





PROYECTO DESARROLLO HUMANO Y SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL

Jóvenes y Desarrollo-España





Proyecto de Vida

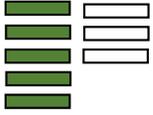
Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes

Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

- Cerrar ciclos
- Motivación y hábitos
- Definiendo acciones



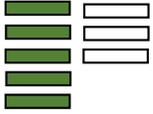


Sesión #1 = FOCO
Sesión #2 = CREENCIAS
Sesión #3 = MI SUEÑO

Resumen sesión #4 **= MI POTENCIAL**

- Causa-efecto
- La autoestima - ego
- Definiendo mi potencial
- Deseo aprender





Qué nos espera en esta sesión #5 = ACCIÓN

- Mis ciclos abiertos ✓
- Cómo cerrarlos ✓
- Automotivación y hábitos ✓
- Definiendo acciones ✓
- Cuaderno Proyecto de Vida ✓
- TAREA FINAL como participante





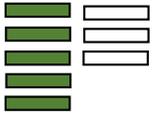
Proyecto de Vida

Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

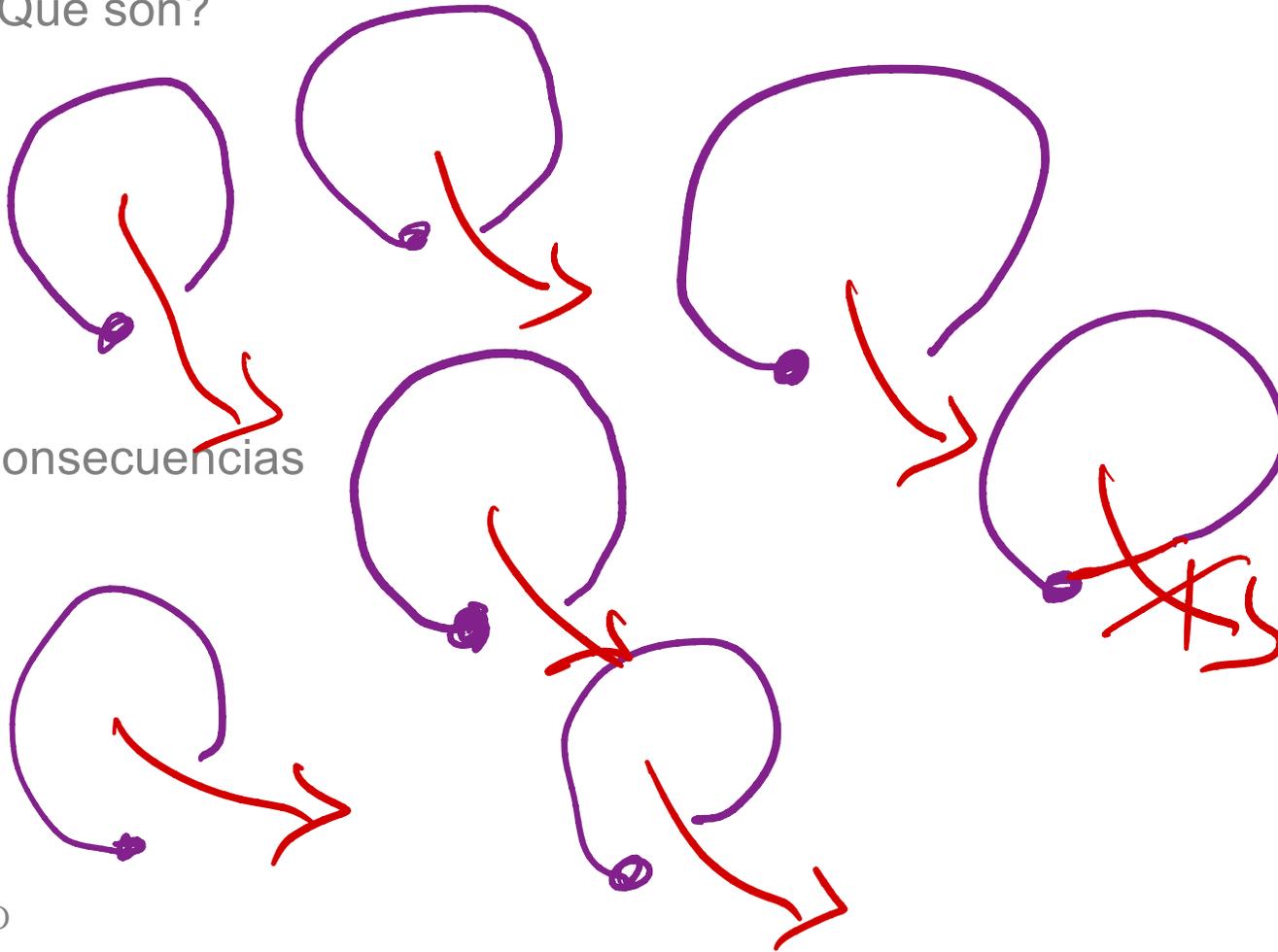
Cápsula 5.1.
Ciclos abiertos



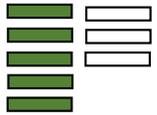


Ciclos abiertos

- ¿Qué son?



- Consecuencias



Meditación: Ciclos abiertos

- Tareas pendientes
- Algo que prometiste y no hiciste todavía
- Disgusto que no sanaste
- Algo que no perdonaste
- Algo que te tiene pensativo
- Algo por arreglar
- Algo por conversar y decir
- Etc...



Ejercicio: Mis ciclos abiertos

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 1/6



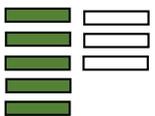
Mis ciclos abiertos

Los ciclos abiertos del pasado (temas pendientes y no resueltos) nos distraen de nuestro foco para construir nuestro futuro. Todo ciclo abierto y pendiente, además, es una fuga de energía. Por favor elabora una lista de tus ciclos abiertos (temas pendientes) lo más completa y detallada posible. Desde temas grandes, hasta los que te parezcan insignificantes.

Recuerda: que todo ciclo abierto consume energía. No dejes ninguno por fuera

Mis ciclos abiertos (mis pendientes)

- poner notas en limpio
- avisar amigo
- ropa cooler
- comprar adap. compra
-



Lectura

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro



Antes de morir ... ¡VIVE!

"Imagina la vida como un juego en el que estás malabareando cinco pelotas en el aire.

Estas son:

- Tu Trabajo, - Tu Familia, - Tu Salud, - Tus Amigos y - Tu Vida Espiritual,
- Y tú las mantienes todas éstas en el aire.

Pronto te darás cuenta que el trabajo es como una pelota de goma.

Si la dejas caer, rebotará y regresará.

Pero las otras cuatro pelotas: Familia, Salud, Amigos y Espíritu son frágiles, como de cristal. Si dejas caer una de estas, irrevocablemente saldrá astillada, marcada, mellada, dañada e incluso rota. Nunca volverá a ser lo mismo.

Debes entender esto: apreciar y esforzarte por conseguir y cuidar lo más valioso. Trabaja eficientemente en el horario regular de oficina y deja el trabajo a tiempo.

Dale el tiempo requerido a tu familia y a tus amigos.

Haz ejercicio, come y descansa adecuadamente.

Y sobre todo.....crece en vida interior, en lo espiritual, que es lo más trascendental, porque es eterno.

Shakespeare decía:

Siempre me siento feliz, ¿sabes por qué?

Porque no espero nada de nadie; esperar siempre duele.

Los problemas no son eternos, siempre tienen solución.

Lo único que no se resuelve es la muerte.

La vida es corta, ¡por eso ámala!

Vive intensamente y recuerda:

Antes de hablar... ¡Escucha!

Antes de escribir... ¡Piensa!

Antes de criticar... ¡Examínate!

Antes de herir... Siente

Antes de orar... Perdona

Antes de gastar... Gana

Antes de rendirte... intenta

ANTES DE MORIR.....VIVE...!!

MUCHAS GRACIAS

BRYAN DYSON

Discurso de despedida al dejar la presidencia de CocaCola



@alejandro.mentor aszilagyi@2spteam.com

ALEJANDRO
SZILÁGYI



ALEJANDRO
SZILÁGYI





Proyecto de Vida

Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

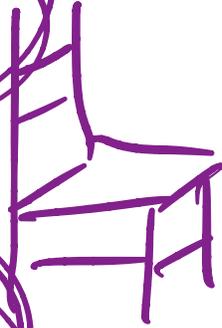
Cápsula 5.2.

**Cerrando ciclos
para enfocar energía**



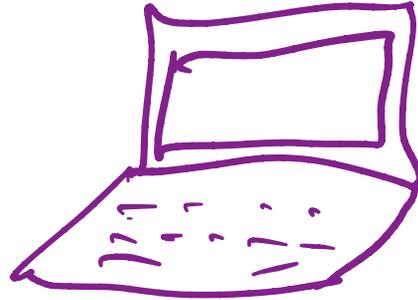
Ciclos abiertos => 3 soluciones

1. Arreglo



2. Delego

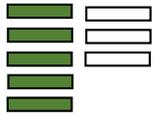
Carp.



Tech.

3. Papelera



 Ejemplos:
Ciclos abiertos => 3 soluciones

1. Ropa con defecto → *cófer*
2. Silla rota → *carp.*
3. Virus compu → *Tech.*
4. Carta a mi abuelita → *yo*
5. Metí la pata y me molesta → *pido disculpas*
6. Libro que me aburre  → *regálalo*
7. Orden en mi cuarto → *yo / favor*
8. Curso por YouTube → *yo*
9. Dentista *yo*

Ejercicio: Cerrando ciclos

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 2/6



Cerrando ciclos

Los ciclos abiertos del pasado (temas pendientes y no resueltos) nos distraen de nuestro foco para construir nuestro futuro. Todo ciclo abierto y pendiente, además, es una fuga de energía. Por favor toma la lista de tus ciclos abiertos (temas pendientes) y al lado apunta qué pasos darás (o empezarás a dar) para cerrarlos.

Mis ciclos abiertos (pendientes)

Acción

Mmm

→ *mm*

Mmm

→ *Mm.*

mm

→ *mm*

Lecturas

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro



Muere lentamente

*Muere lentamente, quien no viaja,
quien no lee, quien no escucha música,
quien no halla encanto en sí mismo.*

*Muere lentamente, quien destruye su amor propio,
quien no se deja ayudar.*

*Muere lentamente, quien se transforma en un esclavo del hábito,
repetiendo todos los días los mismos senderos,
quien no cambia de rutina,
quien no arriesga a vestir un nuevo color o no conversa con desconocidos.*

*Muere lentamente, quien evita una pasión y su remolino de emociones,
aquellas que rescatan el brillo en los ojos y los corazones decaídos.*

*Muere lentamente,
quien no cambia de vida cuando está insatisfecho con su trabajo o su amor,
quien no arriesga lo seguro por lo incierto
para ir detrás de un sueño,
quien no se permite al menos una vez en la vida huir de los consejos sensatos...*

¡Vive hoy! ¡Haz Hoy! ¡Arriesga hoy!

¡No te dejes morir lentamente!

¡NO TE OLVIDES DE SER FELIZ!

MARTHA MEDEIROS
Escritora brasileña

Nota: Este poema en internet es atribuido erróneamente a Pablo Neruda.



@alejandro.mentor aszilagyj@2spteam.com

ALEJANDRO
SZILÁGYI

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro



Guía de la buena vida

*Déjate caer. Aprende a observar a las serpientes.
Plantar jardines imposibles.
Invita a alguien peligroso a tomar el té.*

*Haz pequeños carteles que digan "sí".
y ponlos por toda la casa.
Hazte amigo de la libertad y de la incertidumbre.
Espera con ansias los sueños.
Llora en el cine.*

*Colúmpiote lo más alto que puedas en un columpio a la luz de la luna.
Cultiva diferentes estados de ánimo,
niégate a ser "responsable" - ¡hazlo por amor!
Haz muchas siestas.*

*Pasa el dinero. Hazlo ahora. El dinero seguirá.
Cree en la magia, riete mucho.
Báñate a la luz de la luna.*

*Sueña con sueños salvajes y extravagantes.
Dibuja en las paredes.
Lee todos los días.
Imagina que estás encantado.*

*Riete con los niños. Escucha a los ancianos.
Ábrete. Sumérgete. Sé libre. Alábate a ti mismo.*

*Deja el miedo, juega con todo.
Entretén al niño que llevas dentro. Eres inocente.
Construye un castillo con mantas. Mójate. Abraza los árboles.*

Escribe cartas de amor.

JOSEPH BEUYS
Artista alemán (1921-1986)



@alejandro.mentor aszilagyj@2spteam.com

ALEJANDRO
SZILÁGYI





Proyecto de Vida

Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

Cápsula 5.3.
Motivación & hábitos



Motivación

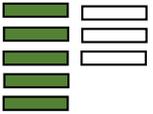
- ¿Qué es?

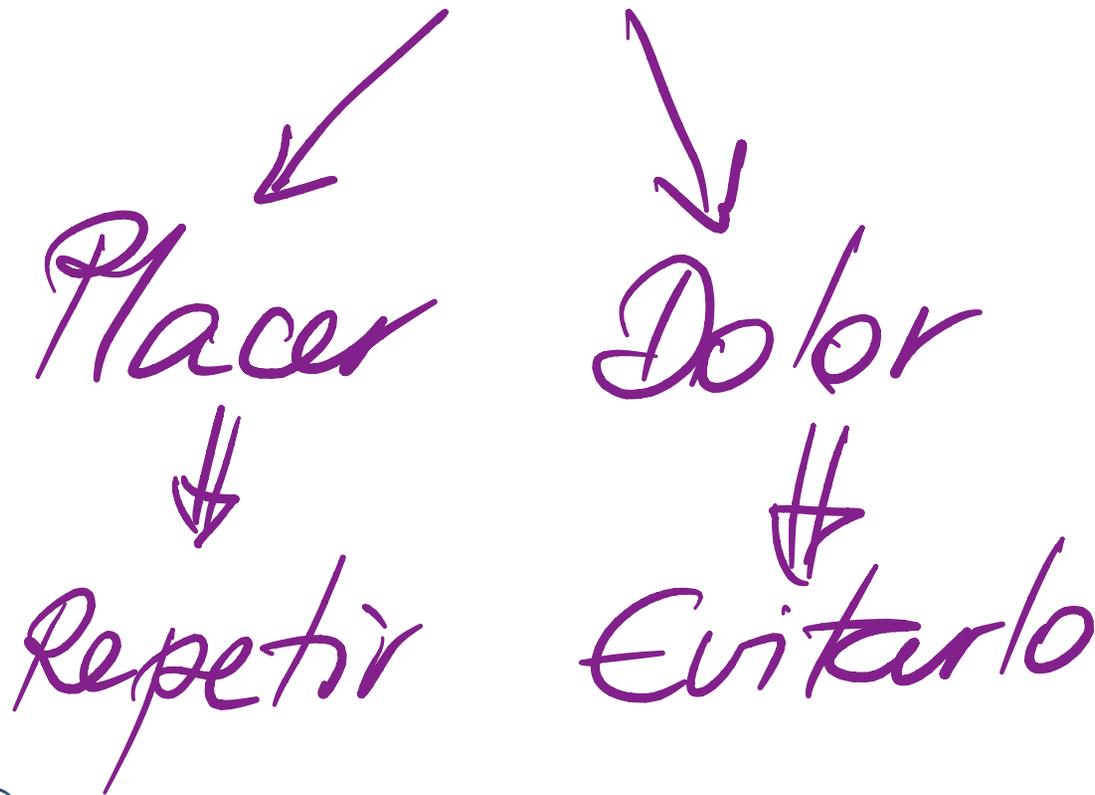
latín → movere
↳ mover

↳ energía

- ¿Cómo funciona?

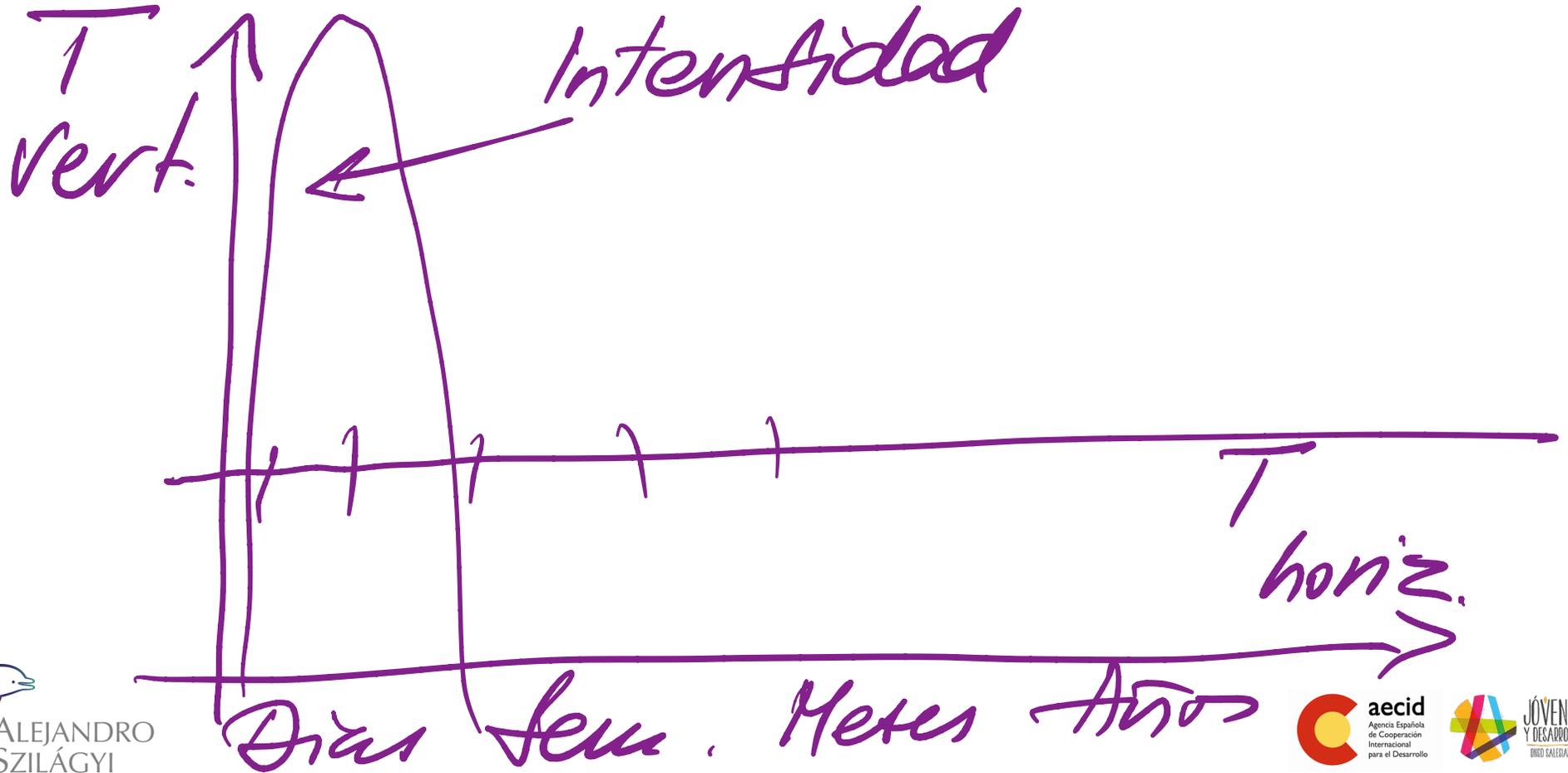


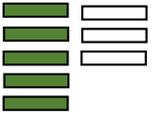
 2 Motivadores
básicos del ser humano



Importancia de los hábitos

Tiempo horizontal vs. tiempo vertical





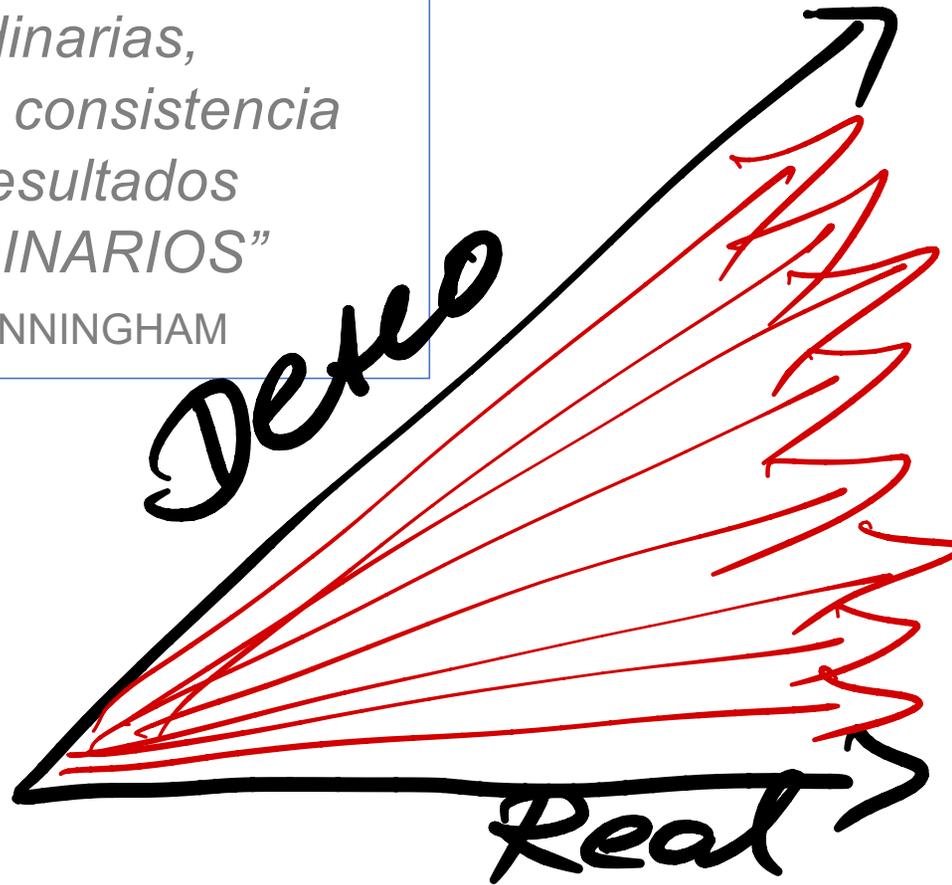
¿Cómo generar buenos hábitos?

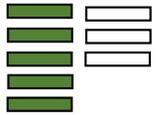
21 días
consecut.

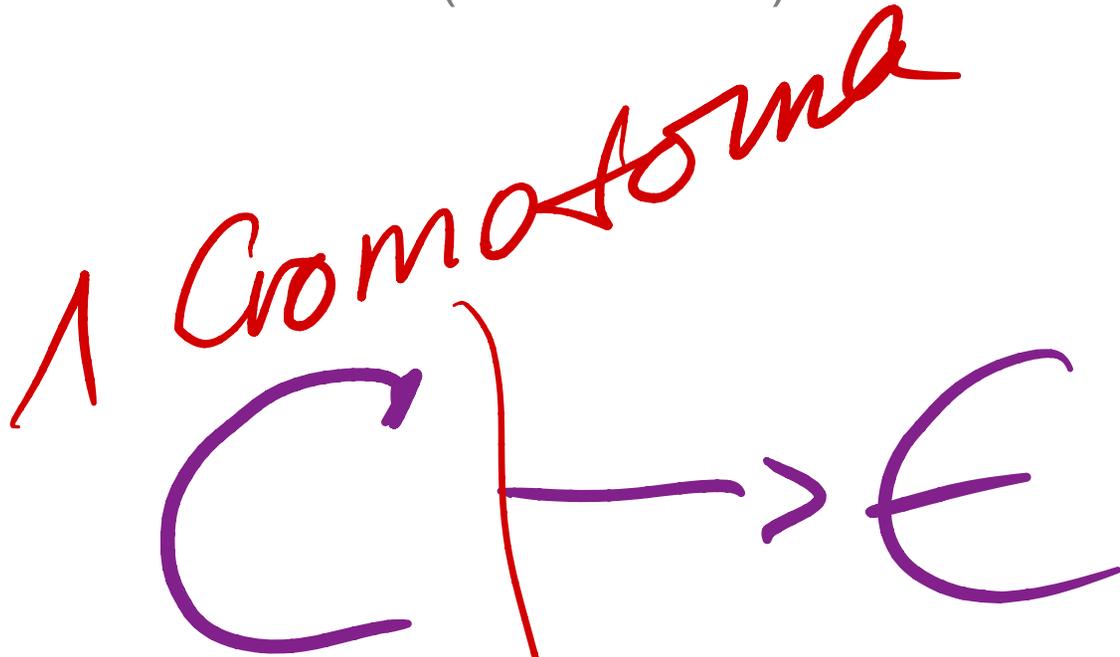
Hábito ← Placer

Cosas ordinarias, resultados extraordinarios

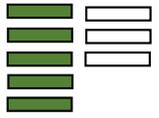
*Cosas ordinarias,
ejecutadas con consistencia
producen resultados
EXTRAORDINARIOS”*
KEITH J. CUNNINGHAM



 **Causa-efecto** (cromosoma)

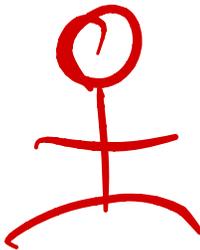


3 Mol. ← Por favor
Lo siento
Gracias

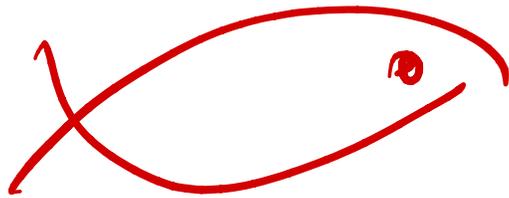


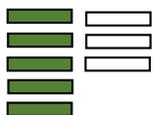
Cromosoma

Pequeños cambios gran efecto

1 Cr. → 

1 Mol. → Químico

1 Cr ADM → 



Lectura

GERENCIA DE COLECCIÓN A Szi



Sólo tenemos acceso a la causa

Alejandro Szilágyi
Business Mentor de Alta Dirección & Familias
aszilagy@2spteam.com

La ley de causa y efecto es tan vieja como el universo.

No es sobre ella que deseo puntualizar, sino sobre su aplicación. Si consideramos algunas sutilezas importantes le podremos sacar mayor provecho práctico tanto en nuestro día a día, como en la conducción de nuestras empresas.

Es bueno concientizar, que junto a la ley de causa y efecto, nuestro Creador nos regaló el don del libre albedrío. Ese don, en principio, significa que tenemos la opción y el derecho de tomar nuestras propias decisiones.

Pero hay un punto crucial: el libre albedrío sólo es aplicable a la causa, no al efecto.

Es decir, el efecto no está en nuestra zona de influencia directa, sólo la causa.

Dos-tres ejemplos: me puedo asomar al borde del techo de mi edificio y tomar la decisión de saltar al vacío (causa). Hasta allí estamos claros. Lo que no puedo decidir es en qué medida me voy a lastimar al llegar al suelo (efecto).

Otro ejemplo: usted siembra una semilla de tomate para cosechar tomates en unos 60 a

90 días. Para ello lo único que usted podrá hacer es cuidar la planta, regarla y abonarla. Pero hasta allí. Lo que usted no podrá hacer es salir por las mañanas y estirar la planta. No ayuda, más bien, la puede romper.

Llevo 23 años de consultor, trabajando con empresas en 21 países, y lo que me llama la atención, es que la abrumadora mayoría de los indicadores con que se miden y dirigen las empresas son indicadores de efecto. No de causa.

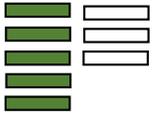
Unidades producidas, facturación, participación de mercado, rentabilidad, objetivos de venta, etc. Todos ellos son indicadores de efecto.

Con lo cual no quiero decir que no debamos tener este tipo de indicadores. No. Lo que quiero decir es que nuestro foco debe estar en la causa, no en el efecto.

La causa es lo único influenciable directamente. Además es lo único que podemos corregir sobre la marcha. Los indicadores de efecto presentan resultados consumados y por tanto no cambiables a posteriori.

📍 alejandro.mentor





Ejercicio: mis próximos Cromosomas

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 3/6



Mis próximos cromosomas

La metodología ASzi de los cromosomas es poderosísima. En este ejercicio te vamos a señalar algunos aspectos de la vida y te vamos a pedir:

- 1) Complementa los aspectos con algunos que sientas importantes para ti
- 2) Piensa y define a cada aspecto cuál sería el próximo cromosoma a abordar

Por ejemplo, si estás disperso y algo ansioso un próximo cromosoma pudiera ser "aprender a meditar (por YouTube)" o bien hacer un taller de mindfulness.

Ámbitos	Cromosoma
Salud	
Alimentación	
Finanzas personales	
Lectura (aprendizaje)	
Concentración	
Relaciones personales	
Comunicación	
Ejercicio, deporte	
Amigos	
Familia	
Manejo del tiempo	
...	





Proyecto de Vida

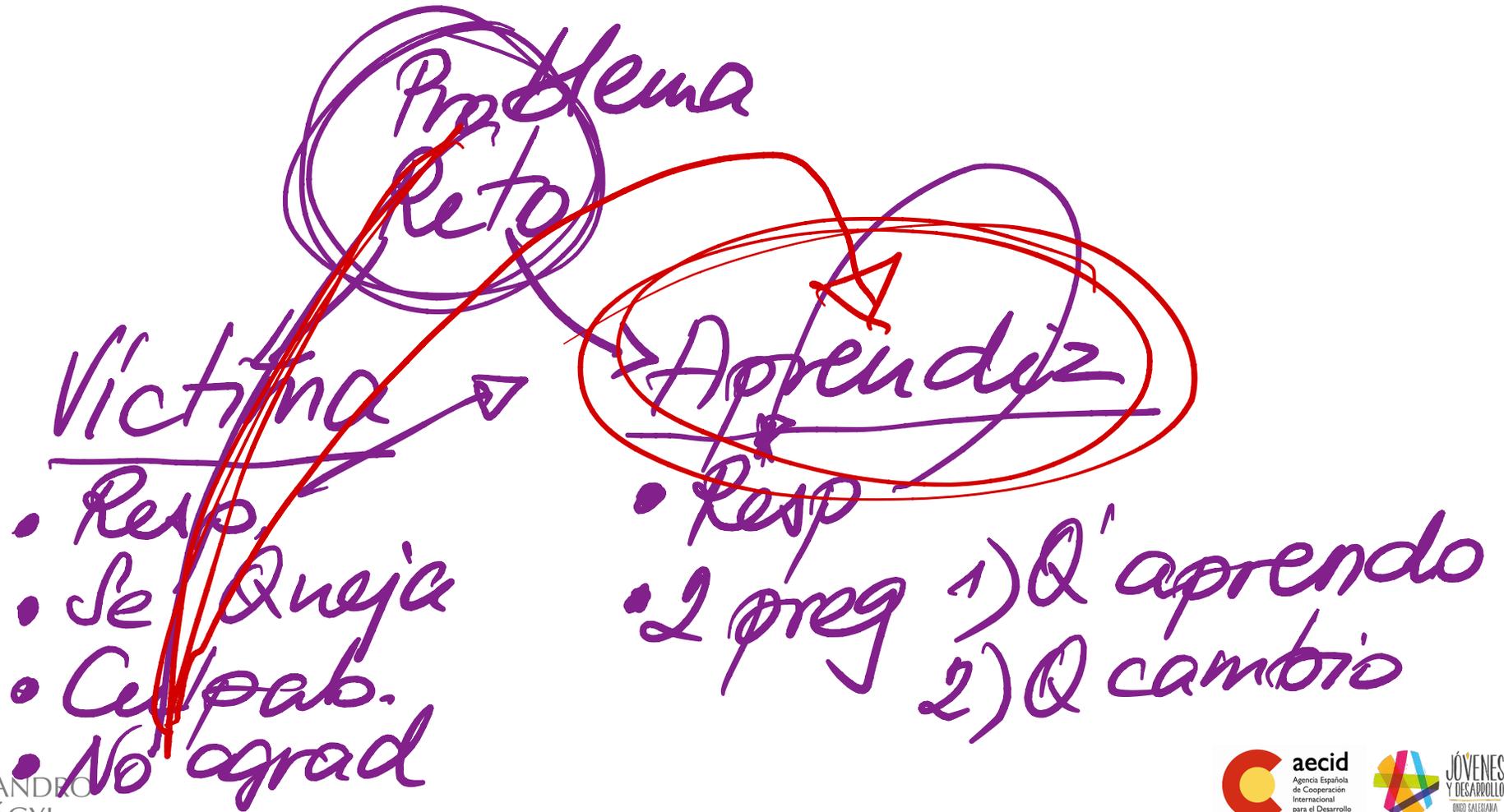
Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

Cápsula 5.4.
**Definiendo
acciones foco**



Víctima o Aprendiz



GERENCIA DE COLECCIÓN A SZI



Víctima o Aprendiz

Alejandro Szilágyi
Business Mentor de Alta Dirección & Familias
aszilagyi@2spteam.com

El Siglo XXI alberga retos que se iniciaron en las dos últimas décadas del Siglo XX, pero cuya intensidad parece incrementarse en forma exponencial.

Dos de estos retos son: la velocidad de los cambios y la complejidad.

No son los cambios en sí, sino la velocidad con que se suceden. La tendencia nos dice que la velocidad de los cambios también se incrementa.

Por otro lado, nuestro tan anhelado equilibrio trabajo-tiempo libre, se siente cada día más amenazado por la complejidad que afrontamos.

Basta preguntarnos la cantidad de información que manejamos hoy, en comparación con la que manejaban nuestros abuelos. Posiblemente hoy nuestro cerebro maneja más bits y bytes en un solo día, que nuestros abuelos en un mes. Por otra parte, el día sigue teniendo sus 24 horas.

Una herramienta poderosa que nos puede ayudar a salir airoso ante estos dos retos (velocidad del cambio y complejidad) es la de "Aprendiz-Víctima".

Me topé con esta formulación en un seminario dictado por el extraordinario médico español, Dr. Fermín Moriano, q.e.p.d. El Dr. Moriano trabajaba con sinérgica y fue alumno del

Dr. Hammer (Alemania) y del Dr. Jorge Carvajal (Colombia).

El Dr. Moriano se dio a la tarea, con su equipo, de ayudar a personas que enfrentan enfermedades llamadas "terminales". En muchos casos vio curas y recuperaciones "milagrosas".

Según el Dr. Moriano, cuando una persona se enfrenta al reto de una enfermedad, tiene dos opciones básicas: *Víctima* o *Aprendiz*. Las *Víctimas* se entregan a la enfermedad y los *Aprendices* usan la enfermedad para un profundo cambio de sus creencias y de su estado de consciencia, causa principal, según los doctores, a la que le deben la posterior sanación.

Según el Dr. Moriano, todos los casos que ellos vieron sanar, optaron por el modo *Aprendiz*.

Inspirado en la charla del Dr. Moriano, he exportado este concepto a la gerencia con sus correspondientes adaptaciones. Los resultados han sido extraordinarios.

Analicemos ambas actitudes por separado:

Víctima

Una persona está en la *Víctima* cuando ...

... la responsabilidad se la adjudica a un factor externo a él

... culpabiliza a otros o a circunstancias por lo que le sucede

... justifica los malos resultados con excelentes argumentos e invierte tiempo en ellos

... cuenta historias para convencer y vender sus argumentos

... su foco está en el problema

... y no practica el agradecimiento como actitud ante la vida.

© alejandro.mentor

Ejercicio: Definiendo mis acciones

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 4/6



Definiendo mis acciones deseado
"La calidad de mi vida es directamente proporcional a los sentimientos y emociones que experimento cada día". A Szi

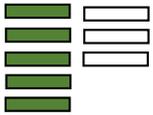
Rescata los resultados de la tarea de Sesión #1 en la cual anumeraste las emociones que Sí deseas sentir.

En este formato vas a apuntar las emociones Sí deseadas en orden de prioridad, luego, en la columna de en medio vas a apuntar qué circunstancias deberían darse para que sientas esa emoción deseada. Y seguidamente, en la columna de la derecha vas a apuntar varias acciones posibles de tu parte (qué te propones hacer) para que dichas circunstancias se den en un futuro y sean meá frecuentes. Si tienes alguna duda, por favor mírate de nuevo el video explicativo correspondiente.

1) Emociones y sentimientos DESEADOS

Emoción Sí deseada	Circunstancias	ACCIÓN
• XXX • Reir	• XXX • Libros h → • Pelic. → • Amigos → • show → • Escuch →	• XXX • Compr. • Alg. • Parar / dedic. → →

Ejemplo 1: reir



Ejercicio: Definiendo mis acciones

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 4/6



Definiendo mis acciones deseado

"La calidad de mi vida es directamente proporcional a los sentimientos y emociones que experimento cada día". A Szi

Rescata los resultados de la tarea de Sesión #1 en la cual anumeraste las emociones que Sí deseas sentir.

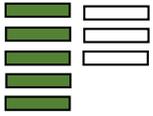
En este formato vas a apuntar las emociones Sí deseadas en orden de prioridad, luego, en la columna de en medio vas a apuntar qué circunstancias deberían darse para que sientas esa emoción deseada. Y seguidamente, en la columna de la derecha vas a apuntar varias acciones posibles de tu parte (qué te propones hacer) para que dichas circunstancias se den en un futuro y sean meá frecuentes. Si tienes alguna duda, por favor mírate de nuevo el video explicativo correspondiente.

1) Emociones y sentimientos DESEADOS

Emoción Sí deseada	Circunstancias	ACCIÓN
• xxx - Valorado	• xxx - Gracias	• xxx - Agradecer
• xxx	• xxx - útil	• xxx - Aportar
• xxx	• xxx - sirvió	• xxx - Felicitar
• xxx	• xxx	• xxx
• xxx	• xxx	• xxx

Ejemplo 2:
sentirme valorado





Ejercicio: Definiendo mis acciones “antídoto”

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 5/6



Definir acciones antídoto

“La calidad de mi vida es directamente proporcional a los sentimientos y emociones que puedo experimentar cada día”. A Szi

Rescata los resultados de la tarea de Sesión #1 en la cual anumeraste las emociones que NO deseas sentir.

En este formato vas a apuntar las emociones NO deseadas en orden de prioridad, luego, en la columna de en medio vas a apuntar qué circunstancias suelen darse para que sientas esa emoción. Y seguidamente, en la columna de la derecha vas a apuntar varias acciones posibles de tu parte (qué te propones hacer) para que dichas circunstancias no se den en un futuro. Si tienes alguna duda, por favor mírate de nuevo el video explicativo correspondiente.

1) Emociones y sentimientos NO-DESEADOS

Emoción NO-deseada	Circunstancias	ACCIÓN
• xxx - Pena	• xxx • No pr.	• xxx → Est.
- Frustr.	• No puedo	→ Prep.
-	Cer.	→ No
-	• Acepto	→

Frustración
Pena

Aún





Proyecto de Vida

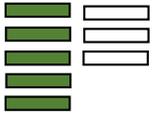
Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

Cápsula 5.5.

**Tu súper poder:
agradecimiento & cuaderno**

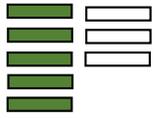




El agradecimiento (vibra)

L → *Vibración*

Agrad => present



El agradecimiento: tres niveles

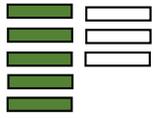
1) *Gracias*



2) *Agrad. per algo*

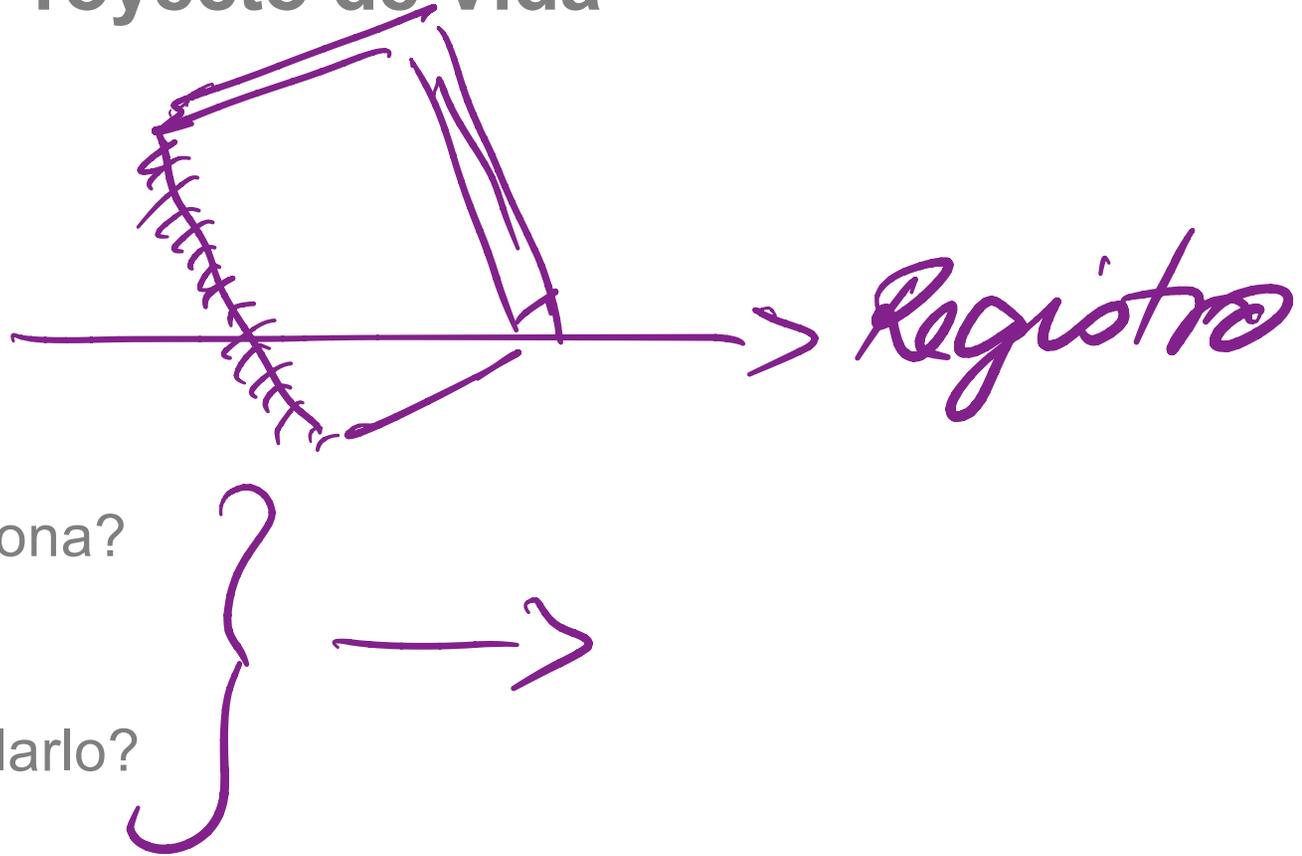


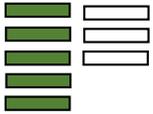
3) *Vibras ves el mundo desde el agrad.*



Ejercicio: Cuaderno Proyecto de Vida

- ¿Qué es?
- Beneficios
- ¿Cómo funciona?
- ¿Cómo instalarlo?





Cuaderno Proyecto de Vida

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 6/6



Cuaderno Proyecto de Vida

Este ejercicio consiste en instalar un cuaderno Proyecto de Vida y generar el hábito de su uso DIARIO, según las especificaciones siguientes.

- 1) Cómprate un cuaderno que te encante. Puede ser de líneas, cuadriculado o de hojas blancas. Si deseas lo puedes forrar a tu gusto. Vas a trabajar con el cuaderno CADA DÍA.
- 2) Cómprate o consíguelte (si ya lo tienes) un bolígrafo con el que te encante escribir. Igualmente puedes conseguirte unos resaltadores o marcadores de colores.
- 3) Ten a mano también una tijeras y un pegamento escolar
- 4) En las primeras hojas del cuaderno apuntarás:
 - tu nombre
 - la fecha cuando empiezas el cuaderno
 - una frase motivacional que te inspire y con la que te identifiques
- 5) Este cuaderno lo usarás CADA DÍA ...
 - ... apuntando diariamente 5 cosas por las que estás agradecido, por ejemplo un nuevo logro, la amabilidad de cómo te tratan, tu salud, tu capacidad de aprendizaje, conociste a una nueva persona, etc. Tú decides. Al apuntarlo, siente realmente el agradecimiento.
 - ... pegando recortes que estén en consonancia con tu Proyecto de Vida, como por ejemplo, si tu profe o jefe te manda una nota de felicitación o alguien te manda una tarjeta de agradecimiento. La entrada al cine con una persona querida, la inscripción a un curso, una foto compartiendo con seres queridos. Cualquier cosa que vaya en consonancia con tu Proyecto de Vida y que es valioso para ti tenerlo presente.
- 6) Ojea regularmente el cuaderno y constata las cosas buenas y tus avances en el tiempo.
- 7) Si llenaste el cuaderno, cómprate otro. Haz de esto un hábito de vida.

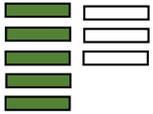


@alejandromentor

aszilagy@2spteam.com

ALEJANDRO
SZILÁGYI





Ejercicio: Cuaderno Proyecto de Vida

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

Sesión #5: ACCIÓN
Ejercicio 6/6



Cuaderno Proyecto de Vida

Este ejercicio consiste en instalar un cuaderno Proyecto de Vida y generar el hábito de su uso DIARIO, según las especificaciones siguientes.

- 1) Cómprate un cuaderno que te encante. Puede ser de líneas, cuadriculado o de hojas blancas, Si deseas lo puedes forrar a tu gusto. Vas a trabajar con el cuaderno CADA DÍA.
- 2) Cómprate o consíguete (si ya lo tienes) un bolígrafo con el que te encante escribir. Igualmente puedes conseguirte unos resaltadores o marcadores de colores.
- 3) Ten a mano también una tijeras y un pegamento escolar
- 4) En las primeras hojas del cuaderno apuntarás:
 - tu nombre
 - la fecha cuando empiezas el cuaderno
 - una frase motivacional que te inspire y con la que te identifiques
- 5) Este cuaderno lo usarás CADA DÍA ...
 - ... apuntando diariamente 5 cosas por las que estás agradecido, por ejemplo un nuevo logro, la amabilidad de cómo te tratan, tu salud, tu capacidad de aprendizaje, conociste a una nueva persona, etc. Tú decides. Al apuntarlo, siente realmente el agradecimiento.
 - ... pegando recortes que estén en consonancia con tu Proyecto de Vida, como por ejemplo, si tu profe o jefe te manda una nota de felicitación o alguien te manda una tarjeta de agradecimiento. La entrada al cine con una persona querida, la inscripción a un curso, una foto compartiendo con seres queridos. Cualquier cosa que vaya en consonancia con tu Proyecto de Vida y que es valioso para ti tenerlo presente.
- 6) Ojea regularmente el cuaderno y constata las cosas buenas y tus avances en el tiempo.
- 7) Si llenaste el cuaderno, cómprate otro. Haz de esto un hábito de vida.



Proyecto de Vida

Cita con mi Futuro

FASE 1: Participantes
Sesión 5/8 = **ACCIÓN**

Cápsula 5.6.
Tarea final
como participante



Tarea final FASE1: participante

Proyecto de Vida
Cita con mi futuro

TAREA FINAL
Como PARTICIPANTE

Tarea final como PARTICIPANTE

La tarea final con la que culminas estas 5 sesiones en calidad de participante, y antes de que inicies la FASE2 como docente es:

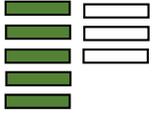
- Tómale una foto a tu mapa del tesoro
- Imprímela al tamaño de tu cuaderno proyecto de vida
- Pégasela
- Imprime la hoja del ejercicio "En qué soy bueno y qué me apasiona".
- Pégasela igualmente
- Imprime "Las 3 conclusiones de vida" de la sesión#4 ejercicio 4.3.4.
- Comparte la tarea hecha con tu "Walter" con quien pactaste un compromiso de apoyo
- Usa este cuaderno a diario.



ALEJANDRO SZILÁGYI

La **tarea final** con la que culminas estas 5 sesiones en calidad de participante, y antes de que inicies la FASE2 como docente es:

- Tómale una foto a tu mapa del tesoro
- Imprímela al tamaño de tu cuaderno proyecto de vida
- Pégasela
- Imprime la hoja del ejercicio "**En qué soy bueno y qué me apasiona**".
- Pégasela igualmente
- Imprime "**Las 3 conclusiones de vida**" de la sesión #4 ejercicio 4.3.4.
- Comparte la tarea hecha con tu "Walter" con quien pactaste un compromiso de apoyo
- Usa este cuaderno a diario.



¡Felicitaciones!

Culminaste Fase1: PARTICIPANTE





**PROYECTO
DESARROLLO HUMANO Y SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL
JÓVENES Y DESARROLLO-ESPAÑA**

Presentado por

¡MUCHAS GRACIAS!

ALEJANDRO SZILÁGYI



 [@alejandro.mentor](https://www.instagram.com/alejandro.mentor)

aszilagyi@2spteam.com



