



Un plan de vida es una herramienta fácil para ayudarle con las metas que son más importantes, así que usted puede planear la vida que usted desea. Le ayuda a aprender dónde está, a dónde quiere ir y se puede utilizar para ayudar a crear su plan de atención de diálisis, centrándose en lo que es mas importante para usted. Puede empezar utilizando el patrón que aparece a continuación como guía para crear su propio plan de vida.

MI LEMA: una frase o frase corta que explica sus ideas sobre su vida

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE PARA MI?

OBJETIVOS PARA SU FUTURO	PASOS A SEGUIR PARA ALCANZAR SUS METAS	FECHA

LA LEYENDA

TRABAJO: Establezca sus metas de trabajo/voluntariado para los próximos 10 años.

ESPIRITUAL: Tome acciones para mejorar su espiritualidad.

SALUD: Haga mucho ejercicio y coma una dieta saludable.

SOCIAL: Únase a clubes y encuentre cosas divertidas que hacer.

RELACIONES: Concéntrese en las relaciones importantes en su vida.

FINANZAS: Cree un presupuesto y establezca metas financieras a largo plazo.