



A) ¿Como puedes prepararte hoy para el futuro que quieras?

1. Define una meta clara: Anota en una libreta que quieres lograr en los proximos 6 meses.
2. Dedica 15 minutos diarios a aprender algo nuevo: Leer, tomar un curso online o ver un video educativo.
3. Rodeate de personas que te inspiren: Unete a una comunidad o sigue a alguien que ya vive lo que tu deseas.
4. Haz una cosa incomoda al dia: Habla en publico, envia ese correo pendiente o empieza ese proyecto postergado.
5. Visualiza tu futuro cada mañana: Cierra los ojos y ve con detalle como seria tu dia ideal viviendo tu propósito.
6. Escribe lo que ya puedes hacer HOY con lo que tienes: No esperes a tener todo perfecto para comenzar.

B) Pequeños cambios practicos para aplicar el modelo SERVE

1. S See clearly (Ver con claridad)

- Escribe tus 3 prioridades del dia cada mañana.
- Apaga notificaciones por 1 hora para enfocarte.

2. E Embrace innovation (Abrazar la innovacion)

- Prueba una herramienta digital nueva esta semana.
- Cambia tu ruta al trabajo o tu rutina para estimular la creatividad.

3. R Reinvent continuously (Reinventarse constantemente)

- Camina 15 minutos diarios.
- Toma agua al despertar.
- Cambia un snack procesado por una fruta.
- Duerme 30 minutos mas.

Que Te Impulsa

4. V Value relationships (Valorar las relaciones)

- Escribe un mensaje de gratitud a alguien hoy.
- Pregunta con intención: ¿Cómo estás? y escucha de verdad.

5. E Elevate others (Elevar a los demás)

- Elogia sinceramente a un compañero o familiar.
- Comparte una frase motivadora en tus redes.
- Ayuda a alguien sin esperar nada a cambio.