



Roda da Vida

1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS

 Família

1 OBJ: _____

3 OBJ: _____

2 OBJ: _____

Programa de Coaching

1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS

€ **Dinheiro**

1 OBJ: _____

3 OBJ: _____

2 OBJ: _____

Programa de Coaching

1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS

🧠 **Relacionamentos**

1 OBJ: _____

3 OBJ: _____

2 OBJ: _____

Programa de Coaching

1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS



Saúde

1 OBJ: _____

2 OBJ: _____

3 OBJ: _____

Programa de Coaching



1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS

🧠 *Criatividade/Lazer*

1 OBJ: _____

3 OBJ: _____

2 OBJ: _____

Programa de Coaching

1 Ano

6MESES:

90DIAS

30DIAS

✓ RESULTADOS

🧑🏻‍💻 **Trabalho/Profissional**

1 OBJ: _____

- 👉 _____
- 👉 _____
- 👉 _____

3 OBJ: _____

- 👉 _____
- 👉 _____
- 👉 _____

2 OBJ: _____

- 👉 _____
- 👉 _____
- 👉 _____

Programa de Coaching

Plano Acções 2013

👤 **Relacionamentos**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

😊 **Saúde**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

@ **Trabalho**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

💰 **Dinheiro**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

🕒 **Criatividade**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

🏠 **Familia**

- 1 OBJETIVO: _____
- 2 OBJETIVO: _____
- 3 OBJETIVO: _____

Programa de Coaching