

Eva Barajas
COACH MATERNIDAD

Modern Mums Coach

¿Quién soy?

- **Nombre:** Eva Barajas
- **Experiencia:** Más de 10 años en comunicación y marketing digital, y certificación como Coach ACC en proceso.
- **Formación:**
 - Coaching Personal y Ejecutivo (EFIC)
 - Licenciatura en humanidades
 - Posgrado en Publicidad Digital



Sobre Modern Mums

- **Descripción:** Proyecto de coaching enfocado en madres que buscan equilibrio personal y profesional.
- **Objetivo:** Apoyar a las madres modernas a gestionar el estrés, encontrar su bienestar y sentirse acompañadas en su maternidad.



Retos de la maternidad moderna

ESTRÉS Y AGOTAMIENTO

AISLAMIENTO EMOCIONAL

SENTIMIENTOS DE CULPA

PRESIÓN SOCIAL

PÉRDIDA DE IDENTIDAD

EXPECTATIVAS IRREALES

Objetivos con las clientas

Recuperar la confianza en sí mismas

Capacidad de gestionar sus vidas en equilibrio y consciencia

Priorizar el autocuidado

Servicios

**SESIONES DE COACHING
INDIVIDUALES**

RECURSOS DIGITALES

PROGRAMAS CERRADOS

TALLERES PARA EMPRESAS

Proceso de contacto

1. Formulario de contacto
2. Llamada gratuita 20'
3. Exploración sin compromiso
4. Plan de acción personalizado



Canal de Instagram

@modern_mums_coach

1

CRECIMIENTO
MENSUAL

+45%

2

TASA DE
INTERACCIÓN
MENSUAL

+480%

3

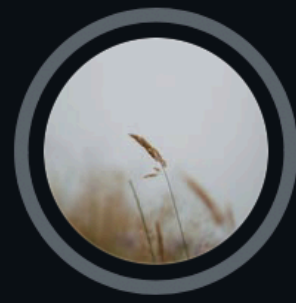
SEGUIDORES
ACTUALES

6200

4

ENFOQUE

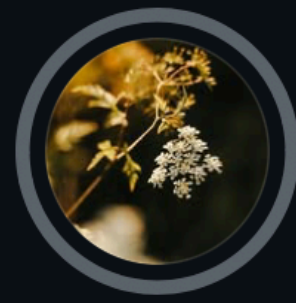
Comunidad
Canal de venta
Contenido de valor



Cientas



Formulario



Q&A



Maternidad



Programa



CÓMO LA MATERNIDAD CAMBIÓ MI VIDA

👁️ 13,2 mil

MI EXPERIENCIA COMO MAMÁ Y COACH

👁️ 1904

EL SUEÑO EN LA MATERNIDAD MUCHO MÁS QUE CANSANCIO

👁️ 15,6 mil

LAS MADRES NO NECESITAMOS CONSEJO, NECESITAMOS DESCANSO. PERO LA SOCIEDAD SE EMPENA EN DECIRNOS QUÉ HACER EN VEZ DE DARNOS UN RESPIRO.

#MODERN_MUMS_COACH

👁️ 18,2 mil

¿QUÉ PASA CUANDO NO DUERMO?

👁️ 4506

MIEDOS Y EXPECTATIVAS LA VERDAD DEL EMBARAZO

👁️ 3010

EL PRIMER HIJO ES UN MÁSTER EN DESAPRENDER

TU BEBÉ PRIMERO LA NAVIDAD DESPUÉS

**ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO**

**ENFOQUE
HOLÍSTICO Y
PRÁCTICO**

Propuesta de valor

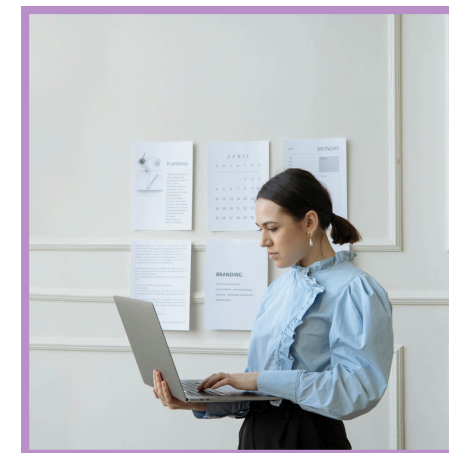
para colaboradores

**COMUNIDAD
ACTIVA Y
COMPROMETIDA**

**FLEXIBILIDAD Y
DIVERSIDAD DE
SERVICIOS**

Datos clave

- **Mercado Objetivo:** Madres que buscan equilibrio personal y profesional.
- **Sinergias Posibles:** Marcas de bienestar, talleres de formación y servicios a empresas.
- **Modelo de Negocio:** Sesiones individuales y programas online (futuros talleres y recursos digitales).



The background features several abstract, organic shapes in shades of purple and lavender. Some shapes are solid, while others are defined by thin white outlines. There are also clusters of small white circles scattered throughout the design.

¡Muchas gracias!

modernmumscoach@gmail.com

+34 669 61 11 41