

Hoja de **CUIDADO** propio

FECHA: ____/____/____

Con la entrada de Venus y Mercurio a Leo la temporada leonina se comienza a sentir: preséntate por lo que te apasiona y empieza a encender tu diosa interna con esta hoja de actividades.

¿SABES LO QUE QUIERES Y CÓMO LO QUIERES?

Primero, vamos a reconocernos:
Enumera esos talentos que te distinguen de los demás.

1.
2.
3.
4.
5.

¿QUÉ COSAS PUEDO HACER ESTA SEMANA PARA REFORZAR MIS TALENTOS?

01.
02.
03.
04.
05.
06.
07.
08.
09.
10.

¿QUÉ ESTOY HACIENDO PARA QUE SUCEDA?

01.
02.
03.
04.
05.
06.
07.
08.
09.
10.

¿CUÁNTO TIEMPO PUEDO DEDICAR A ESTA ACTIVIDAD?

01.
02.
03.
04.
05.
06.
07.
08.
09.
10.

SÉ TU MEJOR "CHEERLEADER"

¿Qué me estoy diciendo acerca de los talentos o de mi deseo?

Observa cómo te hablas:

POSITIVAMENTE

NEGATIVAMENTE

¿Qué puedes hacer para cambiar la manera cómo te hablas internamente?

✓ **Sugerencia:** Reúnete con una amiga y comparte con ella lo que has observado. Ella puede ayudarte a verte y escucharte bajo otra perspectiva y así despertar y mejorar.

¿Se te ocurre otra? comparte con nosotras a través de las redes sociales usando la etiqueta #VeranoAstral, recuerda que todas formamos parte de este entrenamiento.

DESNUDA TU CORAZÓN CON CADA PALABRA PRONUNCIADA. ÁBRETE A MOSTRAR LO QUE VALORAS, TE GUSTA Y EXALTA. COMPÁRTELO, PARA ESO ESTAMOS ACÁ, PARA RESALTAR LO QUE NOS HACE ÚNICOS.