

# Visión y Compromiso



*Taller & Diario de Arte*

Fabiola Freire A.  
Académica, Coach y Asesora  
Octubre 2021

A vibrant collage of art supplies. At the top, a row of paint tubes is shown with thick, colorful paint dripping down. Below this, several more paint tubes are arranged horizontally, some with paint squeezed out into thick, wavy lines. In the middle-left, there are several small plastic pots of paint in various colors. At the bottom, a row of colorful crayons is displayed. The background is white, and the overall composition is bright and artistic.

¿Qué haremos hoy?...

- Visualizar.
- Construir.
- Mentalizar y meditar.

# Material para el taller:



Mucho amor  
propio.

Imaginación



Creatividad

Ganas de  
pasarlo bien



¿Estás lista / listo para el desafío?

<https://www.menti.com/79975g7rdn>

# La rueda de la vida

¿Qué necesito para que mi vida avance como una rueda?



Ejercicio



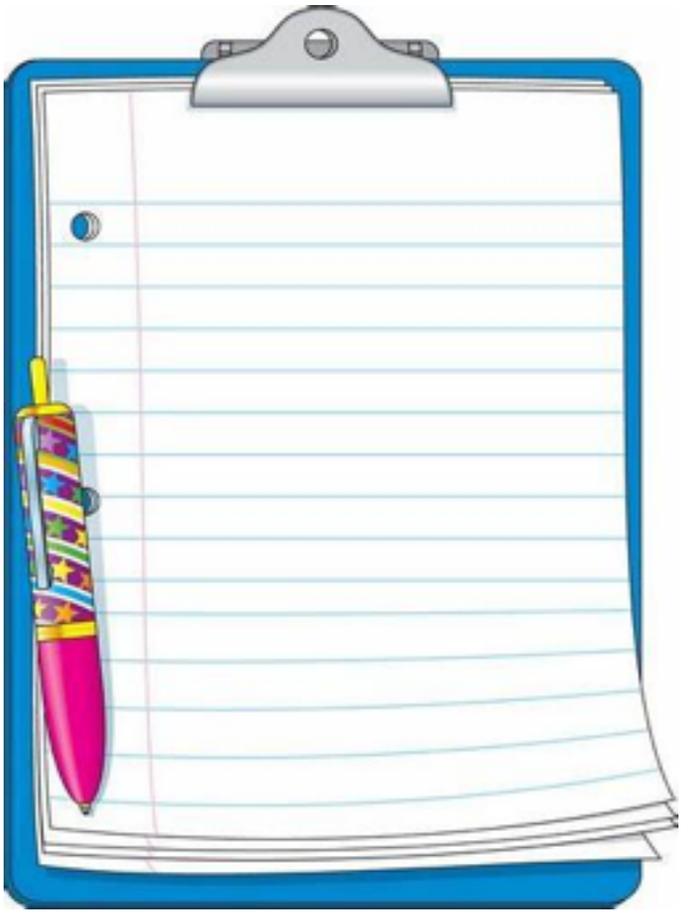
*¿Dónde quiero llegar?*

*¿Dónde estoy ahora?*





# Ejercicio



*¿Cuáles son mis titulares?*

# Haciendo realidad Mi Diario



*El poder de las afirmaciones  
para crear nuestra realidad*



*Ejercicio de meditación y visualización*

¿Estoy lista/listo para hacer  
realidad Mi Diario?





Fabiola Freire A.  
Coach, Asesora y Académica



Fabiola Freire Aguilar



@fabystar



@fkfreire

¡Muchas Gracias!