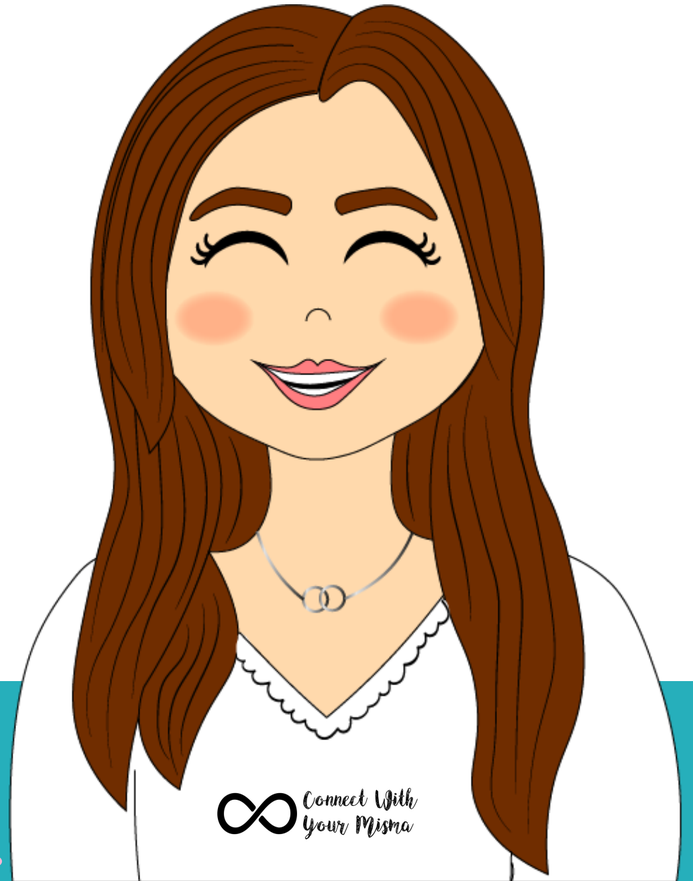
Conectando con Misma

CALENDARIO 2022



¡Hola!

Feliz año 2022!

Te invito a comenzar este viaje de 365 días utilizando la herramienta del Calendario de Connect With Your Misma. Aquí aparte de planificar tus días e incluir fechas importantes, podrás establecer tus metas y llevar contabilidad de tus logros. Además te estoy incluyendo actividades especiales a realizar distintos días del mes para romper con la rutina diaria y citas motivacionales.

Imprímelo o utilízalo en tu tableta. Es mi regalo para ti y va cargado de amor y buenas vibras.

Comparte tu progreso y "taguéanos" en las redes sociales.

Que tengas un 2022 lleno de bendiciones, alegrías, metas cumplidas y amor propio.

Un abrazo,

Misma

Planifica tu 2022: Establece a dónde estás en cada una de estas áreas. Sé descriptivo y circula las palabras que más te resuenan.

CUERPO|FÍSICO

MENTE

CORAZÓN | EMOCIONES

ESPIRITUALIDAD

CASA| ENTORNO

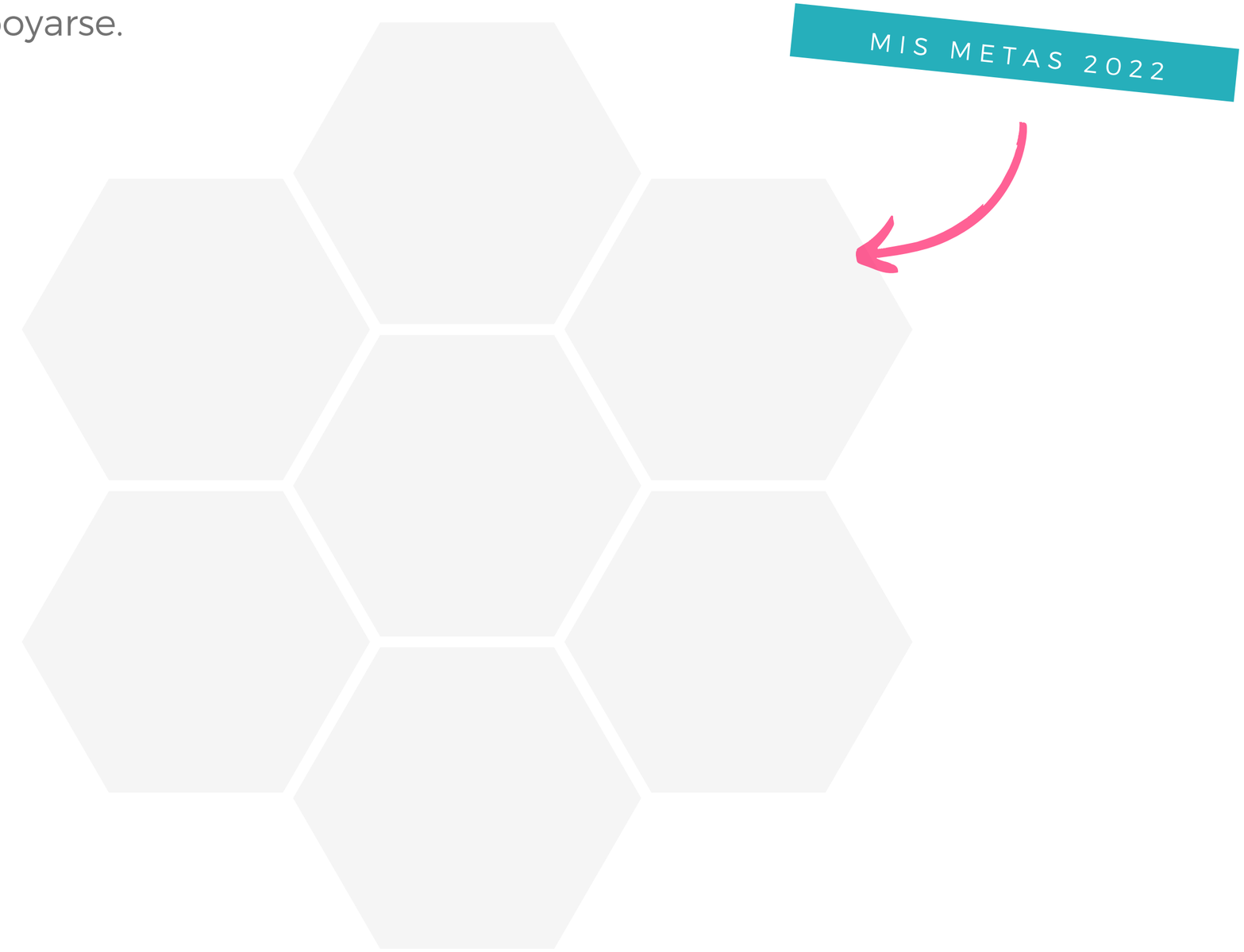
ECONÓMICO | FINANZAS

CARRERA PROFESIONAL

PROPÓSITO | SENTIDO

RELACIONES INTERPERSONALES

Escoge las áreas donde quieres enfocarte. Establece una meta principal en cada área y mantén tu enfoque en ella por al menos 30 días. Planifica tu estrategia para mantenerte enfocado. Cuéntale a un amigo y comiencen a apoyarse.



2022 Enero

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
						1 Año Nuevo
2	3	4	5 Día de Reyes	6	7	8
9 Tus metas ready	10	11	12	13 Escucha tu corazón	14	15
16	17 Martin Luther King Jr.	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27 Jáyate bella.	28	29
30 Celébrate	31					

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Deja de anclarte en aquello que no te hace bien." Misma

Connect With Your Misma

2022 Febrero

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1 Valórate	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11 Deja el lloriparty	12
13	14 San Valentín	15 Día de los Presidentes	16	17	18	19
20	21	22	23	24 Escríbete una nota positiva	25	26
27	28 Sé paciente.					

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Cuando alguien se ama se nota. Cuando no, también. Trabaja tu amor propio." Misma

Connect With Your Misma

2022 Marzo

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1 Haz algo divertido	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11 Agradece	12
13	14 Prémiate por tus logros	15	16	17 San Patricio	18	19 Dona a los necesitados
20	21	22	23	24 Suelta las cargas	25	26
27	28 Da un paseo	29	30	31		

Tareas

- ★ _____
- ★ _____
- ★ _____
- ★ _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Deja de negociar lo que es importante para ti." Misma

2022 Abril

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1 Mímate	2
3	4	5	6	7 Recuerda la Planilla Vevé	8	9
10	11	12	13	14	15 Viernes Santo	16
17 Pascua	18	19	20	21 No te preocupes	22 Cuida el planeta	23
24	25	26	27 Eres más que suficiente	28	29	30

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Es una fortuna tenerte a ti misma(o). No te abandones." Misma

Connect With Your Misma

2022 Mayo

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1	2	3 Cree en ti	4	5	6	7
8 Día de las Madres	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18 Cuenta tus bendiciones	19	20 Felicitaciones Graduandos	21
22 Sal a caminar	23	24	25	26	27 Pela ese diente	28
29	30 Día de la Recordación	31				

Tareas

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Logros

- ☐
- ☐
- ☐

"Tu pasado no te define. Hay mucho que puedes lograr." Misma

Connect With Your Misma

2022 Junio

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1 Recuerda tu meta	2	3	4
5	6 Eres bendecido(a)	7	8	9	10	11
12	13	14 Vive Cargo	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24 Cuida tu salud	25
26 Dona Sangre	27	28	29 Pa' fuera la tristeza	30		

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Aprende a estar bien sin tener que justificarte por todo." Misma

2022 Julio

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1 No te compliques la vida	2
3	4 Independencia de USA	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14 Hàblate bonito	15	16
17 Valora a nuestros viejos	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28 Hoy no te quejes	29	30
31 Conecta contigo						

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Quédate donde sientas que amarte no es difícil." Misma

Connect With Your Misma

2022 Agosto

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1 Sé leal a tus sueños	2	3	4	5	6
7	8	9	10 Regreso a la escuela	11	12	13
14 Perdónate	15	16	17	18 Ama tu cuerpo	19	20
21	22	23	24	25	26	27 Lee un libro.
28	29 Comparte con tus amistades	30	31			

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Hasta el momento has sobrevivido tus peores días. No te subestimes." Misma

2022 Septiembre

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
				1	2 Ríete de ti.	3
4	5 Día del Trabajo	6	7	8	9	10 Piensa positivo
11	12	13	14	15 Todo pasa.	16	17
18	19	20 Actitud: Dándolo TODO.	21	22	23	24
25 Escríbete una carta	26	27	28	29	30 ¿Qué aprendiste hoy?	

Tareas

- ★ _____
- ★ _____
- ★ _____
- ★ _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Quizás ese caos que te rodea te está invitando a crecer." Misma

2022 Octubre

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
						1 Mes de prevención de Cáncer de Seno
2	3 Cero pensamientos negativos	4	5	6	7	8
9	10	11	12 Descubrimiento de América	13	14	15
16 Cuida tu salud	17	18	19	20	21 Brinda por ti.	22
23	24	25 Haz una buena obra.	26	27	28	29
30	31 Disfruta					

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

_____

_____

_____

"Tu voz importa. Escúchate. " Misma

Connect With Your Misma

2022 Noviembre

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	2 ¿Qué te falta?	3	4	5
6	7 Cómete el postre!	8	9	10	11 Día del Veterano	12
13	14	15	16 Agradece a alguien que haya hecho la diferencia este año	17	18	19
20	21	22	23	24 Acción de Gracias	25 Raspa esa tarjeta!	26
27 Agradécete todo lo que has hecho	28	29	30			

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Cuando dicen que soy demasiado, les doy la razón." Misma

Connect With Your Misma

2022 Diciembre

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
				1 Haz inventario de tu año	2	3
4	5 Deja de lamentarte por el pasado.	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16 Llévate de paseo	17
18	19	20 Recuerda tu regalo de ti para ti.	21	22	23	24
25 Es Navidad	26	27	28 Deja los reproches	29	30	31 Bye, Bye 2022

Tareas

- _____
- _____
- _____
- _____

Logros

- _____
- _____
- _____

"Tu voz importa. Escúchate. " Misma

Connect With Your Misma

El Árbol de Agradecimientos

Haz un listado de tus bendiciones de este año. Utiliza hojas de papel adicionales para este ejercicio. Nada es pequeño.

Piensa en un árbol en el que sus hojas son tus bendiciones.

Reflexiones Finales: Haz un resumen de tu año. ¿Qué te llevas? ¿Qué agradeces? ¿Qué dejas ir? ¿Qué aprendiste? ¿Qué puedes continuar trabajando? ¿Qué tiene diferente la persona que comenzó este año a la que termina? Describe todo. Llévate todo el aprendizaje y suelta todo lo que no te es ùtil.

REFLEXIONES

Camina con los pies en la tierra y el alma liviana.

MISMA

Connect With Your Misma

www.connectwithyourmisma.com

2021® All Rights Reserved to Connect With Your Misma