

# Regina

Portafolio



# Almaguer

2024

# Sobre mi

Como psicóloga especializada en terapias holísticas, mi misión es facilitar herramientas como la meditación, la respiración consciente, barras de access y otras practicas integrativas que permitan a las personas conectar con sus procesos emocionales de manera más ligera, equilibrada y positiva.

Mi enfoque principal es promover el bienestar integral a través de técnicas alternativos y personalizados. Comprometiendome en guiar a las comunidades hacia una mayor conexión consigo mismas, creando un espacio seguro para su transformación y sanación.

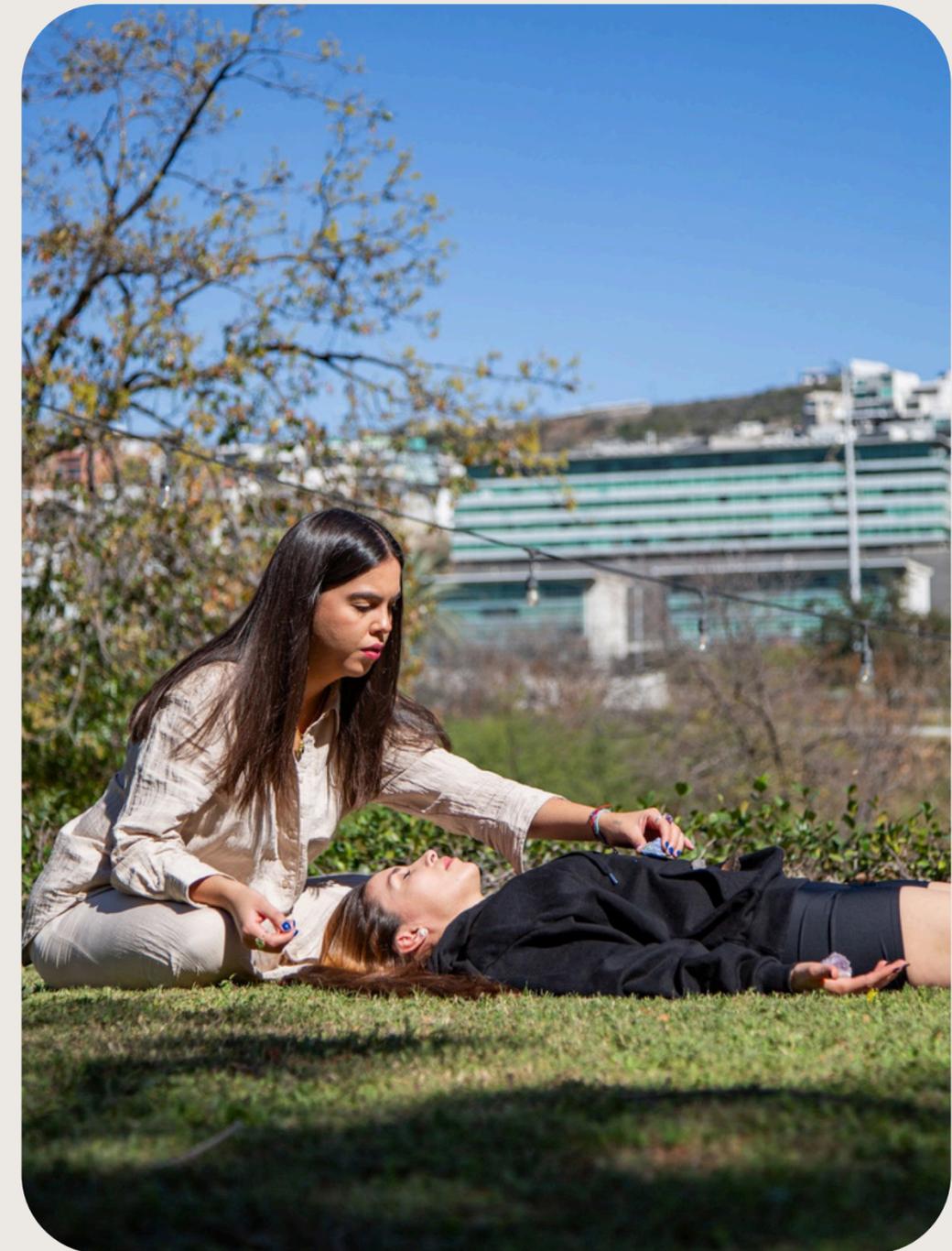
# Inner Self Center

Inner Self Center nació con la misión de ofrecer un espacio personalizado para consultas holísticas, dirigido a personas que buscan un enfoque terapéutico basado en la energía. A través de sesiones 1:1, los acompaño en su camino hacia la sanación y el autoconocimiento.

Desde 2022, he tenido el privilegio de guiar a más de 500 personas utilizando diversas técnicas holísticas, como la meditación, Reiki, Angeloterapia, Barras de Access, entre otras. Estas prácticas no solo facilitan la sanación emocional y física, sino que también permiten a las personas reconectar con su esencia, equilibrar su energía y vivir con mayor armonía.

Instagram: [@innerselfcenter](https://www.instagram.com/innerselfcenter)

Página web: [innerselfcenter.mx](https://innerselfcenter.mx)



# Inner Self Center

Estoy certificada en diversas técnicas terapéuticas, lo que me permite ofrecer un enfoque integral y personalizado para cada persona, de acuerdo con sus necesidades y objetivos individuales.

Algunas de ellas son:

- Reiki Usui
- Barras de Access
- Thetahealing Basic DNA
- Ceremonias Holísticas
- Facelift Energético
- Fundamento (Access Consciousness)
- Numerología
- Breathwork (en proceso)
- Resonance Repatterning (en proceso)



# Siendo Mi Gurú

Siendo mi Gurú nació en 2020 con la misión de compartir herramientas de autoconocimiento y crecimiento personal, enfocadas en quienes buscan profundizar su conexión interior. Desde entonces, hemos guiado a personas en su camino hacia el bienestar emocional, mental y espiritual, ayudándolas a descubrir su verdadera esencia y potenciar su desarrollo integral.

Hemos alcanzado una audiencia diversa, con especial presencia en México, Argentina, Chile y Ecuador.

Creemos en el poder de la transformación personal, y estamos comprometidos en brindar experiencias que empoderen a las personas para vivir de manera más consciente, plena y alineada con su propósito.

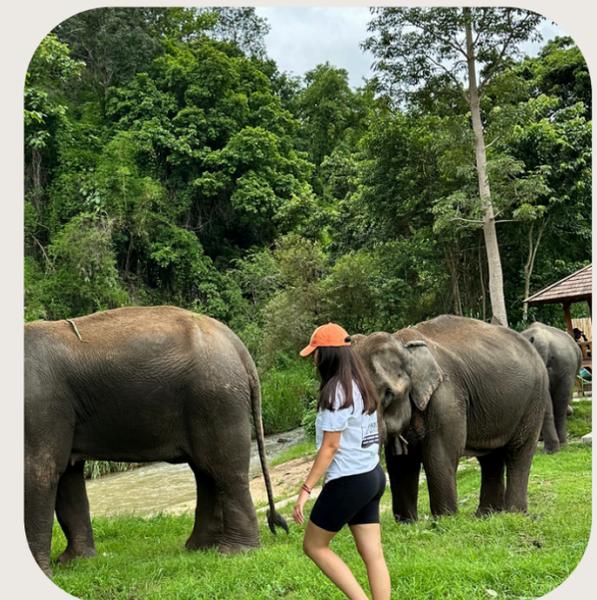
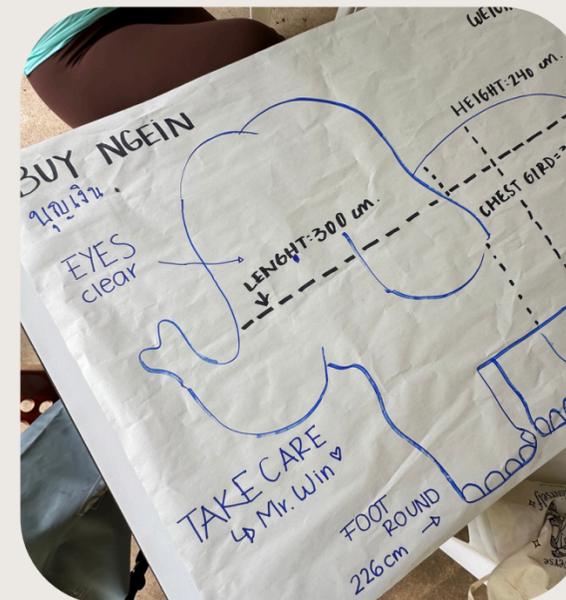
Alcance: 131k seguidores en [instagram](#)  
100k en [tiktok](#)



# Voluntariado con The Jungle Elephant Sanctuary - Tailandia

Tuve la oportunidad de ser voluntaria durante una semana en 2024 en **The Jungle Elephant Sanctuary**, una organización en Tailandia dedicada a mejorar la calidad de vida de los elefantes rescatados. Durante mi estadía, participé en actividades esenciales para su cuidado, como alimentarlos, bañarlos y supervisar su estado de salud, asegurándome de que se encontraran en óptimas condiciones.

Esta experiencia no solo me permitió conectar profundamente con estos increíbles animales, sino que también me ayudó a desarrollar una mayor conciencia sobre el impacto del cuidado y respeto hacia la fauna, reafirmando mi compromiso con el bienestar animal y la preservación de su hábitat.



# Audiolibro en Beek

"Abrazando mis heridas" es mi primer audiolibro, disponible en Beek, donde abordamos un viaje profundo hacia la sanación emocional y el autoconocimiento. A lo largo del audiolibro, exploramos las 5 heridas de la infancia (rechazo, abandono, humillación, traición e injusticia).

Cada capítulo no solo invita a la reflexión, sino que también proporciona herramientas para reconocer cómo estas heridas se manifiestan en nuestra vida diaria y cómo podemos empezar a sanarlas.

A través de este audiolibro, buscamos inspirar a los oyentes a abrazar su historia con amor y a transformar el dolor en una oportunidad para evolucionar y descubrir su verdadero potencial.

Escuchar en [beek](#)



# Conferencias

Durante la Semana de la Salud 2023 y 2024 organizada por Innova Solutions México, tuve el honor de impartir sesiones enfocadas al niño interior y sus heridas de la infancia y la importancia de que, como adultos, aprendamos a identificarlas y transformarlas.

En esta plática, compartí herramientas y reflexiones clave para entender cómo las experiencias de nuestra infancia moldean nuestra forma de relacionarnos con los demás y con nosotros mismos.

Mi objetivo fue brindar un espacio de conciencia y autocompasión, mostrando cómo el reconocimiento de estas heridas no solo permite una mayor comprensión personal, sino que también abre la puerta a un proceso de sanación y crecimiento.

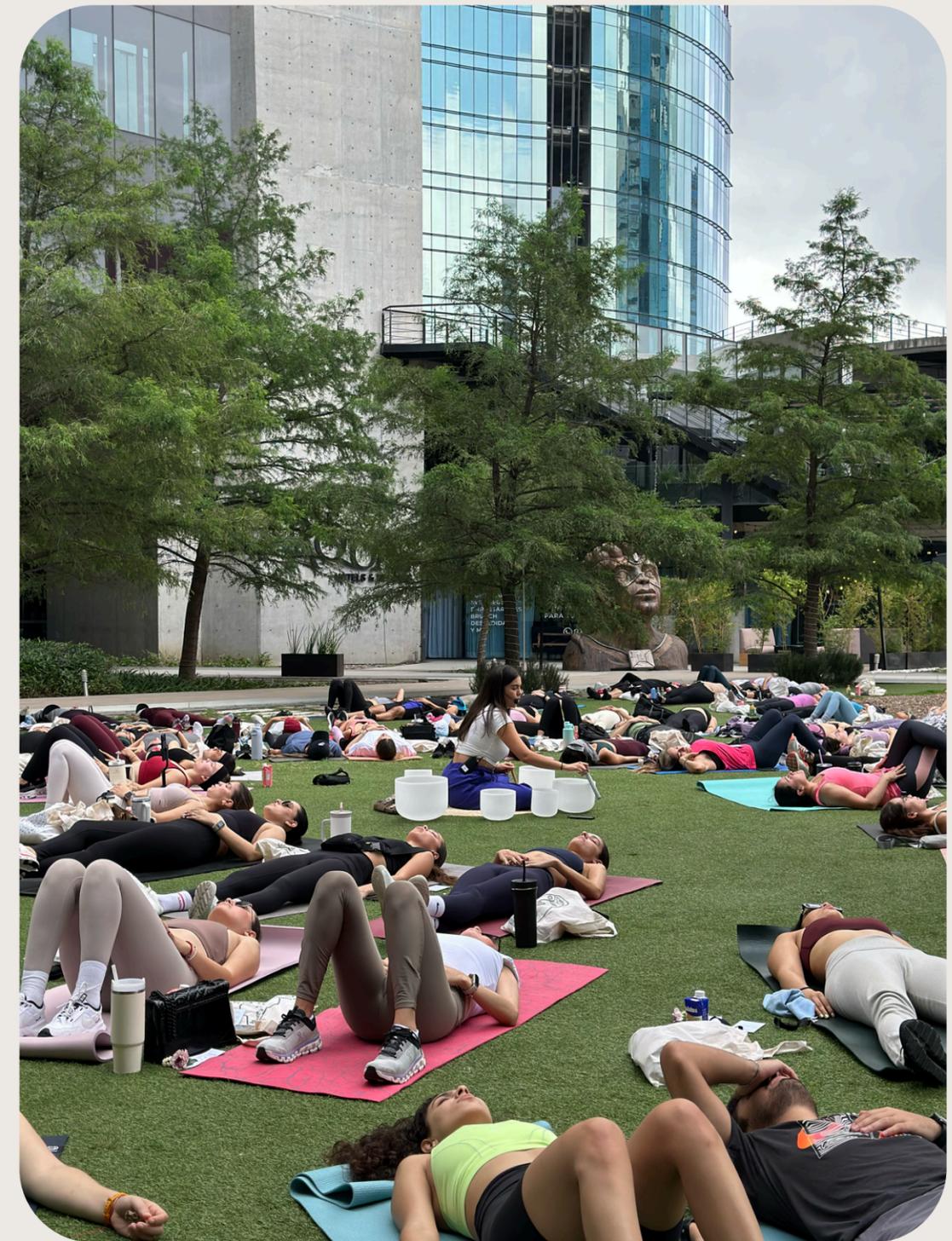


# San Pedro Parques

Desde agosto de 2024, formo parte de los maestros voluntarios de San Pedro Parques, en donde semanalmente ofrezco meditaciones con cuencos. A través de estas sesiones, mi objetivo es proporcionar un espacio accesible donde las personas puedan relajarse profundamente, reconectar con su esencia y escuchar las necesidades de su cuerpo y mente.

Cada meditación está guiada por intenciones específicas que varían semanalmente, adaptándose a las energías y necesidades del grupo, lo que permite a los participantes experimentar una amplia gama de beneficios emocionales y físicos.

Estas meditaciones contribuyen al bienestar comunitario al promover la conexión entre los participantes y la naturaleza, todo dentro del entorno revitalizante de los parques públicos de San Pedro.





# Aligning Body and Mind

Somos dos mujeres profundamente apasionadas por el crecimiento personal, y es desde esta pasión que nació Aligning. Nuestro enfoque principal es crear y facilitar espacios donde las personas puedan reconectar con su ser físico, mental y espiritual a través de una variedad de actividades diseñadas para promover el bienestar integral.

En 2024, llevamos a cabo dos eventos con gran éxito, que se centraron en proporcionar un ambiente seguro y enriquecedor para explorar el equilibrio físico, mental y espiritual.

Estamos comprometidas con seguir expandiendo esta misión más allá de los eventos abiertos al público. También creamos workshops específicos para empresas, diseñados para fomentar la consciencia sobre la importancia del equilibrio entre el bienestar mental y el entorno laboral.

Instagram: [@alignmindbody](https://www.instagram.com/alignmindbody)





# ALGUNOS DE NUESTROS ALIADOS EN ALIGNING



# iConectemos!

[LinkedIn](#)

[WhatsApp](#)

[Instagram](#)