

Karina Gadea Salguera
Coach en Sintonía con TU Desarrollo Integral!



www.karinagadeasalguera.com



karina.gadea@icloud.com



Karina Gadea



@Karina_Gadea



Karina Gadea



Coach en sintonía con tu Desarrollo Integral



Enero 2016



¿Cuál es mi meta este año?, ¿logrado?, ¿que me falta?, ¿con qué otras acciones puedo reforzar el camino al logro de mi meta?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30	31	1 Planteo mi meta del 2016. Empiezo el camino...	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16 Monitoreo mi avance.	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31 Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.

Anotaciones: _____



Febrero 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13 <i>Monitoreo mi avance.</i>	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>
29	1	2	3	4	5	6

Toda persona tiene derecho a accionar cada segundo de su vida para alcanzar su sueño, acciona por el tuyo!, si necesitas ayuda sabes dónde me encuentras!



Marzo 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
29	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16 <i>Monitoreo mi avance.</i>	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31 <i>Evaluo el camino al camino hacia mi meta. Hago ajustes.</i>	1	2	3

Aunque sientas que estás a punto de dejar de accionar por tu sueño...recuerda que todo es posible si crees...así que cree en tí y en tu sueño...vas a lograrlo!



Abril 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13 <i>Monitoreo mi avance.</i>	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>	29	30	1

¿Estoy alcanzando mi meta?. Repite todos los días <Yo Si puedo, estoy haciendo mi camino cada día...soy muy buena> logrando mi sueño...?



Mayo 2016

-SER EXITOSO-
no te asegura
La felicidad
pero la felicidad
te da más
posibilidades de
éxito.
(se feliz)

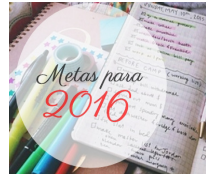
Feliz Gratis.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16 <i>Monitoreo mi avance.</i>	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28 <i>Evaluo el camino al camino hacia mi meta. Hago ajustes</i>	29
30	31	1	2	3	4	5

La vida te pone muchas personas que pueden sumarse a tu causa, aprovecha a las personas que te aman y quieren ayudarte a lograr ese cambio...pide apoyo para que monitoreen tus logros y te ayuden a motivarte cada día.



Junio 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15 <i>Monitoreo mi avance. Reviso el camino. y ajusto.</i>	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29 <i>Evaluo el camino al camino hacia mi meta. Hago ajustes</i>	30	1	2	3

¿Estoy alcanzando mi meta?, ¿qué he logrado?, ¿qué me falta?, ¿con qué otras acciones puedo reforzar el camino al logro de mi meta?



Julio 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13 <i>Monitoreo mi avance.</i>	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>	29	30	31

Recuerda que si un camino trazado a tu sueño no funciona, debes replantearte otros caminos que te ayuden a lograrlo...inventa caminos donde no existen todavía!!



Agosto 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13 <i>Monitoreo mi avance.</i>	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>
29	30	31	1	2	3	4

De manera continua piensa positivamente en el logro de tu meta...si te dicen que no lo lograrás...preocúpate por mostrarte a ti...que sí puedes!...?



Septiembre 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14 <i>Monitoreo mi avance.</i>	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>	29	30	1	2

Enfócate en lograr tu meta...tu sueño. Disfruta el aquí y el ahora...ama la vida, goza de cada ser que te acompaña en el camino a tu sueño...perdona y sé feliz!



Octubre 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14 <i>Monitoreo mi avance.</i>	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta. Hago ajustes necesarios.</i>	29	30

¿Estoy alcanzando mi meta?, ¿qué he logrado?, ¿qué me falta?, ¿con qué otras acciones puedo reforzar el camino al logro de mi meta?



Noviembre 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16 <i>Monitoreo mi avance.</i>	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30 <i>Evaluo el camino al camino hacia mi meta. Concretando mi meta.</i>	31	1	2	3

De seguro estás ya a un 99.9% de cumplir tu meta, en todo caso recuerda siempre de continuar en tu lucha...la lucha que vale la pena...El camino hacia tu sueño!



Diciembre 2016



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14 <i>Reviso el cumplimiento de mi Plan de metas 2016.</i>	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28 <i>Evalúo el proceso hacia mi meta.</i>	29	30	31	1

Una persona como tú merece lograr sus metas, alcanzar su Sueño...Te invito a soñar cada día...eso te ayudará a vivir con un propósito... el tuyo!

Karina Gadea Salguera
Coach en Sintonía con TU Desarrollo Integral



Pendiente que continuaré facilitando información y herramientas para TU Desarrollo Integral.

A unos días del Taller de Planificación del Camino al logro de **TUS METAS** 2016.