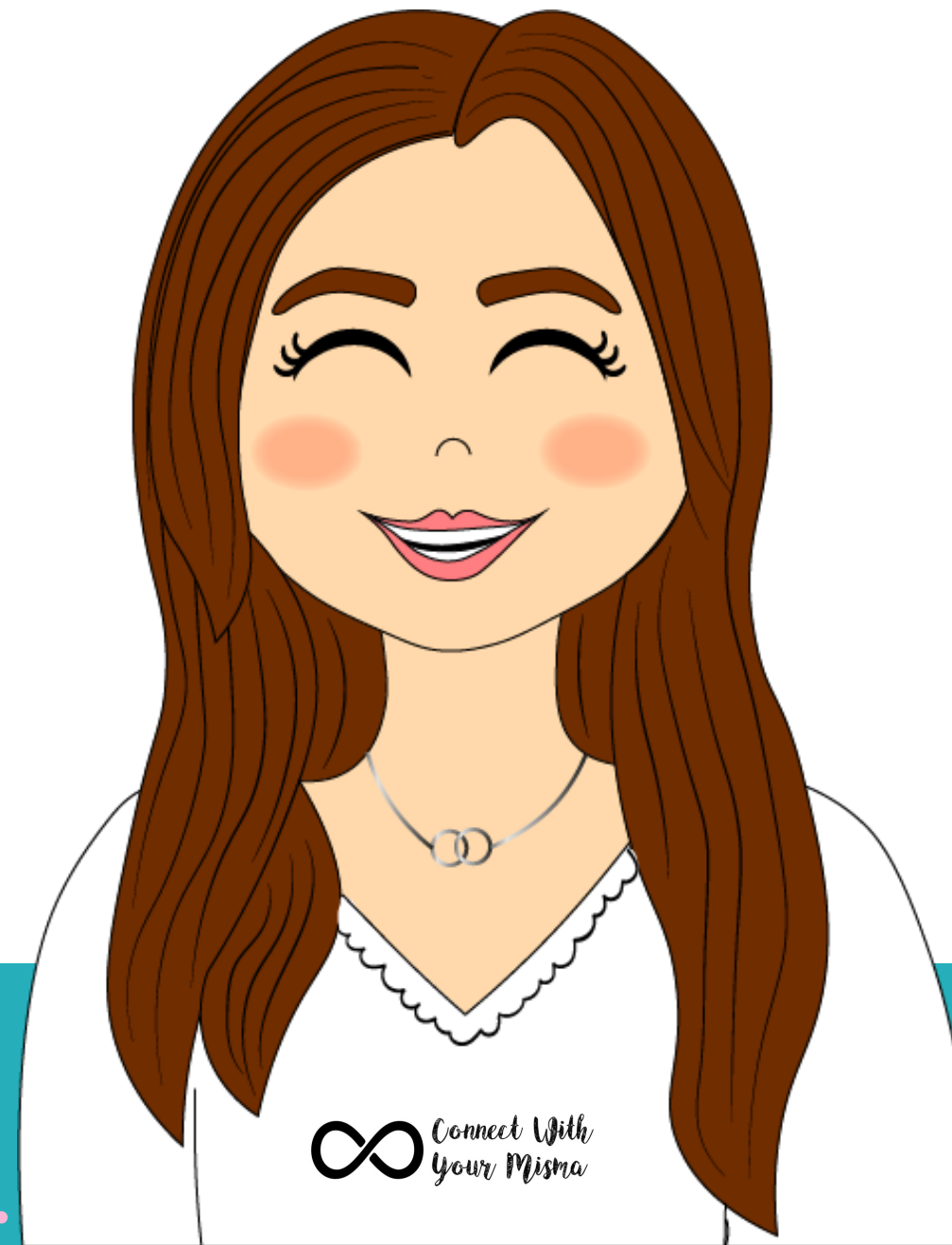


Conectando con Misma

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

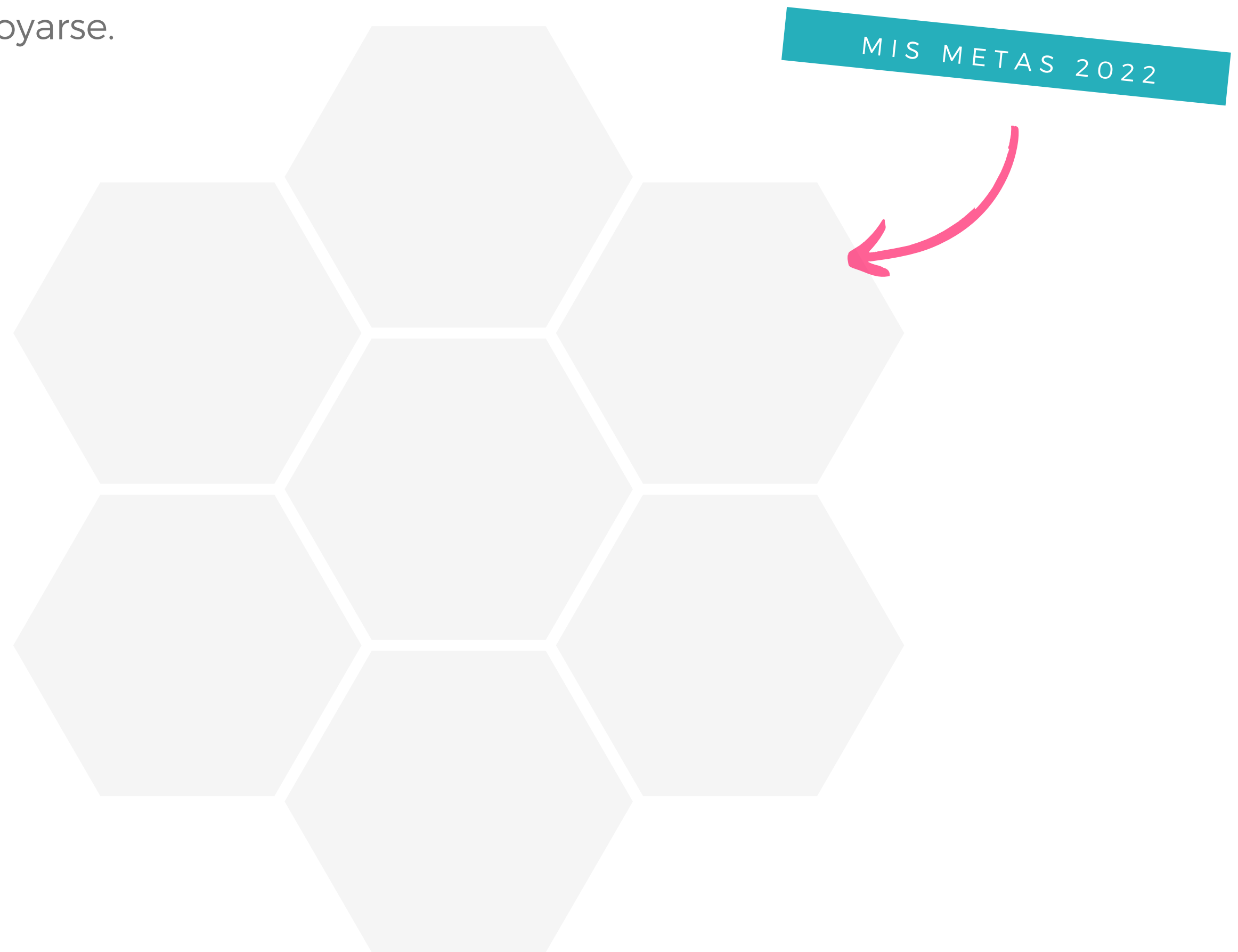
ECONÓMICO | FINANZAS

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.




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	18	19	20	21	22
	Martin Luther King Jr.					
23	24	25	26	 27 Jáyate bella.	28	29
 30 Celebráte	31					

Tareas

 _____
 _____
 _____
 _____

Logros

 _____
 _____
 _____

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





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	2	
3	4	5	6	 7	8	9	
10	11	12	13	14	 15	16	
 17	18	19	20	 21	 22	23	
Pascua	24	25	 26	27	28	29	30
			Eres más que suficiente				

Tareas









Logros







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

∞ Connect With Your Misma



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



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  Vive Carajo	14	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

∞ Connect With your Misma



2022

Julio

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1 	2
3	4  Independencia de USA	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14  Háblate 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









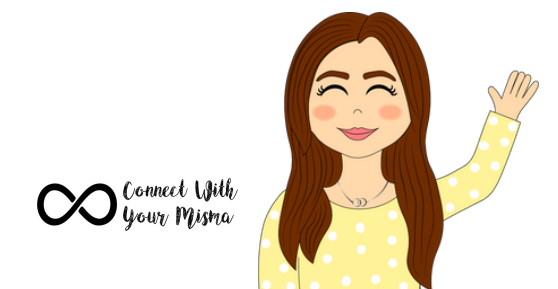
Logros











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






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









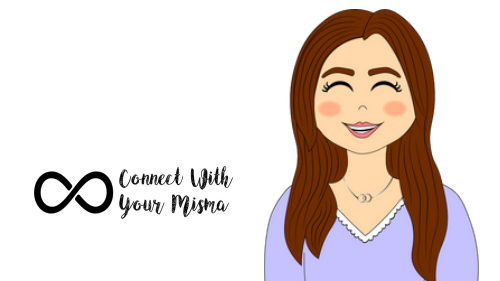
Logros







"Tu voz importa. Escúchate." Misma



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	 2 ¿Qué te falta?	3	4	5
6	 7 Cómete el postre!	8	9	10	11	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






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

 _____
 _____
 _____



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 útil.

REFLEXIONES



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

MISMA



www.connectwithyourmisma.com