



Mónica Cambra Granados



PERFIL PROFESIONAL

Persona comunicativa, amable y capaz de adaptarse a cada situación. Disfruto de las oportunidades laborales que me permiten estar en contacto con las personas y sus diferentes realidades. En mis empleos anteriores he destacado por mi capacidad para trabajar en equipo y liderar proyectos.

CONTACTO

📍 C/ del Cubo, 6 40396, Cabezuela
☎ 686678853
✉ hola@monicacambra.com
📅 15/10/1983
👤 71939459J

APTITUDES

- Autonomía
- Proactividad
- Asesoramiento individual y grupal.
- Resolución de conflictos
- Comunicación interpersonal

MÁS INFORMACIÓN

- Disponibilidad inmediata
- Carné de conducir y vehículo propio

FORMACIÓN IMPARTIDA



PUBLICIDAD SEXISTA

Charla - coloquio para explorar y comprender como se construye la idea de mujer en la publicidad a través de diferentes décadas.

- Ayuntamiento de Laguna de Contreras
- Asociación cultural de San Cristóbal
- Ayuntamiento de Venta de Baños



COMUNICACIÓN EFECTIVA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

Formación para reconocer cómo los patrones de comunicación aprendidos perpetúan dinámicas de violencia invisible. Aprenderemos a expresar necesidades, establecer límites saludables y comunicarnos desde el respeto propio, rompiendo con modelos relacionales violentos.

- Ayuntamiento de Torrecaballeros
- Ayuntamiento Carrascal del Río
- Ayuntamiento de Venta de Baños
- Ayuntamiento de Fuenterrebollo
- Ayuntamiento de Venta de Baños
- Ayuntamiento de Sebúlcór



AUTOLIDERAZGO, AUTOCUIDADO Y AUTOESTIMA

Formación dirigida a aprender herramientas de cuidado para el día a día, de modo que las personas sean conscientes de su autovalía, poniendo sus logros en valor y reduciendo el estrés que la responsabilidad de los cuidados hacia otros conlleva.

- Ayuntamiento de Cuellar
- Ayuntamiento de Fuenterrebollo
- Ayuntamiento de Cabezuela
- Ayuntamiento de Sebúlcór
- Ayuntamiento de Venta de Baños
- Ayuntamiento de Cobos de Fuentidueña



Mónica Cambra Granados



FORMACIÓN IMPARTIDA

LIDERAZGO Y SALUD EMOCIONAL

Mentoría grupal para mujeres sobre liderazgo, salud emocional, neurociencia aplicada al bienestar y comunicación asertiva.

- Escuela virtual - La Biencuidada
- Centro Alaya, Santander.
- Centro Saúco, Castro Urdiales.

REFERENTES FEMENINOS EN LA HISTORIA

Formación para la concienciación sobre el papel de la mujer a lo largo de la historia.

- Ayuntamiento de Cabezuela
- Ayuntamiento de Carrascal del Río

COMUNICACIÓN Y AUTOESTIMA ADOLESCENTES

Formación dirigida a personas adolescentes entre 14 y 17 años de la localidad para concienciar y sensibilizar sobre violencia de género, ofrecer estrategias para generar vínculos sanos, fomentar su autoestima y mejorar su comunicación interna y externa.

- Ayuntamiento de Carrascal del Río

CAPACITACIÓN PARENTAL PARA PADRES DE ADOLESCENTES

Formación sobre estrategias para afrontar la paternidad cuando los hijos son adolescentes

- ayuntamiento de Castro Urdiales

PROMOCIÓN DEL BUENTRATO

Formación para reducir el impacto generado por la violencia de género y construir relaciones basadas en el buentrato con una misma y con los demás.

- Ayuntamiento de Cuéllar
- Ayuntamiento de Carrascal del Río

MATRIARCADO

Un espacio para reflexionar sobre el impacto de nuestra cultura patriarcal y los sesgos de género convertidos en valores que nos han sido inculcados como verdades universales e inmutables.

- Ayuntamiento de Carrascal del Río

YOGA - REGULACIÓN EMOCIONAL Y REDUCCIÓN DEL ESTRÉS

Formación sobre reducción del estrés, aumento del bienestar psico - físico y regulación del sistema nervioso a través de la práctica de yoga

- Escuela de yoga, Satya. Castro Urdiales
- Centro de yoga, Crisálida. Segovia
- Escuela virtual - La Biencuidada



Mónica Cambra Granados



EXPERIENCIA LABORAL

- Formadora en habilidades socio-emocionales con perspectiva de género
FREELANCE - LA BIENCUIDADA
NOVIEMBRE 2023 - ACTUALIDAD
- Terapeuta familiar sistémica freelance
FREELANCE - LA BIENCUIDADA
ABRIL 2020 - ACTUALIDAD
- Emprendedora - Directora Ejecutiva
SATYA, ESCUELA DE YOGA, CASTRO URDIALES
OCTUBRE 2015 - ABRIL 2020
- Educadora de menores
DIPUTACIÓN DE SEGOVIA, SEGOVIA
JUNIO 2015 - AGOSTO 2015
- Educadora - Monitora
AYTO CASTRO URDIALES, CASTRO URDIALES
FEBRERO 2015 - JUNIO 2015
- Co-terapeuta supervisada.
CENTRO CEISI, MADRID
2011 - 2012
- Educadora familiar
DIPUTACIÓN DE SEGOVIA, SEGOVIA
AGOSTO 2009 - JUNIO 2012
- Educadora - Mediadora familiar
APROME P.E.F. MADRID
SEPTIEMBRE 2007 - MAYO 2008

FORMACIÓN

- 2021 - 2025
LIDERAZGO REGENERATIVO CON PERSPECTIVA DE GÉNERO
MARIANA G. ROBERTS. ONLINE.
- 2020 - 2021
SUPERVISIÓN PARA TERAPEUTAS
ESCUELA ARBOLDUO. ONLINE.
- 2010
EXPERTO EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
- 2007
CERTIFICADO DE APTITUD PEDAGÓGICA
UNIVERSIDAD DE PSICOLOGÍA DE GRANADA
- 2006
LICENCIATURA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL Y CULTURAL
UNIVERSIDAD DE FILOSOFÍA DE GRANADA
- 2004
DIPLOMADA EN EDUCACIÓN SOCIAL
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- Congreso internacional sobre trauma, resiliencia y plenitud: El trauma como neuroexperiencia. Formación online de 50 h. teóricas + 20 h. prácticas.
- Intervención con menores en riesgo
- Intervención en contextos familiares cronificados en el ámbito de la protección a la infancia
- Actuación en drogodependencias y alcoholismo juvenil
- Estrategias y técnicas de intervención con jóvenes en situación de internamiento
- Intervención grupal "una herramienta para la intervención individual, familiar y comunitaria"
- VII congreso nacional de psicoterapia familiar y de parejas en situaciones traumáticas y de crisis
- La terapia familiar de la psicosis
- Supervisión familiar
- Taller de igualdad de género
- Intervención ante la violencia interpersonal
- Actuaciones frente al maltrato familiar