



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

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.