



TALLER
GRATUITO



CERRANDO CICLOS


ANA LUZ TORRES
WOMEN'S COACH



ABRIENDO PUERTAS

Manual 1

Auto-reconocimiento



1. En una palabra, describe cómo te sientes en este momento del año

2. En una palabra describe tu año

3. Escribe tres cosas que lograste este año

4. Tres cosas que aprendiste en el 2023

5. Tres cosas que agradeces hoy de este ciclo

6. Tres cosas que quieres dejar ir

7. Para qué quisieras dejarlas ir? Cómo te sentirías?