneradores flotantes. EONsea ha sido reconocida en prestigiosos programas de aceleración como El Cubo de Telefónica, además de ser finalista en competiciones como ActúaUPM y Al-Andalus Innovation Venture. Recientemente, Camila Rodrigues ha sido nominada a los WomenTech Network Awards en la categoría de AI & Data Science Leader of the Year y también al premio Women Startup Awards en la categoría Early Stage.



## Ristour

Carina Elizabeth Yañez

Lugar: Málaga



En Ristour Viajes, con más de 30 años de experiencia, organizamos viajes grupales transformadores para mujeres y jóvenes. Con sedes estratégicas en Argentina y España, nuestro propósito es conectar culturas y hacer de cada viaje una experiencia educativa y de impacto positivo. Apostamos por un turismo regenerativo que no solo respete, sino que beneficie y fortalezca a las comunidades locales, contribuyendo a su desarrollo sostenible. Diseñamos itinerarios únicos que priorizan la seguridad, la personalización y un profundo respeto por la sostenibilidad y la diversidad. Nos enorgullece promover la comprensión intercultural y formar líderes globales que actúan como agentes de cambio, dejando una huella positiva en los destinos que visitamos.



### Blue-jobs

Celia Murcia Lorenzo

Lugar: Barcelona

Blue-jobs aspira a ser la mayor plataforma de empleo en ciencias del mar y economía azul a nivel mundial. Su objetivo es conectar a profesionales y jóvenes graduados con empresas, organizaciones y centros de investigación, promoviendo los Objetivos de Desarrollo Sostenible en educación, sostenibilidad y economía azul. Además, Blue-jobs apoya a graduados y profesionales experimentados en el desarrollo de habilidades *soft* y *hard* para facilitar su inserción laboral.



### Deva Studio

Deva Isabel Sanmartín Sanmartín

Lugar: Ourense

Estudio de yoga *online* para mujeres.. Clases de yoga de distintos tipos (para distintos públicos). Se accede a la web con membresía. En desarrollo, tienda *online* tipo *concept store* donde encontrarás artículos de yoga y relacionados, con especial foco en productos sostenibles y fabricados en la zona (cosmética natural, cerámica, cestería y croché de artesanía, velas artesanales, aceites esenciales, etc.).

D E V A   S T U D I O



## Konexio



Diana López de Vicuña Ingunza

Lugar: Bizkaia

Konexio, donde las oportunidades y el talento konectan

Konexio significa conexión en euskera, la lengua más antigua de Europa y una de las pocas lenguas del continente sin raíces en el indoeuropeo. Estamos en Bilbao, Bizkaia, pero con una perspectiva global.

Nuestro nombre representa un compromiso sólido de crear lazos que trascienden, valorando el tiempo, la atención y la profundidad de las interacciones entre individuos.

Una conexión auténtica y genuina, una conexión consciente entre personas, permite ver el mundo desde la perspectiva del otro, no desde la tuya, y así avanzar juntos en un camino de crecimiento.

El proyecto de Konexio trata de unir profesionales de todo el mundo a oportunidades locales, ofreciendo la oportunidad de crecer juntos y acercar diferentes culturas a nuestro territorio.



## Dinamica Lingua

Lugar: Las Palmas

Como *coach* de inglés y español, en Dinamica Lingua, creemos que aprender un idioma es mucho más que memorizar vocabulario o dominar la gramática; es una vía para la autoexpresión auténtica y para crear conexiones significativas. Nos especializamos en *coaching* de español e inglés que empodera a las personas a expresarse plenamente y a integrarse profundamente en nuevas culturas. Los tres pilares del Método FCA: 1) Fluidez: priorizamos el desarrollo de la gramática, el vocabulario y las expresiones idiomáticas esenciales para las interacciones reales del día a día. 2) Confianza: creamos un entorno de aprendizaje que ayuda a los estudiantes a superar la ansiedad al hablar, permitiéndoles comunicarse con libertad. 3) Autenticidad: ayudamos a nuestros clientes a desarrollar una voz que refleje su verdadera personalidad y valores, logrando que sus habilidades lingüísticas se sientan genuinas y propias.



VA

Esther Yagüe Cacho

Lugar: Guadalajara

Mi proyecto "Tu vocación en acción" es un programa de *coaching y mentoring online* dirigido a mujeres coaches o terapeutas que quieren empezar a vivir de su vocación. A través de este programa, impulso a mis clientes a dar el primer paso con seguridad y confianza, a través de una estrategia de arranque que les proporciona la claridad necesaria para definir las bases de su negocio, ganar visibilidad en redes sociales y atraer a sus primeros clientes.



## Viajarindeando

Estíbaliz Escudero Valle

Lugar: Burgos

Viajarindeando crea y facilita espacios lúdico-educativos pensados principalmente, pero no únicamente, para familias con niños de 0 a 8 años, y espacios de bienestar y cuidado para mujeres y mujeres-mamá, a través de la creación de entornos seguros, acogedores y auténticos donde cada miembro de la familia se sienta visto, valorado y acompañado de manera holística. Las actividades están basadas en pedagogías activas, la neurociencia y la renaturalización. Algunos de los servicios destacados son: ludoteca itinerante, celebración de cumpleaños, babyshowers, talleres creativos y terapias energéticas.



## La Mochila de Timba

**Eva Hualda Mayoral**

**Lugar:** Guadalajara

Mi proyecto consiste en acompañar a la práctica de yoga a personas de mayor edad que viven en entornos rurales y coordinar experiencias en la naturaleza y viajes organizados al Camino de Santiago y a las islas Canarias para personas que viven en el entorno rural y para personas que quieran viajar en grupo porque no coincidan con familiares, amigos o pareja.



## Aetheria

**Gadea Coca Coca**

**Lugar:** Araba/Álava

Aetheria es una marca de cosmética natural y aromaterapia, enfocada en ofrecer productos innovadores y de alta calidad elaborados con ingredientes 100% naturales, garantizando su autenticidad y pureza. Mi objetivo es fomentar una transición hacia la cosmética natural, promoviendo la salud y el bienestar tanto de las personas como del medio ambiente. Aspiro a concienciar a los consumidores sobre los beneficios de los productos naturales en comparación con la cosmética convencional, ofreciendo alternativas saludables y sostenibles.





## La Raíz

Giulia Soresi

Lugar: Cádiz

La Raíz Impact Lab es una consultoría social que impulsa la transformación social acompañando a empresas y organizaciones en la medición de impacto y la creación de estrategias sostenibles. Especialistas en certificación B Corp, gestión de la Responsabilidad Social Corporativa y alineación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, nuestra misión es tejer conexiones auténticas y generar cambios significativos que dejen una huella duradera en las comunidades y el entorno.



## Irene Onaste

Irene Garrido Lozano

Lugar: Málaga



Durante mis años como profesora, integré los contenidos del currículum con mis conocimientos de trabajo energético para mis alumnos: meditación, trabajo con aromaterapia y maneras de expresión, comunicación y aprendizaje. Las experiencias de la vida me ofrecieron crear mi propio proyecto. Fue entonces cuando comencé a dedicarme a ayudar a aquellas personas (niños, jóvenes y adultos) que quisieran aprender sobre energía y utilizarla en su beneficio. Actualmente realizo sesiones privadas, guío un grupo de meditación *online* para mujeres, e imparto formaciones *online* sobre contenidos energéticos: reiki, conexión, péndulo, energías... Llevo una tienda *Online* con productos que nos ayudan a relajarnos, mejorar nuestra energía, entre los que destaca mi Oráculo Energético de la Esencias. Este proyecto está enfocado a hispanohablantes y personas de habla inglesa y francesa.



## Konductual

Isabel Alonso Triana

Lugar: Málaga



Agencia de marketing estratégico especializada en el estudio cognitivo-conductual del público objetivo.



## Troulanda

Leticia Pérez Prieto

Lugar: Pontevedra



Troulanda es un *marketplace* B2B de actividades turísticas que conecta a Agencias de Viajes y viajeros con las tradiciones, cultura y la población local, a través de las experiencias diferenciales. ¡Haz de cada escapada un viaje memorable!



## Iris Map

Laura San Leandro Pardo

Lugar: Murcia

Neón Accesibilidad es una empresa social dedicada a favorecer la inclusión social de las personas con discapacidad a través de la accesibilidad. Realizamos asesoramiento e implantación de proyectos de accesibilidad a medida para empresas e instituciones privadas o públicas. Actualmente, estamos trabajando en un nuevo proyecto que consiste en el desarrollo de una app que mejore la movilidad de las personas con discapacidad en espacios interiores por medio de guiado con realidad aumentada.





### Liuba Studio

Liuba Nosova

Lugar: Las Palmas

Taller artístico de Liuba Nosova (@liubanosova.art), especializado en la creación de pinturas, cerámicas, escultura y joyería. Liuba trabaja entre las islas Canarias y Praga, siendo Gran Canaria el lugar principal de producción.

Además de su producción artística, el taller alberga la @ClayAcademy en Las Palmas de Gran Canaria, ofreciendo cursos de cerámica para todos los niveles, residencias artísticas, programas Erasmus e intercambios culturales.

Liuba Nosova 



### BrandShaker

Lorena Pérez Pajares

Lugar: Asturias

Marcas Honestas. Convierto la honestidad de tu marca en una ventaja competitiva ✨

Tu negocio regenerativo merece brillar con luz propia. A través de BrandShaker®, un método probado de 6 pasos, transformo tu autenticidad en una marca magnética que atrae naturalmente a tus clientes ideales. Sin poses ni trucos de marketing, solo con una estrategia de marca clara y honesta que convierte tu propósito en un imán de clientes.

¿Lista para crear una marca que genere abundancia siendo genuinamente tú?



## Arte y Naturaleza

Lucía López Cobaleda

Lugar: Guadalajara

Arte y Naturaleza ofrece experiencias únicas que combinan arte, naturaleza y patrimonio cultural en la Serranía de Guadalajara, mi hogar elegido. Rutas de interpretación del paisaje, senderismo, *birdwatching*, observación astronómica, talleres de arte y naturaleza, estampación botánica, talleres de artesanía local y de expresión plástica, educación ambiental, visitas y rutas de arte, cursos de acuarela, dibujo y pintura. Obra artística. Actividades enfocadas tanto al turista como a los habitantes de la zona con el objetivo de dar a conocer, ayudar a respetar y cuidar nuestro patrimonio natural y cultural. Viviendo y sintiendo en simbiosis con la naturaleza.



Arte y naturaleza



## BÜIBRAND

María Cecilia Martín Fuchs

Lugar: Madrid

Estudio de diseño gráfico muy orientado a proyectos de *branding*, donde la clave es reforzar los valores del cliente a través de su imagen de marca. Tras 14 años como autónoma, me encuentro en un momento de crecimiento profesional y en el que estoy montando un equipo para dar forma al estudio y conseguir dar un mayor servicio.





### Expat

María Luz Vera Fernández

Lugar: Málaga



Hola Expat es una agencia de reubicación especializada en simplificar el traslado de individuos y empresas a España. Nos ubicamos en Marbella, una zona geográfica con un mercado que mueve más de 3 mil millones de euros anuales en productos y servicios a personas extranjeras. Nuestra misión es proporcionar una transición sin problemas a una nueva vida en España, ofreciendo soluciones integrales a expatriados y empresas extranjeras.

Somos una “ventanilla única” para expatriados, cubriendo todas sus necesidades en un solo lugar. Hola Expat está en las primeras etapas de desarrollo. Nuestro modelo de negocio ha sido bien recibido, inspirado en prácticas estadounidenses aún poco explotadas en España.

Nuestro objetivo es ser lo más tecnológicos posible sin perder el trato cercano con el cliente, la automatización y tecnología es lo que nos hace diferenciarnos de nuestros competidores.



### La Perra Guía

Mónica Ruiz Angona

Lugar: Madrid

La Perra Guía es una escuela de guías acompañantes. Incluye una formación *online* con 40 módulos sobre logística, *soft skills*, entregable Kit País y todo lo que un guía acompañante debe saber y no meterse en el jardín de los guías locales. Incluye una salida práctica con juego de rol entre los estudiantes/guías y viaje al final de la formación. Mentorías individuales y grupales. Acceso a bolsa de empleo. No hay competencia, la uni no te prepara para esto. El objetivo es reducir el impacto de abandono, invertir en formación de larga duración con humor y amor. Como los perros. No se pierden, ayudan, te sacan una sonrisa, lo consiguen.





## NM

Nuria Navarrete Torres

Lugar: Granada

Mi proyecto se basa en un sistema de apoyo y empoderamiento femenino mediante el *coaching* para apoyar a mujeres proporcionándoles herramientas y estrategias para alcanzar el éxito personal y profesional, a la vez que se fomenta su bienestar integral aprendiendo a gestionar el estrés y posibles situaciones que enfrenten en su día a día.



## ABordo.Pro

Patricia González García

Lugar: Girona



ABordo. Pro: la mar como herramienta de desarrollo personal, profesional y de las organizaciones.

Somos un equipo de entusiastas apasionados que creemos que podemos desarrollarnos personalmente, crear equipos altamente cohesionados y organizaciones altamente innovadoras en estrecha conexión con la mar, y especialmente con la navegación a vela. Nuestro objetivo es conectar el mundo de las empresas, las organizaciones públicas o privadas y los profesionales de cualquier sector con la mar y, especialmente, con la navegación a vela para impulsar la economía azul siguiendo el modelo de innovación de la quíntuple helix (5 helix).

Trabajamos mentorizando a grandes empresas, administración pública, líderes de equipos, emprendedores o profesionales individuales de cualquier sector y diseñamos estrategias, programas y proyectos que tienen impacto en miles de personas.



## VADA

Paula Bello Landesa

Lugar: Málaga

VADA. Nuestro compromiso es transformar la industria visual de forma responsable. Nuestra misión, empoderar a las nuevas generaciones de profesionales del arte visual mediante una formación práctica e inclusiva. Aprendizaje eficaz y conectado con la realidad del sector.

Profesionales que forman profesionales, con habilidades que potencian su curva de aprendizaje y el impacto positivo que generan en el ecosistema de un proyecto visual.

VADA: intensiva, itinerante, regenerativa. 3 disciplinas, tú eliges un curso, VADA prepara el ambiente y el espacio para compartir experiencia. Imprescindible disfrutar del trabajo para conseguir rendimiento absoluto, amortizando recursos, tiempo y energía. Conscientes de diferentes diferencias, VADA cuenta con mediadoras en accesibilidad. VADA abre la puerta para que el sector te conozca, tú decides si quieres entrar.

## Símbica

Rocío Ovalle

Lugar: A Coruña

**Símbica**



En Símbica impulsamos la colaboración en las organizaciones. Acompañamos a construir espacios comunes basados en la confianza donde las personas contribuyen con todo su potencial.

Ayudamos a alinear a las personas en torno al propósito de la organización, fomentamos una cultura colaborativa y diseñamos los sistemas de gobernanza necesarios para aumentar la eficiencia del equipo, generar bienestar sistémico y maximizar sus capacidades para transformar la realidad.

Nuestros proyectos son artesanales, hechos a medida de cada organización y sus necesidades. Entrenamientos y procesos de reflexión guiados en los que trabajamos desde la creatividad, la inteligencia colectiva y el enfoque regenerativo. Para que las personas disfruten mientras adquieren una nueva forma de ver y estar el mundo.



## Humanidad Aumentada

Salomé Herce Lerma

Lugar: Madrid

Las narrativas públicas contribuyen a conformar nuestra visión de la realidad. ¿Qué sesgos se perpetúan si nunca vemos o escuchamos en eventos públicos o en medios de comunicación a personas de colectivos invisibilizados? Para que se escuchen las voces de más personas racializadas no-blancas, migrantes, con discapacidad, del colectivo LGBTIQ+, personas mayores o del mundo rural, nace Humanidad Aumentada: un proyecto de Sacalomejor que funciona como una plataforma digital para conectar a periodistas, creadores de contenido y otros públicos con fuentes diversas, historias y experiencias de vida valiosas. Porque dar voz a lo invisible es cambiar nuestra manera de ver el mundo. ¿Y vosotras? ¿Creéis que tenéis una historia inspiradora que merezca ser contada? Por supuesto, ¡todas las historias de “breakers” son bienvenidas!

**Sacalomejor**



**SF**

Sandra Fernandez Pagerols

Lugar: León

Soy Project Manager Digital y gestione empresas y equipos digitales. También mentorizo a mujeres que quieren iniciarse en el mundo digital con sus proyectos a través de *packs* de mentorías y de un programa grupal.





### Abacus innova

Sandra Valdueza Iglesias

Lugar: León



Proyecto de innovación educativa donde entrenamos la mente de niños y adultos para desarrollar las habilidades tan importantes como son la concentración, atención, agilidad, trabajo en equipo, resolución de problemas, creatividad. A través de métodos innovadores como Lego Robotix, Ábaco Japonés y Mente Creativa: métodos diferentes entre sí y que se complementan para obtener el máximo beneficio de nuestro cerebro, el órgano clave de nuestro cuerpo. Aportamos a la sociedad el entrenamiento clave para ser más resolutivos, creativos y ágiles mentalmente. Tenemos formato extraescolar en colegios y centro propio en León, talleres, formaciones a docentes, actividades con empresas desde *team building* hasta cursos personalizados.



### Mujeres Meno

Tania Martínez San Martín

Lugar: Madrid



Mujeres Meno es una plataforma que busca redefinir el concepto de edad y bienestar de las mujeres a partir de los 40, cambiando la percepción de la menopausia y ofreciendo información clara y basada en la ciencia. Con pilares en divulgación, formación, talleres y eventos, brindamos recursos para comprender y vivir esta fase con confianza. Es un espacio de empoderamiento y conexión, donde cada mujer encuentra apoyo, herramientas prácticas y comunidad para redefinir su bienestar en esta etapa.

## Petirojo

Tania María Gallardo Sánchez

Lugar: Cádiz



Petirrojo es un *ecolodge* con Aula de la Naturaleza que pretende experimentar soluciones a problemas como la turismofobia o la adaptación al cambio climático. Para ello ofrecemos una experiencia de hospedaje turístico regenerativo donde la comodidad y el bienestar están alineados con el cuidado del medio ambiente y el equilibrio social. Los visitantes vivirán una experiencia diferente, disfrutando de unos días de descanso en unas instalaciones que generan un impacto positivo tangible y medible, aprendiendo en nuestra escuela-laboratorio distintas fórmulas replicables de vivir de forma sostenible, conociendo y conectándose con un territorio natural vivo y diverso, contribuyendo a la economía local al descubrir el talento de las personas que viven cerca de nosotros y compartiendo momentos únicos y especiales con la comunidad humana y no humana que son parte de Petirrojo.



## Tetyana Hlado Havrylchuk

Lugar: Málaga

Mi proyecto abarca la educación en la sexualidad. Acompañamos a padres y madres a abordar este tema con sus hijos de manera cercana y natural.



## JSJ Naturalmente

Virginia Ridao Collado

Lugar: Cádiz



Soy Virginia Ridao, practicante acreditada del arte japonés de Jin Shin Jyutsu, y mi misión es guiar a las personas en la restauración y armonización de su energía vital. Con Jin Shin Jyutsu, ofrezco un enfoque integral que permite transformar tanto la mente como el cuerpo de manera natural, segura y eficaz. Mi práctica ofrece múltiples beneficios, desde la recuperación de vitalidad y mejora del sueño hasta el alivio de problemas digestivos, la gestión emocional, la reducción del estrés y una relajación profunda. Me apasiona proporcionar herramientas sencillas que cada persona puede aplicar en su día a día, asumiendo un rol activo en su propio autocuidado, prevención y bienestar. Jin Shin Jyutsu es una forma de “acupuntura sin agujas” que facilita el autoconocimiento y reconecta con la sabiduría innata. Además, complementa la medicina convencional, potenciando sus efectos y minimizando efectos secundarios. Mi proyecto es una alternativa sostenible que promueve una salud integral y una vida equilibrada, plena y en sintonía con nuestra esencia interior.



## El Encuentro

Valeria Rodriguez Felgueras

Lugar: Madrid

“El Encuentro” es un proyecto de sostenibilidad turística. Es una finca de 7 hectáreas con una casa rural autosustentable, ubicada en plena Sierra de Gredos, a dos horas de Madrid. Un sitio ideal para desconectar y reconectar con la naturaleza, las personas y las estrellas. Con una capacidad de 8 personas, actualmente se ofrece para familias o parejas en busca de desconexión. La visión de El Encuentro es certificarse como Destino Starlight y convertirse en eco-glamping con servicios de alta calidad y cuidado medioambiental de primer nivel.



*Es difícil encuadrar algo de la envergadura de lo vivido en The Break en un acto racional.*

*Nos ha dado herramientas prácticas. Conocimiento. Nos ha acompañado, a mujeres que recorriamos un camino incierto en soledad en nuestra mayoría, y con un alto índice de burn out. Nos ha enseñado, nos ha hecho vernos y ver si el camino era el adecuado, si las acciones eran coherentes con él (y ahorrado esfuerzos y frustraciones estériles). Nos ha dado perspectiva, y en última instancia, no cualquier perspectiva, sino una base tan elevada que no mucha gente puede comprender.*

*No cabe más agradecimiento para un trabajo contra corriente que transforma vidas que inciden directamente en otras. Valoro la confianza ganada casi tanto como el factor humano, impecable. Asombroso. Gracias.*

Amanda Martínez

“

*El programa The Break ha cambiado mi vida personal y laboral. La sororidad, la convivencia con referentes femeninos emprendedoras que entienden por lo que estoy pasando y la formación y acompañamiento han sido esenciales para dar un giro positivo a mi momento vital y estoy muy agradecida.*

Tania Gallardo

“

*Me siento infinitamente AGRADECIDA y bendecida por haber podido formar parte de esta experiencia. Realmente me habían hablado extraordinariamente del programa, pero yo no tenía expectativas. Aun así, ha superado los comentarios de las personas que me hablaron de ello, realmente hay algo especial en este programa.*

*Me he sentido vista, escuchada, valiosa, acompañada, protegida, cuidada, aceptada y no juzgada. Me he sentido importante, en el sentido más humilde de la palabra. Me he sentido bien tratada, me he sentido como una igual con mis compañeras y por las mentoras. Eternamente agradecida.*

Estíbaliz E. Valle

“

*Participar en The Break ha sido una de las mejores experiencias de mi vida, en todos los aspectos. Principalmente me llevo la SORORIDAD (así, con mayúsculas), hasta ahora no había podido experimentarla como tal. Un grupo de 40 mujeres impulsándonos unas a las otras es uno de los mejores regalos de la vida. A nivel profesional y de emprendimiento, aparte de clarificar mi proyecto y empezar a pensar en "empresa" me siento con mucha más fuerza, más sentido de competencia, más habilidades y conocimientos y más confianza en mí misma. ¡Ah! Y mucha conexión con la alegría, lo que ha supuesto una verdadera curación para mí. GRACIAS, THE BREAK*

Aurora Coego

“



## CESIÓN DE DERECHOS DE IMAGEN

Se informa a las personas asistentes al evento The Breack España que la Fundación EOI F.S.P. puede tomar imágenes, fotografías, vídeos, vídeos con voz, material gráfico, etc. (en adelante “las imágenes”) como parte del desarrollo del mismo. Por ello, se informa de la posible utilización de esas imágenes, o parte de ellas, para comunicar esta actividad en los canales habituales de EOI. Usted puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación, portabilidad u oposición dirigiéndose a EOI a través del correo [protecciondedatos@eoи.es](mailto:protecciondedatos@eoи.es)



(the) break



**FSE+** Fondo Social Europeo Plus

# Europa se siente



Cofinanciado por  
la Unión Europea



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE INDUSTRIA  
Y TURISMO



Escuela de  
organización  
industrial



Fondos Europeos