

Episodios

Octubre 2026

Contenido

Sábado 03/10/2026 3
Líder en crisis: ego, propósito y equipo (Las 3 R's) 3
Domingo 04/10/2026 4
Cómo recuperar tu energía femenina y dejar de vivir en modo supervivencia (Mentores emprendedores) ✳ 4
Sábado 10/10/2026 5
Los chicos no pueden esperar a que la escuela cambie (Futuro en construcción) 5
Domingo 11/10/2026 6
La responsabilidad de sembrar cosas buenas (Nosotras en el café) 6
Sábado 17/10/2026 7
Si no sigues estas 9 reglas tu dinero nunca será suficiente (Maldita pobreza) 7
Domingo 18/10/2026 8
Del estrés a la calma: modular la respuesta de tu sistema nervioso (Platicando con calma) 8
Sábado 24/10/2026 9
Viajar sola por toda la Argentina (Aprender de grandes) 9
Domingo 25/10/2026 10
Viajar sola: por qué estar conmigo lo cambió todo (Calladitas no) 10
Sábado 31/10/2026 11
No eres para todos, y eso es lo mejor que te puede pasar (Auténticas y poderosas) 11
Domingo 01/11/2026 12
¿Has dejado de ser tú por miedo a ser demasiado? (META Conciencia) ✳ 12

Sábado 03/10/2026

Líder en crisis: ego, propósito y equipo (Las 3 R's)

Post 39 - 🕶️ VISIBILIDAD & LIDERAZGO
Salud emocional / Desarrollo personal

🎙️ Las 3 R's con Nathaly Marcus
📌 "Líder en crisis: ego, propósito y equipo"
👤 Con Rubén Duque
📆 14 de Diciembre del 2025
⏰ Duración: 35 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio platican sobre el verdadero origen del liderazgo: tu energía, tu propósito y tu capacidad de autocuidado. Aprende por qué el ego rompe equipos, por qué la crisis revela grietas ocultas y cómo volver a liderar desde la coherencia y no desde el agotamiento. Porque cuando un líder está cansado, desconectado o en caos… el equipo lo siente.

🖥️ Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/EsxCAQaNTEo?si=d9mQkzm-xr6bqG0x

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/las-3-r-s/episode/212865543

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/590SZEy1FwGd7SHG9nj66N?si=Omz6zb8UTZGZjrnZzjmWfg

LINK APPLE PODCAST:
🔗https://podcasts.apple.com/mx/podcast/l%C3%ADder-en-crisis-ego-prop%C3%B3sito-y-equipo-con-rube-n-duque/id1558099832?i=1000741281108

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

———————————

🖨️ Más sobre TRABAJO en https://unavidaconsol.com/tu-primer-trabajo/

Domingo 04/10/2026

Cómo recuperar tu energía femenina y dejar de vivir en modo supervivencia (Mentores emprendedores) ✳

Post 40 - 🌱 CREÉRSELA
Energía femenina / Desarrollo personal

🎙 Mentores Emprendedores con Ximena Delgado
📌 "Cómo recuperar tu energía femenina y dejar de vivir en modo supervivencia"
👤 Con Valentina Ortiz
📆 Episodio 174 - Lunes 14 de Septiembre 2026
🕓 Duración: 1 hora 35 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio platican sobre la trampa de la hiperindependencia y cómo el exceso de control puede afectar nuestro éxito, relaciones y bienestar. Sobre energía femenina y masculina, heridas familiares, pareja, maternidad, abundancia y la importancia de sanar patrones que nos llevan a creer que "podemos con todo".

💻 Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/Zu4hYgDaJWE?si=rJan9Xoa5Zz8G38P

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/mentores-emprendedores/episode/234744732

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/2PxdLeJ9iSGf2iO94pLz73?si=ziaZUlgVQlawAipgcQAslQ

LINK APPLE PODCAST:
🔗https://podcasts.apple.com/mx/podcast/174-c%C3%B3mo-recuperar-tu-energ%C3%ADa-femenina-y-dejar-de/id1671641139?i=1000789551742

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀⛅☁❄ y si es tu favorito del mes con 🌟

———————————

🗄 Más contenido en https://unavidaconsol.com/tecnologia-visibilidad-y-herramientas-para-una-vida-profesional-con-luz-propia/

Sábado 10/10/2026

Los chicos no pueden esperar a que la escuela cambie (Futuro en construcción)

Post 41 - 💼 CARRERA & DINERO
Escuela / Educación / Futuro

🎙️ Futuro en construcción con Santiago Bilinkis
📌 "Los chicos no pueden esperar a que la escuela cambie"
🗓️ 02 de Octubre del 2026
🕰️ Duración: 25 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
Lo raro es que sabemos qué hace aprender a una persona. Lo sabemos hace décadas, se probó en países muy distintos, y por primera vez tenemos con qué hacerlo en serio. Y aun así el aula sigue igual. En este episodio Santiago busca por qué.

LINK PODCAST ADDICT:
📎 https://podcastaddict.com/nosotras-en-el-cafe/episode/143418587

LINK SPOTIFY:
📎https://open.spotify.com/episode/6kgsLgD4Xt1avGsfpgA2KU?si=KfeX8LR9SyWC763OKHF-gQ

LINK APPLE PODCAST:
📎https://podcasts.apple.com/mx/podcast/los-chicos-no-pueden-esperar-a-que-la-escuela-cambie/id1467493626?i=1000792878607

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🍁
———————————

🖨️ Más sobre CURSOS en https://unavidaconsol.com/destellos-de-conocimiento/

Domingo 11/10/2026

La responsabilidad de sembrar cosas buenas (Nosotras en el café)

Post 42 - 🌱 CREÉRSELA
Gratitud / Consciencia

🎙️ Nosotras en el Café de Diana Martínez
📌 "La responsabilidad de sembrar cosas buenas"
👤 Con Silvia Aguilar
📅 20 de Noviembre de 2020
⏰ Duración: 23 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio Silvia comparte herramientas que sirven de apoyo a las personas llamadas a despertar, vivir en gratitud y en consciencia. A la par comparte clases de baile en línea y distribuye suplementos de nutrición celular. Su misión es apoyar a las personas en su bienestar integral, tanto mental, espiritual, emocional y físicamente.

LINK PODCAST ADDICT:
📎 https://podcastaddict.com/nosotras-en-el-cafe/episode/143418587

LINK SPOTIFY:
📎https://open.spotify.com/episode/1ytWnqHzYtpVJvy1Hepe2f?si=mSYVQg2pSYybMWEWeboJKg

LINK APPLE PODCAST:
📎 No disponible en Apple Podcast

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🌟

———————————

🗞️ Más contenido en https://unavidaconsol.com/tecnologia-visibilidad-y-herramientas-para-una-vida-profesional-con-luz-propia/

Sábado 17/10/2026

Si no sigues estas 9 reglas tu dinero nunca será suficiente (Maldita pobreza)

Post 43 - 💼 CARRERA & DINERO
Finanzas / Independencia / Autonomía

🎙️ Maldita Pobreza con Liliana Olivares y Jimena Gómez
📌 "Si no sigues estas 9 reglas tu dinero nunca será suficiente"
🗓️ Episodio 365 – 13 de Octubre del 2026
⏱️ Duración: 38 minutos

💡 Por qué lo recomiendo
En este episodio, Liliana Olivares y Jimena Gómez hablan de nueve reglas que pueden cambiar la manera en la que ves y usas tu dinero. No son fórmulas para volverte millonario ni consejos de gurú con Lamborghini: son principios reales para tomar mejores decisiones, dejar de perseguir una cifra imposible y definir qué significa tener suficiente para ti.

💻 Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/0X8kyDv-0rA?si=XSzKIfUMcmHXtNyp

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/maldita-pobreza/episode/242153220

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/7G0U7s2VqEtdBg37bHcN5r?si=jp062rhrQ327AOAjJ-XEhw

LINK APPLE PODCAST:
🔗 https://podcasts.apple.com/mx/podcast/365-si-no-sigues-estas-9-reglas-tu-dinero-nunca-ser%C3%A1/id1569209840?i=1000796137655

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🌟

🗞️ Más contenido en https://unavidaconsol.com/tecnologia-visibilidad-y-herramientas-para-una-vida-profesional-con-luz-propia/

Domingo 18/10/2026

Del estrés a la calma: modular la respuesta de tu sistema nervioso (Platicando con calma)

Post 44 - 🌱 CREÉRSELA
Espiritualidad / Estrés

🎙️ Platicando con Calma de Isa Casas
📌 "Del estrés a la calma: modular la respuesta de tu sistema nervioso"
🗓️ 23 de Octubre del 2025
🕰️ Duración: 42 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio Isa platica del estrés en el cuerpo: cómo se siente, cómo reconocer sus señales y cómo modularlo. La diferencia entre regular tu sistema nervioso y co-regularte con alguien/entorno, y por qué es clave ampliar tu rango entre calma y alto estrés. Cuando el sistema está regulado, mejora tu percepción: se abre tu percepción para poder interactuar con el 99% de la realidad que es imperceptible a tu 5 sentidos.

LINK PODCAST ADDICT:
🔗https://podcastaddict.com/platicando-con-calma-espiritualidad-practica-para-transformar-tu-vida/episode/209220876

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/0gh5B8U5B8i9TSyTNHNozP?si=VPiBZFzXQO-sy6hcqjW4kQ

LINK APPLE PODCAST:
🔗https://podcasts.apple.com/mx/podcast/del-estr%C3%A9s-a-la-calma-modular-la-respuesta-de/id1653924421?i=1000733143248

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🌟
———————————

🛍️ Más sobre AUTOCUIDADO en https://unavidaconsol.com/reflejos-del-alma/

Sábado 24/10/2026

✹ FIN DE SEMANA TEMATICO: VIAJAR SOLA 🤳🏞

Viajar sola por toda la Argentina (Aprender de grandes)

Post 45 - 👯 SORORIDAD & REDES
Viajar sola / Viajes / Mujer / Roadtrip

🎙 Aprender de Grandes con Gerry Garbulsky
📌 "Viajar sola por toda la Argentina"
👩 Con Marina Zavalía
📆 Episodio 232 – 17 de Septiembre del 2026
🕰 Duración: 1 hora 56 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En esta conversación nos cuentan cómo se vive eso de verdad: el lado B que no se ve en los videos, los días encerrada por el viento, las cubiertas reventadas en rutas donde no pasa nadie, la soledad y el vuelco que la obligó a redefinir qué hacer de acá en adelante.

💻 Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/pvJWBiUeh80?si=XfPq4HLfiLz7OKiQ

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/aprender-de-grandes/episode/235736457

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/1vVpDktOikzU7DEKOsK2QJ?si=HZuvmzm5RsqPzhu9Gc-CDw

LINK APPLE PODCAST:
🔗 https://podcasts.apple.com/mx/podcast/232-marina-zaval%C3%ADa-y-viajar-sola-por-toda-la-argentina/id1096749594?i=1000790411611

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀️🌤☁️❄️ y si es tu favorito del mes con ✹
———————————

🏘 Más sobre VIAJES en https://unavidaconsol.com/viajar/

Domingo 25/10/2026

Viajar sola: por qué estar conmigo lo cambió todo (Calladitas no)

Post 46 - 🌱 CREÉRSELA
Viajar sola / Viajes / Mujer

🎙️ Calladitas No con Eva Marcuschamer y Diana Cover
📌 "Viajar sola: por qué estar conmigo lo cambió todo"
🗓️ Episodio 88 - 15 de Septiembre de 2026
🕰️ Duración: 42 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio Eva nos cuenta desde el origen de este deseo —profundamente ligado al duelo por su hijo Daniel— hasta los momentos de pérdida literal en Budapest con maleta y 40 grados de calor, la carga del silencio en el Memorial del Holocausto en Berlín, y el descubrimiento de que es capaz de estar consigo misma sin pensamientos obsesivos, sin el peso del rol, sin tener que compartir nada en tiempo real.

💻 Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/WlWE3yuQtNg?si=eqt3lAJwW1W9H8lq

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/calladitas-no/episode/235171716

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/73oRMdc0QwQD12zWTX5nOC?si=eBiJ6zk-SSKI7YJpsli7QA

LINK APPLE PODCAST:
🔗https://podcasts.apple.com/mx/podcast/88-viajar-sola-por-qu%C3%A9-estar-conmigo-lo-cambi%C3%B3-todo/id1792238644?i=1000789867803

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🌟

———————————

📚 Más sobre AUTOCONOCIMIENTO en https://unavidaconsol.com/reflejos-del-alma/

Sábado 31/10/2026

No eres para todos, y eso es lo mejor que te puede pasar (Auténticas y poderosas)

Post 47 - 💼 CARRERA & DINERO
Negocio / Ventas

🎙️ Auténticas y poderosas de Mar del Cerro y Pau Moreno
📌 "No eres para todos, y eso es lo mejor que te puede pasar"
🗓️ Episodio 60 T3 - 08 de Mayo de 2025
🕰️ Duración: 17 minutos

💡 Por qué lo recomiendo:
En este episodio hablan de claridad, ventas con propósito, marketing emocional, segmentación inteligente y cómo construir un negocio rentable hablándole a quien sí te escucha, de soltar el miedo a elegir un nicho y te muestran cómo enfocar tu energía en quien realmente necesita tu mensaje.

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/autenticas-y-poderosas/episode/198070244

LINK SPOTIFY:
🔗 https://open.spotify.com/episode/2EkIWqYcwaKuxE2tHZZpZW?si=RIW5KuKvT2-KR3_C3LZUCA

LINK APPLE PODCAST:
🔗 https://podcasts.apple.com/mx/podcast/no-eres-para-todos-y-eso-es-lo-mejor-que-te-puede-pasar-l-ep60-t3/id1726200372?i=1000706806849

Reacciona con ☀️🌤️☁️❄️ y si es tu favorito del mes con 🌟

———————————

🗞️ Más sobre TRABAJO en https://unavidaconsol.com/tu-primer-trabajo/

Domingo 01/11/2026

¿Has dejado de ser tú por miedo a ser demasiado? (META Conciencia) ✳

Post 48 - 🕊 ESPIRITUALIDAD
Amor propio / Afirmaciones / 🕯 Domingo de reflexión

🎙 META Conciencia con Silvia Serrano
📌 "¿Has dejado de ser tú por miedo a ser demasiado?"
🗓 Episodio 01 - 19 de Marzo del 2024
🕰 Duración: 27 minutos

❗ Por qué lo recomiendo:
Silvia Serrano comparte una reflexión que le surgió en sesión con una de sus alumnas y que seguramente también te ha pasado: ¿cuántas veces has achicado tu voz, tu opinión o tu presencia por miedo a que te perciban como "demasiado"? En 27 minutos habla de amor propio y afirmaciones desde un lugar muy honesto — no como receta, sino como conversación entre mujeres que ya han sentido ese miedo y eligieron ser ellas de todas formas.

📺 Prefieres VIDEO.-
https://youtu.be/BcT_zxdKFkY?si=0QnBzxo1Io8iYFxd

🎧 Prefieres AUDIO.-

LINK PODCAST ADDICT:
🔗 https://podcastaddict.com/meta-conciencia/episode/173197708

LINK SPOTIFY:
🔗https://open.spotify.com/episode/0bO6TWpeAOOvEh4GCKIIeg?si=Rd3aolekRnqpj0AJTFfKkA

LINK APPLE PODCAST:
🔗 https://podcasts.apple.com/mx/podcast/has-dejado-de-ser-t%C3%BA-por-miedo-a-ser-demasiado-de/id1677219619?i=1000649690694

ES EL MISMO CONTENIDO, TÚ ELIGES CÓMO CONSUMIRLO.

Reacciona con ☀⛅☁❄ y si es tu favorito del mes con 🌟

———————————

🏘 Más sobre AUTOCONOCIMIENTO en https://unavidaconsol.com/reflejos-del-alma/