



## Nuria Gomar Mirallave. (Lobsang Dölma)

### Objetivo

Mi objetivo principal es desarrollar mi carrera profesional tanto a nivel académico como laboral dentro de un ámbito que me permita también desarrollarme, realizarme y crecer personalmente, en un ambiente de trabajo de valoración, respeto y cooperación.

### Experiencia

#### **Enero 2018 – Actualmente**

NGM Salud y Bienestar. Experta y Consultora en Mindfulness Transpersonal. Profesora Lu Jong. Personal Coaching Integrativo. Trabajo como facilitadora de Yoga y Mindfulness en Torrente, sesiones individuales y grupales, sesiones particulares de Coaching Integrativo y Terapias.

Actualmente trabajando en colaboración con La Asociación de Vecinos del Vedat, Torrente.

Sesiones regulares en el Centro de Bienestar VillaVerde en Torrente.

Sesiones regulares para alumnos en Colegio Lope de Vega en Torrente.

Sustitución de clases online de Alicia Beltrán de Lu Jong.

Colaboración con ADISTO (Asociación discapacitados Torrente) en Programa de Mindfulness para familiares de alumnos de la Asociación.

Colaboración con GRUPO DAPEN en Programas Atención Plena para Empresas.

Colaboración con PEACE OF MIND en sesiones para grupos de Cheste y Valencia Ciudad. Sesiones individuales de Coaching Personal Integrativo. Charlas, Talleres y Programas de Atención Plena Y Crecimiento Personal. Colaboradora, en Retiros de Crecimiento Personal.

#### **Enero 2017 – Diciembre 2017**

NGM Mindfulness Transpersonal. Experta y Consultora en Mindfulness Transpersonal. Profesora Lu Jong. Personal Coach.

Trabajo como administrativa en Consulta médica.(hasta enero 2018)

Sesiones regulares en centros de bienestar para trabajar cuerpo y mente en atención plena mediante Mindfulness y Yoga, tanto en Torrente como en Valencia ciudad, y en Ayuntamiento de Torrente para Orientación Laboral y Empoderamiento Mujeres en

colaboración con IDEAT en un Programa de Inserción Laboral para Mujeres Víctimas de Violencia de Género. Continuación Charlas y Programas Mindfulness.

Colaboradora como Escuchante del Proyecto Te Escucho de la Escuela de Desarrollo Transpersonal.

#### **Octubre 2013 – Diciembre 2016**

En formación continua.

Diversas formaciones. Trabajo a voluntad dando Charlas y Talleres de crecimiento personal. Creación de diversos Programas de Mindfulness.

#### **Enero 2010 – Octubre 2013**

Incorporaciones a diversas oficinas bancarias de Ruralcaja-Cajamar como gestora administrativa.

Puesto de caja. Aprendizaje en cultura financiera. Aprendizaje relaciones humanas, trato con el cliente, con las personas.

#### **Septiembre 2007 – Septiembre 2009**

Incorporación al dpto. de Expansión, dentro del dpto. de Marketing, de Caja Rural del Mediterráneo, Ruralcaja, S. Coop. De Crédito.

Ayuda apertura nuevas oficinas y soporte inicial. Formación. Desarrollo y gestión campaña apertura y elementos promocionales.

Desarrollo y gestión patrocinios publicitarios de la Entidad.

### **Septiembre 2001- Septiembre 2007**

Secretaria de Dirección General en la actual Caja Rural del Mediterráneo, Ruralcaja, S. Coop. De Crédito.

Tareas administrativas, desarrollo documentos y presentaciones, agenda, teléfono, atención a otros departamentos, comunicación con otras entidades, gestión de eventos.

### **Enero 2000-Enero 2007**

Socia de la empresa SDCcreative, Soluciones en Diseño y Comunicación y puesto de responsable de Marketing y Comunicación en la misma.

Captación y atención a clientes y proveedores, comunicación, proyecto inicial de website.

### **Febrero 1999-Agosto 2001**

Incorporación a la plantilla de la anterior Caja Rural Valencia, S. Coop. De Crédito. en el dpto. de Marketing.

Desarrollo, soporte y seguimiento campañas publicitarias.

### **Junio 1998-Enero 1999**

Beca de trabajo en el dpto. de Marketing de Caja Rural Valencia.

Tareas administrativas y soporte campañas publicitarias.

### **Enero 1996–Mayo 1998**

Ene.96- Mayo.98- Continuidad en la consulta privada.

Tareas administrativas, atención pacientes.

Feb.96-Jun.96- Colaboración en asesoría de Marketing. MHC MARKETING.

Seguimiento campañas de marketing.

Abr. 96- Colaboración en el plan de comunicación para una empresa de formación, PRAGMA.

Seguimiento campañas marketing.

### **Enero 1991–Diciembre 1996**

Ene. 91- Dic.96- Continuidad en la consulta privada.

Tareas administrativas, teléfono, control pacientes.

May. 94- Encuestas y recogida de datos en colaboración con otras personas para una Junior Consulting.

Trabajo de campo a pie de calle.

Oct. 94- Expositora de la empresa Genoveva, S.A. en la FMI del mueble en Valencia.

Información productos y ventas en exposición.

Jun. 95-Jul. 95- Colaboración en asesoría fiscal /laboral. José Luis Díaz Rovira.

Trabajo administrativo grabación de datos

Oct. 95-Ene. 96- Beca de trabajo en el dpto. de Marketing en Valencia de la empresa Sanitas, S.A.

Trabajo administrativo, grabación de datos, soporte marketing regional.

## Formación

### **Desde 1989–Diciembre 1990.**

Clases particulares.

Relaciones con clientela y administración en una consulta privada.

**2022.-** Master Class Formación avanzada Profesores Lu Jong con Tulku Lobsang, NMI. Enseñanzas Filosofía Budista con Geshe Ngawang Tenpa. Enseñanzas Filosofía Budista con Geshe Lobsang Lungtok. Iniciación y práctica Vajrasattva. Comunicación No Violenta de Marshall Rosenberg por Milagros Saez. Grupo de estudio de Comprensión de Amor de Gerardo Schmedling.

**2021.-** Master Class Formación avanzada Profesores Lu Jong con Tulku Lobsang, NMI. Retiro de Silencio y Meditación en Escuela Española de Desarrollo Transpersonal. Enseñanzas Filosofía Budista con Geshe Ngawang Tenpa.

**2020.-** Retiro de Silencio y Meditación en Escuela Española de Desarrollo Transpersonal. Transmisión de Sherab Jamma de parte de Geshe Tenpa. Formación avanzada profesores Lu Jong con Tulku Lobsang, Nangten Meglan Internacional. Enseñanzas Filosofía Budista con Geshe Ngawang Tenpa.

**2019.-** Formación en Masaje Sanador Tibetano Ku Nye en Sorig Khang Valencia.

**2017-2018.-** Certificación Profesional Profesora Lu Jong Yoga Sanador Tibetano en Nangten Menlang.

Certificación Nivel I y Nivel II Registros Akashicos.

Formación básica Tantra.

**2016.-** Certificación Profesional como Consultora de Mindfulness Transpersonal en Escuela Española de Desarrollo Transpersonal y Universidad Europea de Madrid.

**2015.-** Certificación Profesional como Experta en Terapia Transpersonal en Escuela Española de Desarrollo Transpersonal.

Certificación Profesional en Chamanismo Práctico Contemporáneo en Epopteia, perteneciente a la Asociación Española de Estudios Chamánicos.

Formación Dioses y Diosas de la Mitología griega clásica según Carl Jung y Jean Shinoda Bolen.

**2014.-** Certificación Profesional como Experta en Mindfulness Transpersonal en Escuela Española de Desarrollo Transpersonal.

**2013-2014.-** Certificación Profesional como Terapeuta Gestalt, especializada en parejas en Centro Especialidades Gestálticas. Curso gestión finanzas personales Dimitri Uralov.

**Oct.2013** Certificación Profesional Reiki Usui Tibetano Nivel I.

**Oct.2009-May.2010** Certificación Profesional como Personal Coach en Iesec Human Valencia.

**2018.-** Curso Intensivo Yoga Tibetano Sanador Lu Jong.

**2017.-** Retiro Mindfulness en Escuela Desarrollo Transpersonal. Retiro Vipassana en Escuela Desarrollo Transpersonal. Enseñanza Tantra con Maestro Italiano Yoga Brusciano.

**2016.-** Enseñanza "Rigpa", naturaleza de la mente y Retiro Psicología Budista, Tulku Lama Lobsang.

**2015.-** Curso para profesionales independientes "Tu consulta a tope", por Martín Ribes y Ana Pérez. Enseñanza Iniciación Yoga Lu Jong, por Alicia Beltrán. Conferencia "El arte de amar sin apegos" de Walter Riso. Retiro Mindfulness. Enseñanza budista por Tulku Lama Lobsang.

**2014.-** Colaboración en el Centro de Especialidades Gestálticas en el Grupo de crecimiento personal "Nosotras" como coordinadora junto a Nuvia Sequera. Curso de Yoga Ne Jang, yoga sanador tibetano impartido por Dr. Nida Chenatsang. Curso de técnicas de rejuvenecimiento sanador tibetano impartido por Rinpoche Dr. Nida Chenatsang. Formación Ne Jang Yoga, enseñanza iniciación por Rinpoche Dr. Nida Chenatsang. Retiro Kalachakra, enseñanza budista impartido por Tulku Lama Lobsang. Retiro Maestro Interior, enseñanza budista por Tulku Lama Lobsang.

**2009.-** Programa de creación y consolidación de empresas. Organizado por la Cámara de Comercio de Valencia. Curso Introductorio Coaching, organizado por IESEC Valencia.

**2008.-** Curso "A través del cuerpo".- Terapeutas Gestalt.

**2007.-** Curso Master ABA Secretariado Dirección.- Iniciado.

**2004.-** Curso de Protocolo en la empresa. Organización de eventos. Organizado por la Escuela de Dirección de Empresas del Mediterráneo. Seminario práctico Secretarías y Ayudantes de Dirección. Organizado por Global Estrategias. Curso inglés intermedio empresarial y de negocios, organizado por Mangold.

**2003.-** Curso de Experto Profesional en Gestión Estratégica: Adjunto a la Dirección. Organizado por la Universidad de Educación a Distancia y el Instituto Superior de Estudios Empresariales.

**2000.-** Curso de Atención al Cliente.- Organizado por Epise.

**1999.-** Diversos seminarios propios del máster de Entidades de Crédito. Seminario sobre el poder de la comunicación organizado en el Ier congreso de la comunicación en Comunica'99. Formación sobre el euro y globalización de mercados.

**1997/98.-** Seminario sobre Marketing de servicios. Seminario RRHH. Primer premio II concurso Business game. Presentación varios proyectos de creación de negocio.

**1996.-** Primer premio del I concurso de Business game. Seminario sobre gestión de empresas comerciales minoristas.

**1995.-** Seminario sobre Comercio Internacional. Seminario sobre bolsa. Seminario sobre Marketing: estrategias de mercado.

**1994.-** Seminario sobre jornadas de operativa bursátil. Primer puesto en el concurso: Invertir en bolsa.

**1989.-** Curso especialidad de estudio Arte de Escribir.

**Oct.1998-Jun.1999** Universidad de Valencia (ADEIT) Valencia.

Master en Entidades de Crédito

Curso Superior de Publicidad Deusto.

**Oct.1991-Jun.1997 Escuela Superior Estudios Empresariales Valencia.**

5 años de licenciatura en Dirección de Empresas, con especialidad de Marketing.

**Oct.1989–Jun.1991 Facultad de Filología Valencia.**

3 años en Filología Hispánica.

**Otros conocimientos**

**Trabajos de voluntariado**, durante la Universidad y durante el año 2008, en algunas Entidades en Valencia, entre otras, Fundación Adsis-Taleia y Aixec, con tareas de apoyo tanto al personal del centro como a jóvenes. Organización durante el año 2016 de un evento en Valencia en la Facultad de Bellas Artes para un Tour de unos Monjes Budistas para dar a conocer la cultura tibetana. Colaboraciones en distintos eventos benéficos.

**Informática** (uso de los programas más utilizados en pc y mac, incluidos los correspondientes al Office de microsoft y otros de diseño, así como dominio del entorno Internet y páginas web).

**Idiomas** ( nivel medio de valenciano, nivel medio de inglés).

**Varios proyectos personales**, entre los que se incluyen un proyecto de viabilidad de una granja-escuela en Enguera, aprobado por BETA CONSULTING y CÁRITAS, estudios de mercado y páginas web, diseño y creación de logotipos y elementos publicitarios y de marketing directo. Proyecto iniciado con la Cámara de Comercio.- Centro de apoyo y desarrollo personal.

**Clases particulares** de Marketing para formación universitaria.

**Fundación y dirección de un periódico en Escuela Primaria y Secundaria.**

**Intereses**

Coincidiendo con mi objetivo expuesto, mi interés principal se basa tanto en el desarrollo profesional de mi carrera como en la formación y ampliación de mis conocimientos.

Mis aspiraciones se centran en encontrar un lugar en la sociedad mediante un puesto de trabajo que no sólo me posibilite ampliar y desarrollar los conocimientos sino que me posibilite crecer y desarrollarme en el plano personal y humano colaborando en el conjunto de la sociedad, con la misión de acompañar a otras personas en sus procesos personales.

