

# MEU DESTINO



SONHOS COM DATAS = DESTINO

**2018**



TÔ FELIZ DA VIDA

# MEUS OBJETIVOS 2018



OBJETIVO 1	DATA
OBJETIVO 2	DATA
OBJETIVO 3	DATA
OBJETIVO 4	DATA

# MINHAS AÇÕES



TÔ FELIZ DA VIDA

OBJETIVO 1: meta, submetas e tarefas

OBJETIVO 2: meta, submetas e tarefas

OBJETIVO 3: meta, submetas e tarefas

OBJETIVO 4: meta, submetas e tarefas

# MINHAS AÇÕES



- Pode criar um painel gigante, com as submetas e tarefas
- Pode colar ilustrações (ajudam na visualização)
- Pode acrescentar suas próprias palavras de automotivação



#tofelizdavida

TÔ FELIZ DA VIDA

# LEMBRETES DIÁRIOS

1. Faço isso todos os dias porque sou SINCERO, sou COMPROMETIDO, sou DEDICADO, estou MOTIVADO e sei da necessidade intrínseca do cumprimento das metas, submetas e todas as TAREFAS para fazer os GOLS.
2. Mesmo que encontre algum grau de dificuldade, a curva é ascendente!
3. Para ter alta PERFORMANCE:
  - a. Me ALIMENTO bem todos os dias
  - b. DURMO bem todos os dias
  - c. Faço MEDITAÇÃO todos os dias
  - d. Pratico EXERCÍCIO FÍSICO todos os dias
  - e. VISUALIZO com EMOÇÃO e SENTIMENTOS as minhas metas
  - f. Sou POSITIVISTA
  - g. Sou ALEGRIA todos os dias
  - h. Sou GRATIDÃO todo momento



#tofelizdavida

TÔ FELIZ DA VIDA

# Outras AÇÕES



- ★ Elogie—se a cada pequena conquista!
- ★ Se for necessário, faça revisão e/ou ajustes
- ★ Não se importe com opiniões alheias
- ★ acredite em si mesmo!

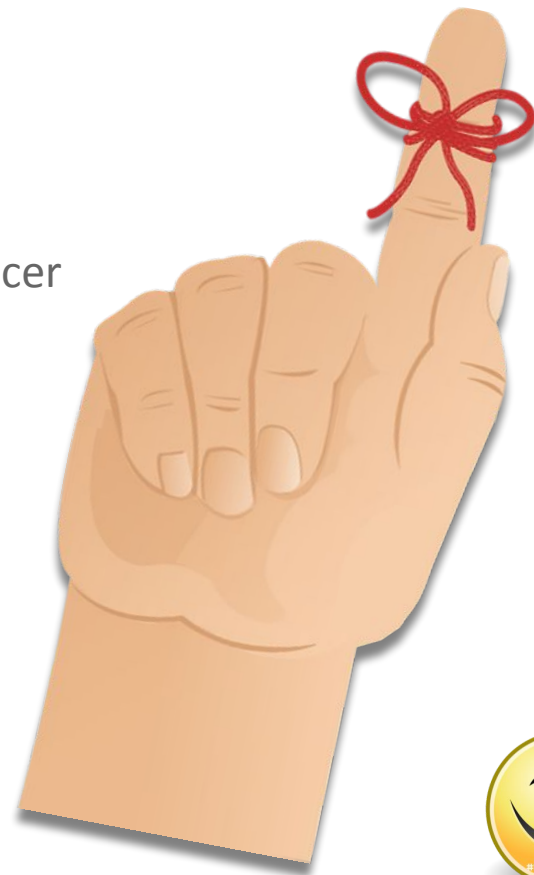


#tofelizdavid

TÔ FELIZ DA VIDA

# MANTRAS

1. Sou feliz
2. Valorizo-me em primeiro lugar
3. Convivo com pessoas que me inspiram e me fazem crescer
4. Meu lema é “há para todos”, inclusive para mim
5. Eu me amo
6. Sou focado
7. Sou determinado
8. Sou produtivo
9. Sou próspero
10. Sou disciplinado



# Cole na Parede

"Mantenha seus pensamentos positivos, porque seus pensamentos tornam-se suas palavras.

Mantenha suas palavras positivas, porque suas palavras tornam-se suas atitudes.

Mantenha suas atitudes positivas, porque suas atitudes tornam-se seus hábitos.

Mantenha seus hábitos positivos, porque seus hábitos tornam-se seus valores.

Mantenha seus valores positivos, porque seus valores...

Tornam-se seu destino."

— Mahatma Gandhi —



#tofelizdavida

TÔ FELIZ DA VIDA