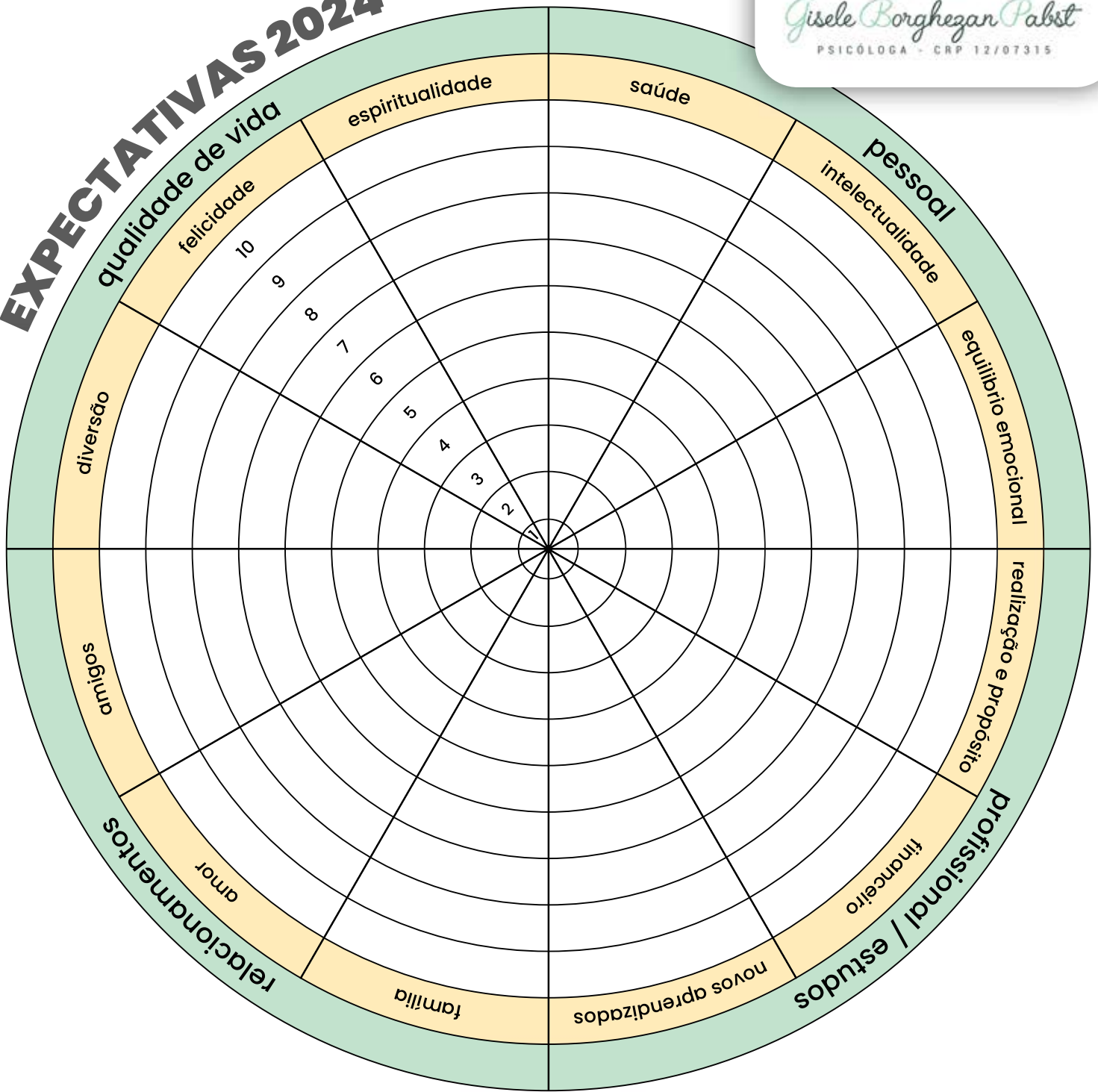


EXPECTATIVAS 2024



A gente sempre começa o ano planejando várias mudanças ou querendo melhorar alguma área da vida, né? Planejar é bom, mas realizar é melhor ainda. Essa roda foi feita pra te ajudar a visualizar tudo direitinho. Imprima, analise e escolha quais áreas que você deseja trabalhar. Pinte como você se vê

agora e trabalhe nas mudanças necessárias para chegar no 10 ao longo do ano. Na tabela abaixo, anote as atividades relacionadas às áreas de acordo com a sua realidade. O caminho da evolução começa quando confiamos na nossa capacidade de mudar. Sucessos!

qualidade de vida	relacionamentos	profissional / estudos	saúde