



AMOR Y EMOCIONES 
El bienestar emocional implica el autocuidado de tus emociones, la relajación y el manejo del estrés.

SALUD Y ACTIVIDAD CORPORAL 
El bienestar corporal se logra al realizar actividades físicas de acuerdo con tus propias habilidades y gustos.

AMIGOS Y FAMILIA 
El bienestar social busca que te sientas parte de una comunidad, involucrándote activamente.

INTELECTO | PROFESIÓN 
El bienestar intelectual permite mantener activa la creatividad y el aprendizaje constante, para aplicarlo en la vida cotidiana o en la profesión de tus sueños.

DESARROLLO PERSONAL Y ESPIRITUAL 
El bienestar personal propone el desarrollo humano, acompañado de los valores y las creencias personales.

MEDIO AMBIENTE 
El bienestar ambiental se logra al preservar los recursos naturales, para asegurar la sustentabilidad del mundo.

RECURSOS ECONÓMICOS 
El bienestar financiero invita a tener hábitos de ahorro y cuidado de los recursos económicos.

EXPERIENCIAS Y OCUPACIONES 
El bienestar ocupacional impulsa actividades que despierten tu pasión de manera personal al servicio de otros de manera voluntaria.

Para que un plan de vida sea súper efectivo es importante tomar en cuenta todas las áreas que tiene tu vida. Esta hoja está dividida para que escribas tus objetivos en cada espacio.
¡No olvides poner la fecha límite para cumplirlos!

EL PROYECTO DE VIDA

De:



AMOR Y EMOCIONES

Utiliza este diagrama para construir un proyecto de vida.
En cada área coloca aquellas metas u objetivos que te mueven en tu día a día.

INTELECTO

SALUD Y ACTIVIDAD CORPORAL



AMIGOS Y FAMILIA



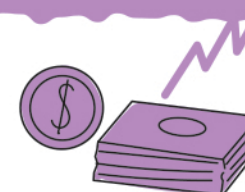
PROFESIONAL



DESARROLLO PERSONAL Y ESPIRITUAL



RECURSOS ECONÓMICOS



EXPERIENCIAS Y OCUPACIONES



MEDIO AMBIENTE



REDUCIR | RECICLAR | REUTILIZAR

