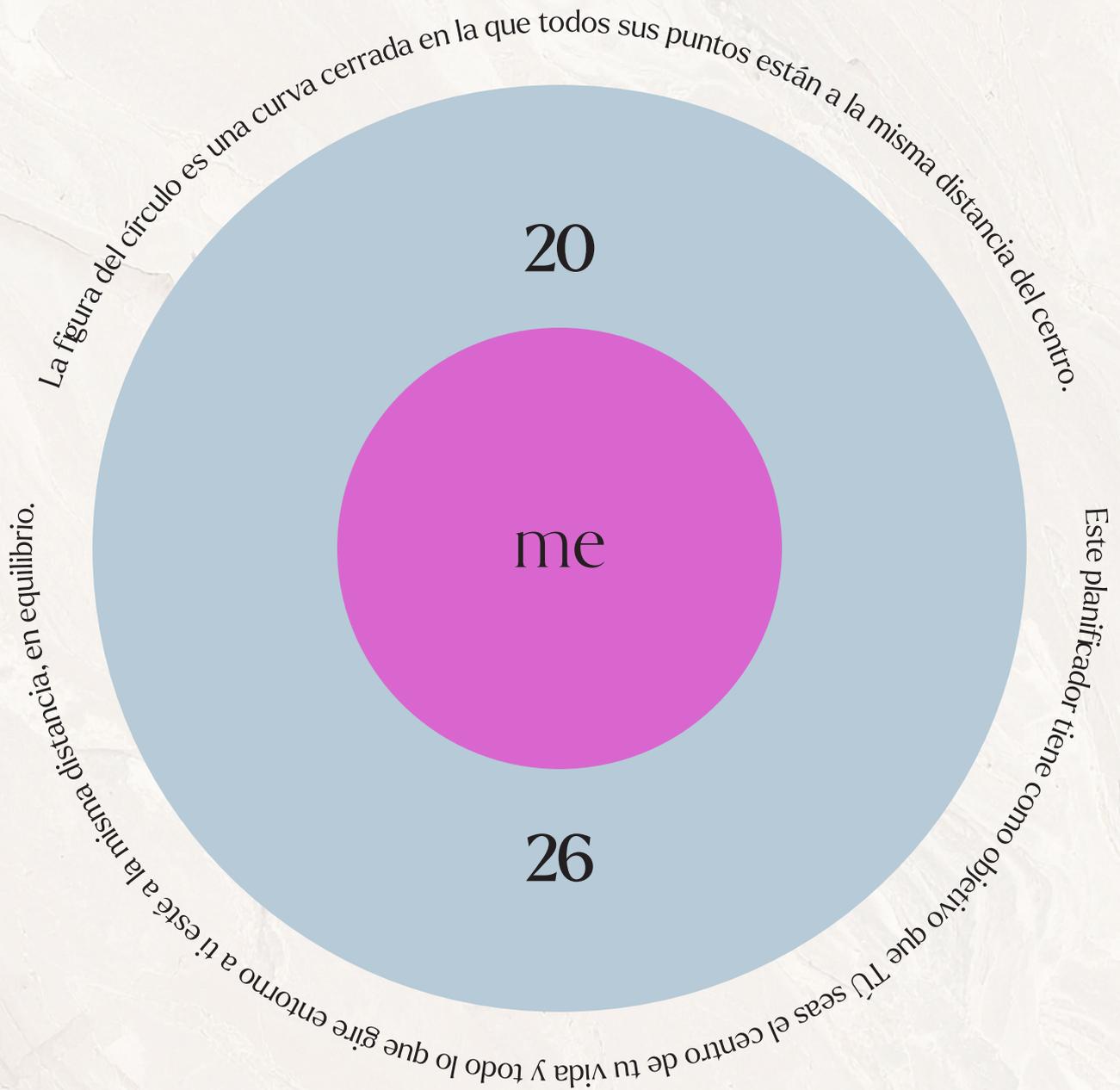


IMPARABLES 2026

the master plan
workbook



BIENVENIDA

¡Hola, IMPARABLE!

Nos alegra que te hayas dado la posibilidad de dar un paso más en tu propósito de tener un MEJOR año.

Este workbook es el **MASTER PLAN**: Un plan estratégico que abarca todo el año y todos los aspectos de tu vida. Será la **hoja de ruta de tu 2026** que te llevará a dónde tú quieras llegar.

El contenido está dividido en dos workbooks:

- **Workbook 1: Reconciliación y Reconexión**, correspondiente a la **Sesión 1**.
- **Workbook 2: Sueños y Compromiso**, correspondiente a la **Sesión 2**.

En cada una de las sesiones, **Belén explica en detalle cómo realizar los ejercicios** y el propósito de cada uno de ellos. Antes de comenzar, te recomendamos que veas las sesiones grabadas. Te ayudarán a **profundizar en los ejercicios** y a sacarles el máximo provecho.

Estos ejercicios llevan un tiempo de reflexión, por lo tanto **te recomendamos que reserves un tiempo cada día o cada semana** para poder hacerlos de manera consciente.

A lo largo de estas páginas **revisarás tu 2025** para reconocer aprendizajes, logros y momentos clave, harás un chequeo honesto de tu **situación actual** y ganarás claridad sobre el **rumbo** que quieres tomar. Después definirás **objetivos alineados** con tu presente y con la versión futura que desees construir, para finalmente crear un plan claro y realista que te acerque paso a paso a esas metas.

Esperamos que disfrutes mucho de este proceso.
Y que vivas un gran 2026.



Puedes imprimir este workbook y completarlo manualmente. Conocemos muy bien el poder del papel.



Si lo prefieres puedes completar los ejercicios en la versión digital directamente desde este documento.

ÍNDICE

Sesión 1 : Reconciliación y reconexión Workbook 1 : Reconciliación y reconexión

PARTE 1: honra tu pasado **pág. 03**

PARTE 2: vive tu presente **pág. 16**

Sesión 2 : Sueños y compromisos Workbook 2 : Sueños y compromisos

PARTE 1: metas y objetivos **pág. 27**

PARTE 2: plan de acción **pág. 36**

PARTE 3: acción y revisión **pág. 51**

**Este es el inicio del viaje
hacia tu mejor año**



IMPARABLES 2026

workbook 01

Reconciliación y reconexión



PARTE 1
honra tu pasado



MATRIZ PERSONAL

El pasado es historia de la que podemos **aprender mucho**. Vamos a revisarlo detenidamente, empezando por las **principales áreas de tu vida**.
Escribe cómo han sido cada una de ellas en el 2025:

SALUD	AMOR
DINERO	DIVERSIÓN

HIGHLIGHTS 2025

Vamos a comenzar **destacando momentos de tu año 2025**, los momentos más chulos y tal vez los que no lo fueron tanto.

Una buena idea es revisar tu **camera roll**, si vas viendo tus fotos mes a mes encontrarás momentos donde seguramente te encontrabas muy feliz. Los momentos más duros del año no suelen estar retratados en fotos, pero si suelen quedar grabados en el corazón.

2025	BUENOS MOMENTOS	MOMENTOS DIFÍCILES	NOTA (1-10)
ENERO			
FEBRERO			
MARZO			

HIGHLIGHTS 2025

2025	BUENOS MOMENTOS	MOMENTOS DIFÍCILES	NOTA (1-10)
ABRIL			
MAYO			
JUNIO			

HIGHLIGHTS 2025

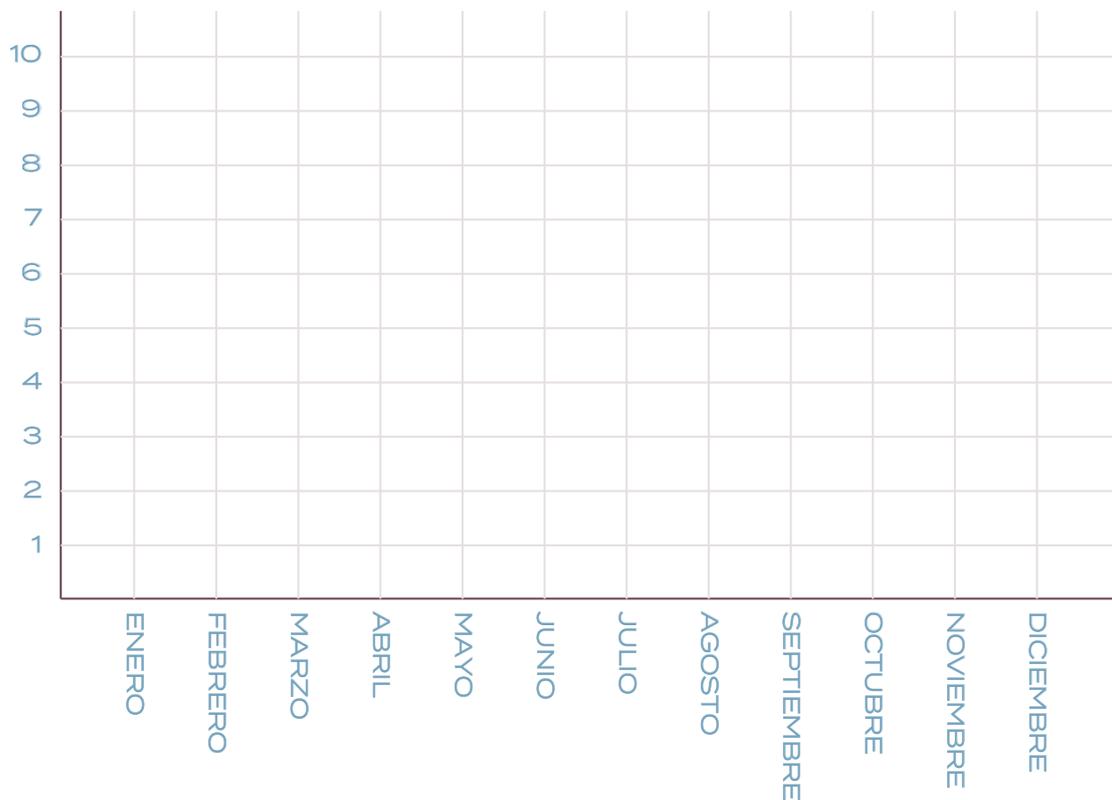
2025	BUENOS MOMENTOS	MOMENTOS DIFÍCILES	NOTA (1-10)
JULIO			
AGOSTO			
SEPTIEMBRE			

HIGHLIGHTS 2025

2025	BUENOS MOMENTOS	MOMENTOS DIFÍCILES	NOTA (1-10)
OCTUBRE			
NOVIEMBRE			
DICIEMBRE			

¿Cómo se ve tu año?

De acuerdo a la puntuación que le hayas asignado a cada mes, crea un gráfico para tener una visión realista de como ha sido tu año



Reflexiona

¿Hay muchos altibajos? ¿Ha sido un año muy lineal?

¿A qué crees que se debe?

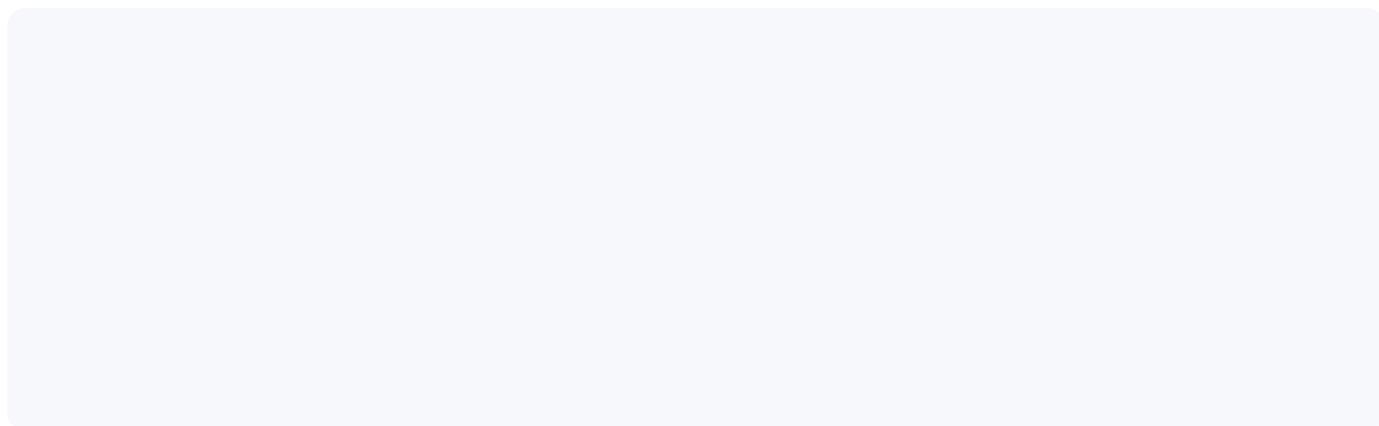
¿Cómo te gustaría que se viera tu gráfico en el 2026?

WINS

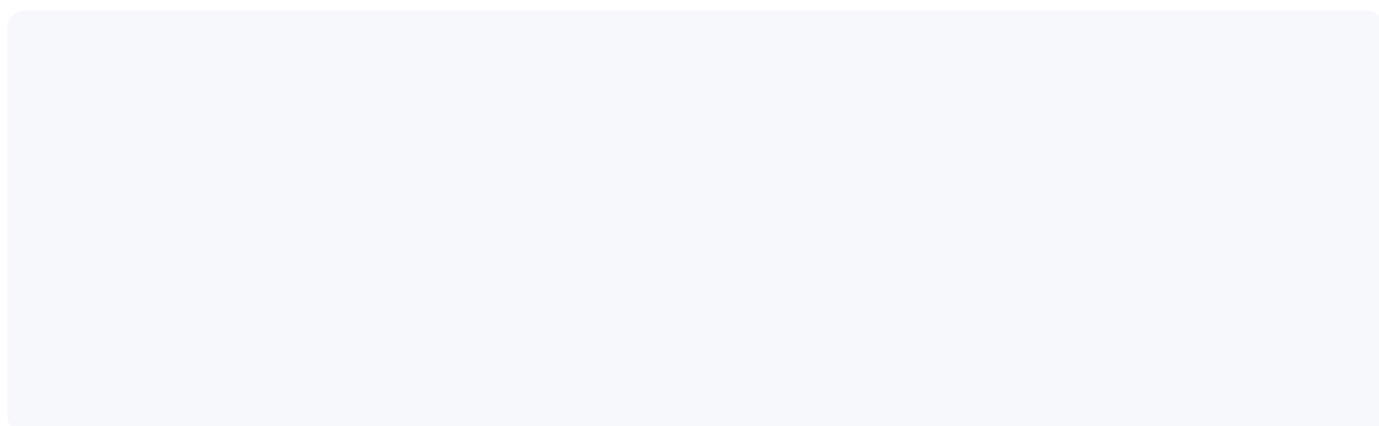
Define 3 logros grandes que hayas tenido durante el 2025 y 3 más pequeños. Pregúntate cómo te has sentido al haberlos conseguido.

3 LOGROS GRANDES

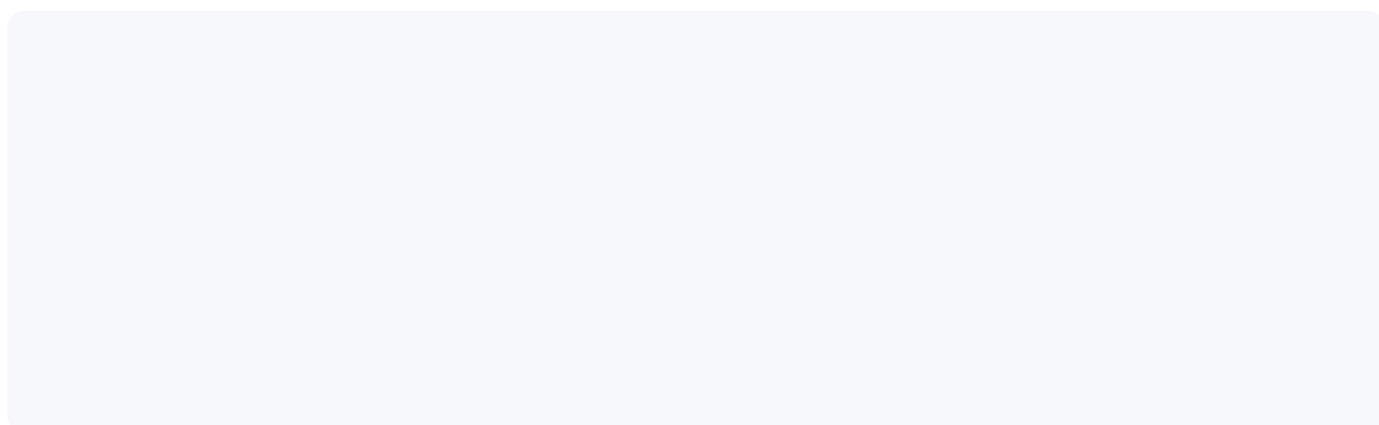
Logro 1.



Logro 2

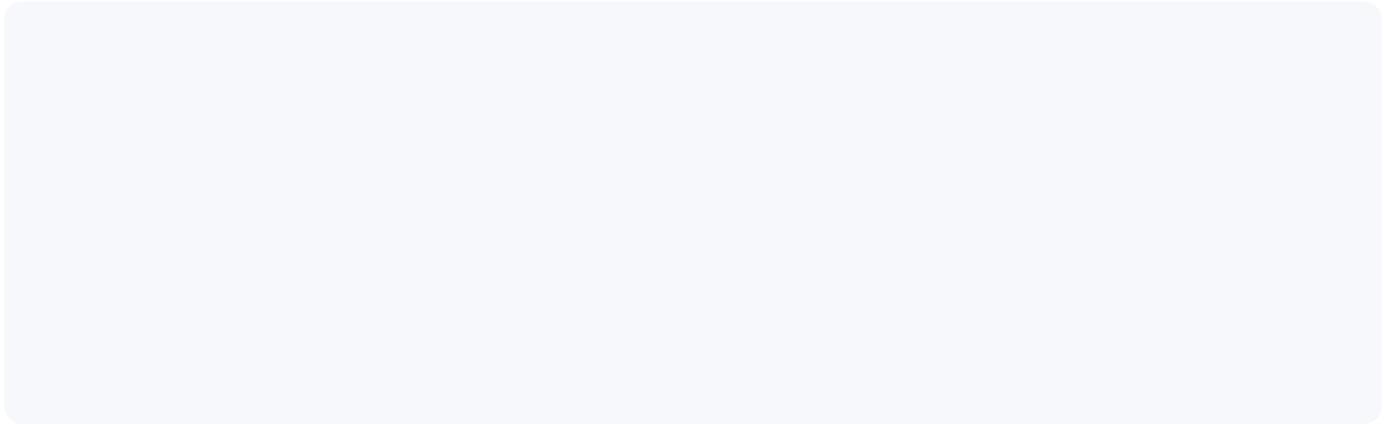


Logro 3

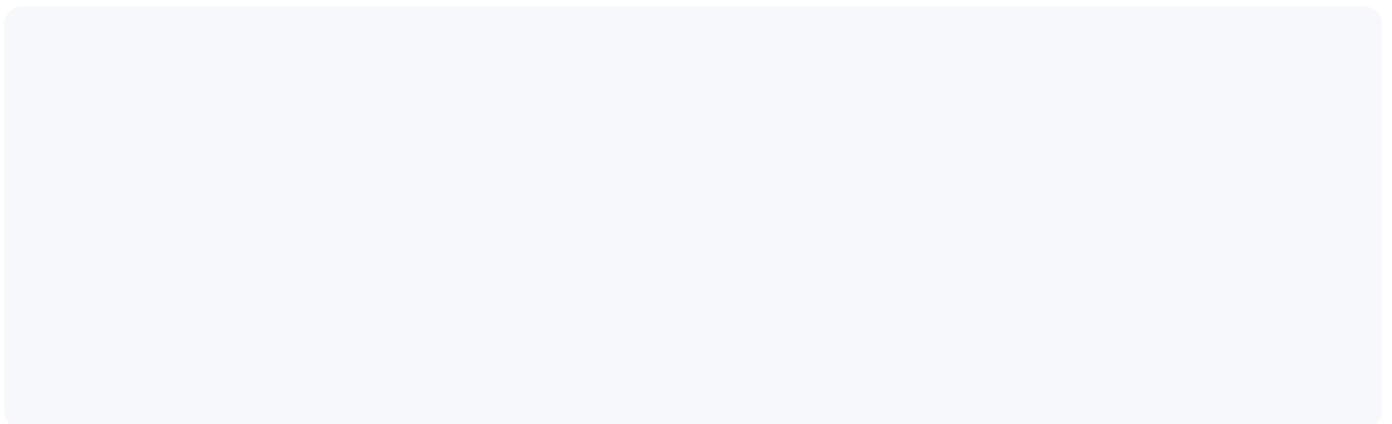


3 LOGROS PEQUEÑOS

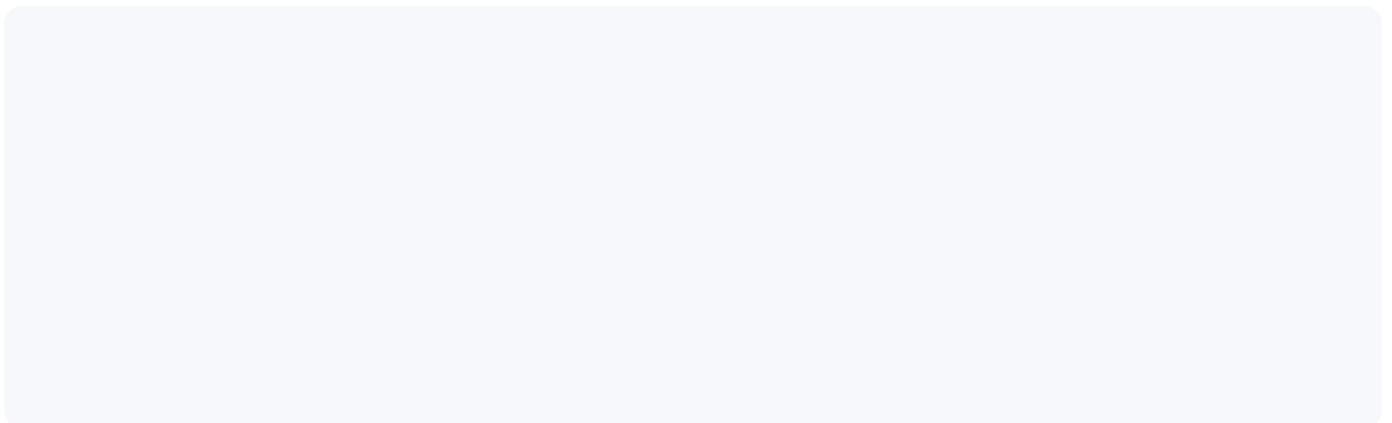
Logro 1



Logro 2



Logro 3



AGRADECIMIENTOS DEL AÑO

Apunta **15 personas, momentos o cosas** por las cuales estés agradecida en 2025.































LECCIONES APRENDIDAS - PERSONAS

En la vida hay personas que se cruzan en nuestro camino y cada una tiene una misión. En el vídeo, Belén explica cada una de ellas para que puedas identificarlas.

PERSONAS OBSTÁCULO

Momento destacado	Lección aprendida

PERSONAS TAREA

Momento destacado	Lección aprendida

PERSONAS ÁNGELES

Momento destacado	Lección aprendida

PERSONAS GUÍA

Momento destacado	Lección aprendida

PERSONAS TRIBU

Momento destacado	Lección aprendida

LECCIONES APRENDIDAS - MOMENTOS

Identifica las lecciones que te ha dejado el 2025 en cada área de tu vida.

SALUD

Momento de dificultad	Lección aprendida

AMOR

Momento de dificultad	Lección aprendida

DIVERSIÓN

Momento de dificultad	Lección aprendida

DINERO

Momento de dificultad	Lección aprendida

¿Qué acciones vas a llevar a cabo en 2026?

Completa este cuadro teniendo en cuenta los aprendizajes que mencionas en la página anterior.

EMPEZAR A HACER	DEJAR DE HACER
Hábitos que te gustaría incorporar	Malos hábitos
CONTINUAR HACIENDO	POSPONER / NO HACER
Los logros de 2025 que quieres mantener	Pendientes para más adelante



IMPARABLES 2026

workbook 01

Reconciliación y reconexión



PARTE 2
vive tu presente



LIFE SCAN

Describe en un párrafo **dónde te encuentras ahora mismo** en tu camino de la vida: dónde y con quién vives, a qué te dedicas, cuánto ganas, cómo es tu entorno de amistades y familiar, frustraciones y motivaciones... ¿Hay algo que **eches de menos** de ti, de tu momento y vida actual? ¿Qué te **alegra** y que te **entristece** de tu vida actual?

VALORES

¿Cuáles son tus valores?

Selecciona los 5 principales para ti

- HONESTIDAD
- RESPETO
- EMPATÍA
- GRATITUD
- INTEGRIDAD
- COMPASIÓN
- TOLERANCIA
- GENEROSIDAD
- HUMILDAD
- PERSEVERANCIA
- AUTENTICIDAD
- SOLIDARIDAD
- LEALTAD
- JUSTICIA
- LIBERTAD
- CREATIVIDAD
- PACIENCIA
- ESPIRITUALIDAD
- OPTIMISMO
- AUTO-REALIZACIÓN
- AUTOCONTROL
- SENSIBILIDAD
- SOSTENIBILIDAD
- COMUNIDAD
- APRENDIZAJE CONTÍNUO
- AMOR
- DIVERSIDAD
- ADAPTABILIDAD
- FAMILIA
- AMISTAD
- HONRADEZ
- COHERENCIA
- CONFIANZA
- COMUNICACIÓN
- PERDÓN
- HUMOR
- RESPONSABILIDAD
- ESPÍRITU AVENTURERO
- ALTRUISMO
- AMBICIÓN
- EQUILIBRIO
- AUTOSUFICIENCIA
- SENCILLEZ
- AUTOCUIDADO
- DESAFÍO
- ALEGRÍA
- COMPROMISO
- COMPETITIVIDAD
- MEJORA CONTÍNUA
- CONTRIBUCIÓN
- CONTROL
- COOPERACIÓN
- CORTESÍA
- DETERMINACIÓN
- PERTENENCIA
- CALMA
- ESPONTANEIDAD
- ESTABILIDAD
- TRABAJO EN EQUIPO
- TEMPLANZA
- AGRADECIMIENTO
- PUNTUALIDAD
- BELLEZA
- SERENIDAD
- SERVICIO
- DISCIPLINA
- DISCRECIÓN
- DISFRUTE
- DINERO
- ENTUSIASMO
- BÚSQUEDA DE LA VERDAD
- UNIDAD
- IGUALDAD
- EXCELENCIA
- LIDERAZGO
- LEGADO
- DEVOCIÓN
- HACER LA DIFERENCIA
- ÓRDEN
- POSITIVIDAD
- PRACTICIDAD
- PROFESIONALIDAD
- PRUDENCIA
- CALIDAD
- SEGURIDAD
- PIEDAD

¿Por qué los eliges ?

CHECK-IN RÁPIDO

Escribe rápidamente y sin pensar mucho 5 cosas en cada columna

COSAS QUE TE GUSTAN DE TI:	LAS COSAS QUE MÁS DISFRUTAS HACIENDO SON:	COSAS QUE SE TE DA BIEN HACER:

DAFO : Radiografía personal

FORTALEZAS

Cualidades personales que te ayudan a enfrentar retos.

OPORTUNIDADES

Circunstancias externas o internas que puedes **aprovechar** para crecer.

DEBILIDADES

Áreas que necesitas **mejorar** o que sientes que te limitan.

AMENAZAS

Factores internos o externos que pueden **sabotear** tu avance.

DAFO : Radiografía personal

¿Qué recursos dispones AHORA MISMO que hacen posibles tus sueños?

¿Y qué recursos POSIBLES podrían ayudarte a conseguirlos?

Tus **fortalezas** son el motor,
tus **debilidades** son lecciones,
tus **oportunidades** son regalos
y tus **amenazas** son retos que
puedes superar.

**Ahora tienes tu mapa personal,
úsalo para avanzar con confianza.**

ENERGÍA

¿Tienes claro qué momentos / personas / cosas son las que te aportan energía y cuáles te drenan?

Salud

ME APORTAN ENERGÍA

ME DRENAN ENERGÍA

--	--

Amor

ME APORTAN ENERGÍA

ME DRENAN ENERGÍA

--	--

Dinero

ME APORTAN ENERGÍA

ME DRENAN ENERGÍA

Diversión

ME APORTAN ENERGÍA

ME DRENAN ENERGÍA

Piensa en cómo puedes priorizar o aumentar lo que te llena y reducir, delegar o cambiar lo que te desgasta.

ENERGÍA

Te aconsejamos que realices este ejercicio más adelante. Durante el año, cuando te sientas estancada y necesites revisar tus niveles de energía

Ejercicio de las 100 hs

Durante 1 semana completa, desde que te levantas hasta que te acuestas apunta **todo lo que haces**.

También puedes completarlo en [este Excel](#).

Al final de la semana, define **categorías** de acuerdo a las actividades que realices y calcula las horas de cada una de esas categorías.

Analiza tus días

¿Hay momentos de pérdida de tiempo que podrías eliminar de tu semana?

¿Hay actividades que realizas continuamente y podrías automatizar?

¿Hay alguna actividad que podrías delegar?

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
06:30							
07:00							
07:30							
08:00							
08:30							
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							

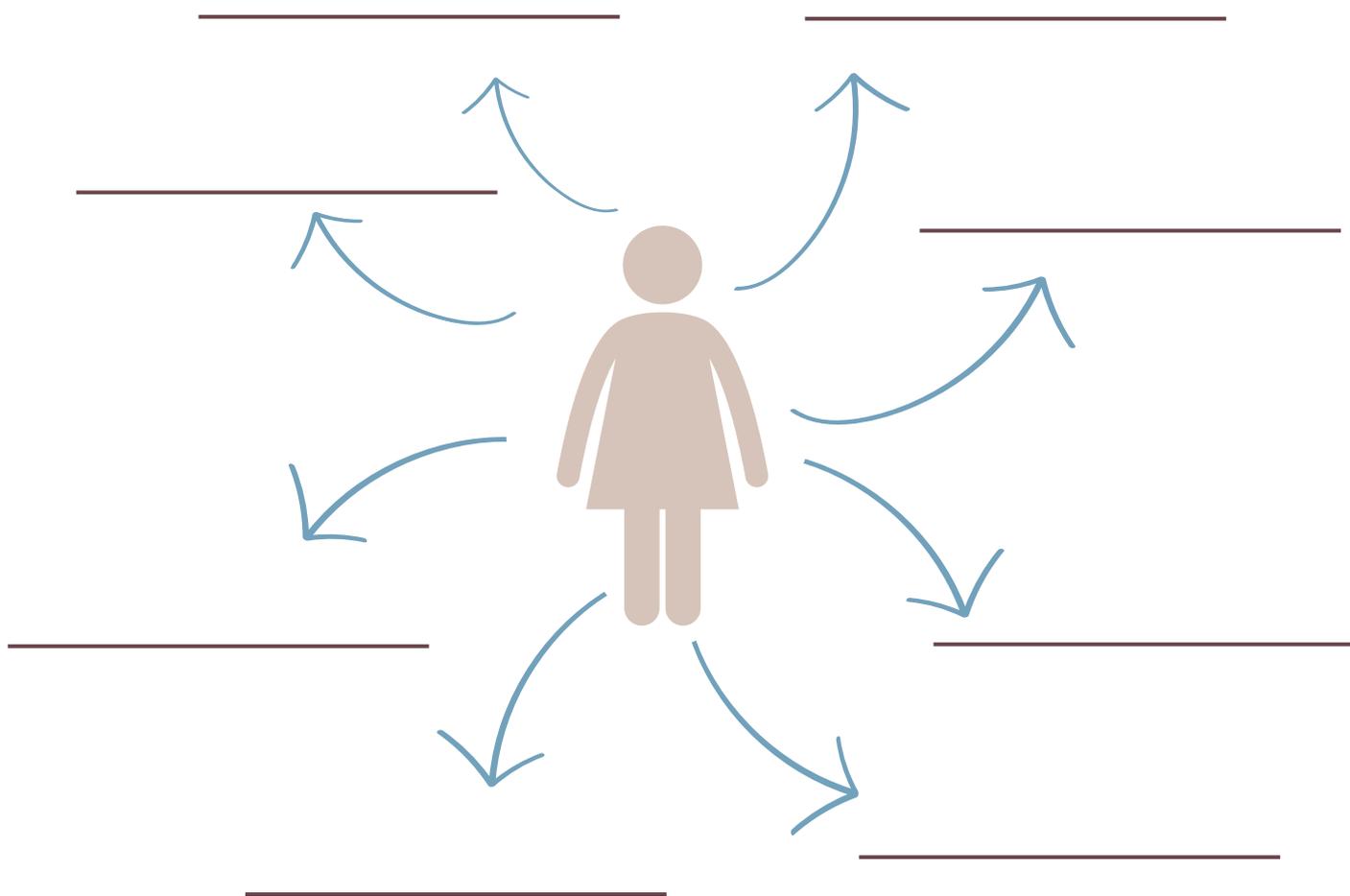
TUS ROLES

Simplifica y focaliza

Apunta todos los roles que desempeñas en tu día a día.

¿Consideras que hay alguno que deberías dejar de lado o dedicarle más o menos tiempo?

¿Tal vez hay algún rol que te gustaría desarrollar más?





IMPARABLES 2026

workbook 02

Sueños y compromiso



PARTE 1 metas y objetivos



BRAINSTORMING

Piensa en todos los objetivos que te gustaría cumplir este año, sin juzgarlos. **Apunta todo** lo que venga a tu cabeza en cada una de las áreas de tu vida. Puedes guiarte por las siguientes preguntas.

- ¿Qué te gustaría **mejorar** o **conseguir**?
- ¿Qué te haría sentir **orgullosa** al finalizar el año?
- Si no tuvieras **miedo ni limitaciones**, ¿qué te propondrías?

SALUD

AMOR

BRAINSTORMING

DINERO

DIVERSIÓN

ELEGIR Y FOCALIZAR

Revisar la lista del brainstorming y la lista de “acciones a llevar a cabo en 2026” que completaste en el workbook 01 (página 15.).

Categoriza tus objetivos en la siguiente tabla (o en [este excel](#)) para saber cuáles son los verdaderamente **posibles y realistas** para llevar a cabo este año, teniendo en cuenta los siguientes conceptos:

Relevancia o alineación con mis valores

Los objetivos deben reflejar tus valores y lo que consideras importante en la vida para que tus acciones tengan un propósito. Esta coherencia garantiza una mayor motivación y compromiso hacia su consecución. Puedes medirla del 1 al 5.

Fortalezas y capacidades

Revisa tu DAFO, cuales de tus fortalezas y habilidades puedes aplicar en ese objetivo. Es importante que tu objetivo sea consecuente con las capacidades que posees hoy en día.

Recursos disponibles

Considera si cuentas con los medios necesarios, como tiempo, dinero o habilidades para trabajar hacia el objetivo.

Grado de ilusión y energía

Reflexiona si ese objetivo mejorará tu bienestar, satisfacción o desarrollo personal. Si realmente te ilusiona llevarlo a cabo. Puedes medirlo del 1 al 5.

Temporalidad

Determina si el objetivo es a largo plazo (de 6 a 12 meses), medio plazo (menos de 6 meses) o recurrente (no requiere una gran planificación). Establecer un marco temporal claro facilita la planificación y seguimiento del progreso.

Proridad

Cuestionate si el objetivo tiene suficiente prioridad en tu vida actualmente. Puedes medirla del 1 al 5.

Viabilidad

Teniendo en cuenta los puntos anteriores, define si ese objetivo es posible de realizar durante los próximos doce meses.

OBJETIVO	RELEVANCIA	FORTALEZAS Y CAPACIDADES	RECURSOS DISPONIBLES	ILUSIÓN Y ENERGÍA	TEMPORALIDAD	PRIORIDAD	VIABILIDAD
1:							
2:							
3:							
4:							
5:							
6:							
7:							
8:							
9:							
10:							
11:							
12:							

SELECCIÓN FINAL

Ahora que ya sabes cuáles de los objetivos son viables tienes que elegir cuáles son los que elegirás y con los que te comprometerás a cumplir en 2026.

Para **evitar abrumarte** durante el año con objetivos que son muy complejos o implican mucha cantidad de tiempo o capacidad para enfocarte, te recomendamos que los **repartas** de la siguiente manera.

Largo Plazo

6 a 12 meses

Estos son los grandes objetivos transformadores que requieren planificación constante y tiempo sostenido. Elige de 1 a 2 objetivos principales.

1

2

Medio Plazo

Menos de 6 meses

Más manejables, pero también importantes.

Elige de 3 a 4 objetivos secundarios.

1

2

3

4

Recurrentes

Diarios, semanales o mensuales.

Son planes, hábitos o pequeñas cosas que te hacen ilusión y que quieres repetir a lo largo del año. No requieren de mucha planificación sino de voluntad.

Elige de 4 a 8 objetivos recurrentes.

1

2

3

4

5

6

7

8

CREENCIAS LIMITANTES

Una vez que tengas definidos tus objetivos para el 2026, pregúntate qué es lo que te bloquea, te frena o te atemoriza de llevarlos a cabo. Esta es la creencia limitante que deberás reformular. Usa tus fortalezas.

OBJETIVO	CREENCIA LIMITANTE	NUEVA CREENCIA	FORTALEZA QUE PUEDES USAR

CREENCIAS LIMITANTES

OBJETIVO	CREENCIA LIMITANTE	NUEVA CREENCIA	FORTALEZA QUE PUEDES USAR



IMPARABLES 2026

workbook 02

Sueños y compromiso



PARTE 2

plan de acción



CALENDARIZA

¡Enhorabuena! Ya tienes los objetivos claros, es momento de **distribuirlos a lo largo de tu año**. Organízalos en diferentes períodos de tiempo para evitar la sobrecarga de tareas y la consecuente frustración.

Por ejemplo, puedes dividirlos trimestralmente o semestralmente y elegir qué objetivo realizarás en cada etapa del año

A continuación encontrarás un tabla para organizarlos. Si lo prefieres puedes hacerlo en [este excel](#). Recuerda que deberás hacer una copia del archivo para poder editarlo.

A continuación te dejamos un ejemplo de cómo se vería la tabla.

Objetivos		Q1			Q2			Q3			Q4		
		ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
LARGO PLAZO	1: Mantener la organización y planificación	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	2: Rutina de autocuidado y bienestar	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
MEDIO PLAZO	1: Examen Inglés C1										✓	✓	✓
	2: Renovación piso		✓	✓	✓	✓	✓						
	3: Viaje a Tailandia		✓						✓	✓			
	4: Mejorar mis redes				✓	✓	✓	✓					
RECURRENTES	1: Leer libros de desarrollo personal	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			✓	✓	
	2: Día sin pantallas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	3: Tocar instrumento				✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓
	4: Actividad familiar	✓		✓		✓			✓	✓		✓	✓
	5: Día de spa		✓			✓			✓	✓			✓
	6: Deporte	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	7: Escapada de fin de semana	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	8: Formación profesional			✓	✓	✓					✓		

Objetivos	Q1			Q2			Q3			Q4		
	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
LARGO PLAZO												
1:												
2:												
MEDIO PLAZO												
1:												
2:												
3:												
4:												
RECURRENTES												
1:												
2:												
3:												
4:												
5:												
6:												
7:												
8:												

OBJETIVOS SMART

¿Cómo definir los objetivos?

Para tus objetivos de corto y largo plazo utilizar el modelo de metas SMART. De este modo te resultará más fácil poder llevarlos a cabo.

En las próximas páginas podrás desarrollar cada uno de tus objetivos de largo y medio plazo.

- S** **ESPECÍFICO**
¿Qué es exactamente lo que quieres lograr?
- M** **MEDIBLE**
¿Cómo sabrás que lo lograste?
- A** **ALCANZABLE**
¿Es posible con tus recursos y tiempo actuales?
- R** **RELEVANTE**
¿Por qué es importante este objetivo para ti?
- T** **TEMPORALES**
¿En qué plazo lo lograrás?

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

OBJETIVO:	
S	
M	
A	
R	
T	

¿Cuáles son los **3 primeros pasos** que deberías llevar a cabo para comenzar a cumplir este objetivo?

Fecha límite para haber dado los primeros pasos.

LEMA DEL AÑO

Reflexionar sobre los objetivos establecidos:

¿Qué palabra engloba la energía o intención de lo que quieres para el año?

Escribe la palabra en un lugar destacado como recordatorio diario.

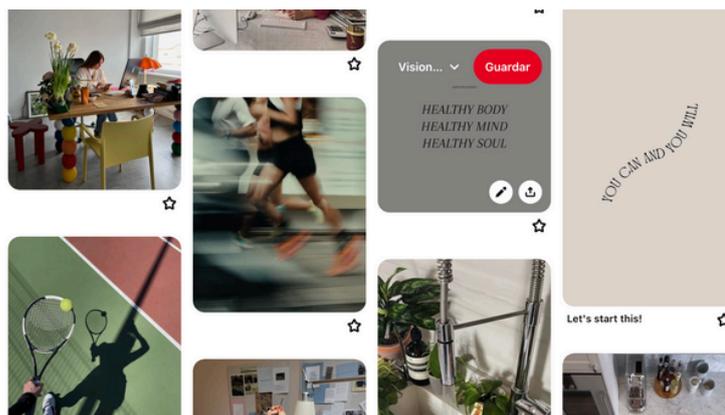
Como en tu mesita de noche, en vision board, en tu fondo de pantalla...

Mi lema para el 2026 es

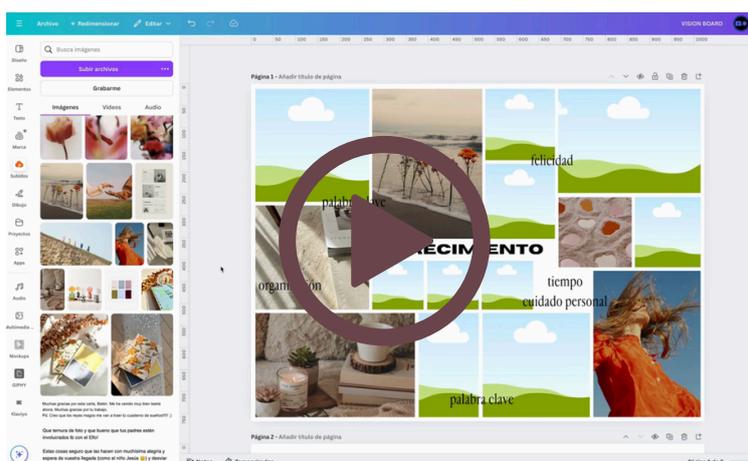
VISION BOARD

Visualiza como se verá tu vida cuando alcances tus objetivos..
Convierte tus metas en imágenes y frases motivadoras,

Aquí te compartimos **algunas imágenes** que puedes descargar de Pinterest imprimir y combinar con recortes de revistas para crear tu vision board manualmente.



Si lo prefieres, puedes hacerlo de forma digital utilizando **esta plantilla de Canva**. La plantilla tiene el tamaño adecuado para que puedas imprimir tu vision board y ponerlo en un sitio visible donde puedas verlo con frecuencia **Mira este video para saber cómo editarla.**



Lo importante es que lo tengas presente a diario para reforzar el foco en tus objetivos y motivarte para llevar a cabo las acciones necesarias

CARTA A MI YO DEL FUTURO

Ha llegado el momento de que escribas una carta a tu yo del final de 2026. Escribe cómo si ya hubieras logrado todo lo que te has marcado.

Para este ejercicio lo que queremos proponerte es que **aproveches la inteligencia artificial** 😊

➤ PASO 1

Puedes copiar el siguiente prompt en ChatGPT adaptando los puntos con las respuestas a los ejercicios que has realizado:

Acabo de completar un proceso profundo de reflexión y planificación sobre mi vida y mis objetivos para 2026. Quiero que me ayudes a escribir una carta a mi yo de diciembre de 2026, **hablándole desde el presente, como si ya hubiera vivido todo el año** y hubiera recorrido el camino hasta llegar allí.

Escribe la carta en primera persona, con un tono cercano, honesto y emocional, sin exageraciones ni frases vacías. Quiero que la carta transmita orgullo sereno, gratitud, claridad y calma, y que refleje crecimiento personal, no perfección.

La carta debe:

- Reconocer el **esfuerzo** realizado durante el año, incluso en los momentos difíciles.
- Recordar las **decisiones importantes** que marcaron el camino.
- Hablar de cómo he **aprendido** a priorizar, a cuidarme y a sostenerme cuando la vida se ha complicado.
- Reforzar la **confianza en mí** misma y en mi capacidad para seguir avanzando.

Utiliza la información que te doy a continuación para personalizar la carta y hacerla lo más fiel posible a mí:

Información para personalizar la carta:

- Acciones que quiero llevar a cabo en 2026: [escribe aquí]
- Cosas que me gusta hacer: [escribe aquí]
- Cosas que no quiero seguir haciendo: [escribe aquí]
- Fortalezas y habilidades que quiero aprovechar: [escribe aquí]

continúa en la siguiente página...

- Lo que me da energía y lo que me la quita: [escribe aquí]
- Mis creencias limitantes y los mantras que quiero utilizar: [escribe aquí]
- Mi lema del año: [escribe aquí]
- Mis dos objetivos más importantes para 2026 (largo y medio plazo): [escribe aquí]
- Otros objetivos más pequeños o recurrentes: [escribe aquí]
- Hábitos que quiero incorporar para conseguirlos: [escribe aquí]

Termina la carta con un **mensaje de aliento hacia el futuro**, recordándome que no necesito hacerlo todo perfecto para seguir avanzando, y que este camino tiene sentido.

La carta debe poder leerse en voz alta como si fuera una meditación visualizada personalizada, con frases que inviten a parar, respirar y conectar.

*Utiliza la base de ChatGPT para personalizar la carta aún más y darle tu toque personal.

➤ PASO 2

Una vez que tengas lista la carta **graba un audio** leyéndola.

Escúchala siempre que puedas, cuando vayas en el coche, antes de dormir, mientras te preparas el desayuno... Esta carta se convertirá en tu "**meditación visualizada personalizada**" y te recordará cuales son tus objetivos y cómo los vas a conseguir.

Es tu versión del VISION BOARD en formato audio.

CARTA A MI YO DEL FUTURO

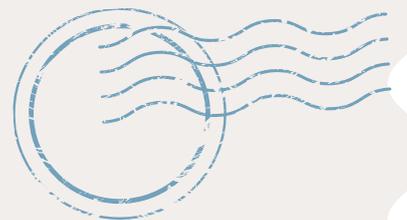
TO:

FROM:

31/12/2026



31/12/2026





IMPARABLES 2026

workbook 02

Sueños y compromiso



PARTE 3
acción y revisión



TU AÑO ORGANIZADO

Bienvenida al **comienzo de una nueva etapa**.

Y sí, viene la parte más bonita: este es tu espacio para pasar a la acción, planificar y convertir tus metas en algo **real y alcanzable**.

Vamos a plasmar todo lo que venimos trabajando: organizando tu año de forma muy visual y tus objetivos para avanzar poco a poco. **No hace falta complicarse**. De verdad: un pasito delante del otro.

En las próximas páginas encontrarás:

Calendarios mensuales

Perfectos para apuntar lo que de verdad importa: tus momentos de descanso, planes de ocio, fechas límite para tus tareas y **todo aquello que sea importante para tu año**.

Revisión trimestral

Un espacio para observar cómo vas, si estás cumpliendo lo que te propones y si necesitas **reajustar** algo para el próximo trimestre. La organización no va de rigidez; la **flexibilidad es clave**. No te frustres si no llegas a todo... tendemos a exigirnos demasiado. Aprende a regular tus ritmos: habrá meses más tranquilos y otros más activos, y eso está bien.

**Este es tu año. Tómatelo con cariño,
con intención y con ganas de
disfrutar del proceso.**

Enero de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Febrero de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Marzo de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

REVIEW TRIMESTRAL

Momento de repasar los objetivos que te has marcado para estos 3 meses y las pequeñas ilusiones.

LOGROS ALCANZADOS	OBSTÁCULOS SUPERADOS	LECCIONES APRENDIDAS

¿Qué metas de las que te has propuesto este trimestre has cumplido?

Si no has hecho suficiente, aprovecha ahora para marcarlas en días concretos de los próximos meses.

Estoy agradecida por:

Evaluación de hábitos

MANTENER	DEJAR	INCORPORAR

OBJETIVOS



HITOS ALCANZADOS



SIGUIENTES PASOS

Si has avanzado lo que esperabas, felicítate y a seguir así.
 Si no, aprovecha para marcarte hitos a cumplir en los calendarios de los próximos meses.

¿Cómo te encuentras en las principales áreas de tu vida?

<p>SALUD</p>	<p>AMOR</p>
<p>DINERO</p>	<p>DIVERSIÓN</p>

Abril de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Mayo de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Junio de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

REVIEW TRIMESTRAL

Momento de repasar los objetivos que te has marcado para estos 3 meses y las pequeñas ilusiones.

LOGROS ALCANZADOS	OBSTÁCULOS SUPERADOS	LECCIONES APRENDIDAS

¿Qué metas de las que te has propuesto este trimestre has cumplido?

Si no has hecho suficiente, aprovecha ahora para marcarlas en días concretos de los próximos meses.

Estoy agradecida por:

Evaluación de hábitos

MANTENER	DEJAR	INCORPORAR

OBJETIVOS



HITOS ALCANZADOS



SIGUIENTES PASOS

Si has avanzado lo que esperabas, felicítate y a seguir así.
 Si no, aprovecha para marcarte hitos a cumplir en los calendarios de los próximos meses.

¿Cómo te encuentras en las principales áreas de tu vida?

<p>SALUD</p>	<p>AMOR</p>
<p>DINERO</p>	<p>DIVERSIÓN</p>

Julio de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Agosto de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Septiembre de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

REVIEW TRIMESTRAL

Momento de repasar los objetivos que te has marcado para estos 3 meses y las pequeñas ilusiones.

LOGROS ALCANZADOS	OBSTÁCULOS SUPERADOS	LECCIONES APRENDIDAS

¿Qué metas de las que te has propuesto este trimestre has cumplido?

Si no has hecho suficiente, aprovecha ahora para marcarlas en días concretos de los próximos meses.

Estoy agradecida por:

Evaluación de hábitos

MANTENER	DEJAR	INCORPORAR

OBJETIVOS



HITOS ALCANZADOS



SIGUIENTES PASOS

Si has avanzado lo que esperabas, felicítate y a seguir así.
 Si no, aprovecha para marcarte hitos a cumplir en los calendarios de los próximos meses.

¿Cómo te encuentras en las principales áreas de tu vida?

<p>SALUD</p>	<p>AMOR</p>
<p>DINERO</p>	<p>DIVERSIÓN</p>

Octobre de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Noviembre de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Diciembre de 2026

Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

REVIEW TRIMESTRAL

Momento de repasar los objetivos que te has marcado para estos 3 meses y las pequeñas ilusiones.

LOGROS ALCANZADOS	OBSTÁCULOS SUPERADOS	LECCIONES APRENDIDAS

¿Qué metas de las que te has propuesto este trimestre has cumplido?

Si no has hecho suficiente, aprovecha ahora para marcarlas en días concretos de los próximos meses.

Estoy agradecida por:

Evaluación de hábitos

MANTENER	DEJAR	INCORPORAR

OBJETIVOS



HITOS ALCANZADOS



SIGUIENTES PASOS

Si has avanzado lo que esperabas, felicítate y a seguir así.
 Si no, aprovecha para marcarte hitos a cumplir en los calendarios de los próximos meses.

¿Cómo te encuentras en las principales áreas de tu vida?

<p>SALUD</p>	<p>AMOR</p>
<p>DINERO</p>	<p>DIVERSIÓN</p>



Ha llegado el momento de que
leas la carta que te escribiste
al principio del año.

Te deseamos un feliz
ME-2027