

De Correr a Parar

Podcast y Comunidad de pausa consciente



Qué es?

De Correr a Parar es un podcast y una comunidad que invitan a frenar, apagar el ruido interno y externo, y volver a lo esencial en un mundo que va demasiado rápido.

A través de conversaciones profundas y humanas, exploramos temas como:

- cuerpo y consciencia
- presencia y salud emocional
- vínculos, sentido de vida y espiritualidad

No buscamos respuestas rápidas ni fórmulas mágicas, sino espacios reales de reflexión y pausa sostenida en el tiempo.

Quiénes somos?

Somos Juanma y Rami.

Creamos De Correr a Parar como una pausa real dentro de la velocidad del mundo hoy.

No para hacer más, sino para estar más.

Creemos que cuando una persona se detiene, escucha y se habita con más consciencia, algo se ordena no solo adentro, sino también en su manera de vincularse con el mundo.

Nuestra audiencia:

Personas de 25 a 60 años que:

- Buscan bienestar, consciencia y salud integral
- Valoran la profundidad, la coherencia y la humanidad
- Se sienten saturadas del ritmo acelerado y del ruido constante
- Conectan con mensajes honestos, sin promesas vacías
- Prefieren contenido atemporal, reflexivo y con sentido

Cómo es este espacio?

En De Correr a Parar priorizamos:

- Una audiencia pequeña, pero atenta y comprometida
- Vínculos basados en la confianza y la coherencia
- Conversaciones sin apuro ni guiones comerciales
- Contenido atemporal, pensado para acompañar procesos reales
- Mensajes que invitan a reflexionar, incluso cuando incomodan

No buscamos impacto masivo inmediato, sino impacto humano y duradero.

Formas de colaboración:

No trabajamos con publicidad tradicional.

Las colaboraciones surgen desde la coherencia, el respeto y el sentido compartido.

Existen tres formas principales de acompañar el proyecto:

1. Acompañamiento consciente al podcast

Pensado para proyectos, marcas o personas que sienten afinidad con nuestros valores y desean acompañar este espacio de manera respetuosa.

Incluye:

- Mención cuidada y consciente dentro del episodio (integrada de forma natural, sin guiones comerciales)
- Posible presencia en newsletter o redes
- Modalidad flexible: por episodio, por ciclo o mensual

Ideal para quienes desean estar presentes sin invadir, acompañando conversaciones que generan consciencia y reflexión.

2. Conversaciones con sentido

Un formato de video breve (10-15 min) construido en conjunto, para compartir una mirada, experiencia o proceso que tenga verdadero valor para la audiencia.

Cómo funciona:

- El contenido se co-crea, manteniendo nuestra libertad editorial
- No es una entrevista promocional
- La persona o proyecto aparece de forma orgánica, a través de lo que comparte
- El foco está en el mensaje, no en el producto o servicio

Ideal para quienes desean dar a conocer su propuesta desde la coherencia, la experiencia y el sentido

3. Presencia visual consciente

Una forma sutil y respetuosa de acompañar el podcast a través de la presencia visual de un producto alineado con nuestros valores.

El producto aparece de manera natural durante la grabación (sobre la mesa, en el entorno), sin mención explícita ni guión comercial.

Características:

- Presencia orgánica, no invasiva
- No requiere lectura ni promoción verbal
- Integrado a la escena y al clima del encuentro
- Asociado a una experiencia real, no a un anuncio

Ideal para:

Proyectos y marcas que desean estar presentes desde lo simbólico, lo sensorial y lo coherente, acompañando un espacio de pausa, conversación y conciencia.

Solo trabajamos con productos alineados a nuestra visión y forma de habitar la vida.

Importante:

- Solo trabajamos con proyectos alineados a nuestros valores
- Cuidamos el contenido, el ritmo y la experiencia del oyente
- No hacemos publicidad invasiva ni mensajes vacíos
- Cada colaboración es evaluada de forma consciente

Encontranos en:



Contacto

Para propuestas, alianzas o colaboraciones:

Celular: (+598) 99 780 924

Email: comunidad@decorreraparar.com



"Si vivo corriendo, no estoy presente.
Y si no estoy presente, un día voy a darme cuenta
de que se me pasó la vida... y no la viví."

Gracias por tu tiempo!

Juanma y Rami