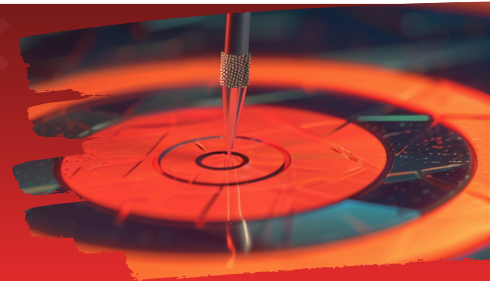


TALLER DE PROPÓSITO

Que este año si, tu propósito se
convierta en un sistema que te cuida

TALLER DE PROPÓSITO



DÍA 7 · Entorno 2.0: menos fricción, más impulso

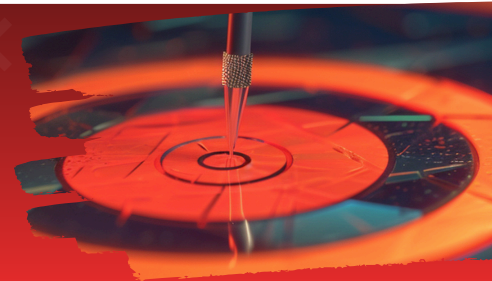
Bienvenida, bienvenido al día 7. Hoy tu espacio se vuelve cómplice. Quitaremos un freno visible y colocaremos un facilitador claro. Además, sumaremos una mirada cómplice para sentirnos acompañados sin presión.

¡Comencemos!



TALLER DE BIENESTAR

TALLER DE PROPÓSITO



Checklist express

Acción	Hecho
Quitar 1 trampa visual (notificación/objeto anzuelo)	
Colocar 1 facilitador visible (esterilla/documento/agua lista)	
Nombrar la zona con un post-it (aquí me muevo/escribo/pienso)	
Avisar a 1 persona cómplice (mensaje breve + foto/check)	

¿Cómo me sentí con esta actividad?



Antes / Después (foto mental)

Antes (qué distrae)	Después (qué empuja)

Mensaje a mi cómplice (texto breve): _____

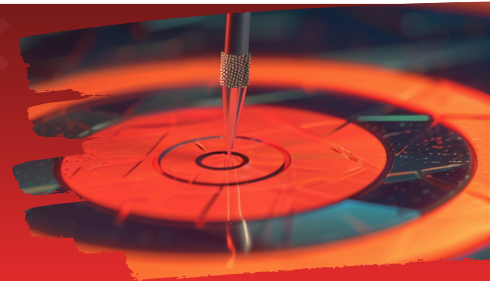
Hora prevista: __:__

¿Cómo me sentí con esta actividad?



TALLER DE BIENESTAR

TALLER DE PROPÓSITO



Sigamos conectados y conectadas con nosotros mismos y nosotras mismas, cada martes y jueves hay una dosis que te espera.



Pdf creado con cariño y en sintonía con el planeta.
Papel virtual = bosque real preservado.



¡Únete a nuestros programas y aprende técnicas y herramientas para alcanzar un bienestar pleno!

TALLER DE BIENESTAR