

Calendario

Espacio Épico

Transforma tus
espacios en 30 días
Día Sábado

ESPACIO
ÉPICO | By
Vanessa
Suárez

S	M	T	W	T	F	S
30 Ve por aquella pieza decorativa que siempre quisiste	Felicitaciones por tu Espacio Épico				Día de inicio	1 Agradece a tu espacio
2 Observa tu espacio	3 <u>Conecta con tu espacio</u> <u>Lectura</u>	4 Busca un aroma que te identifique	5 Toma el objeto más viejo que tengas	6 ¿Qué haces para que tus espacios se sientan agradables?	7 ¿lo último que compraste para tu espacio?	8 ¿Qué exhibes regalado?
9 Arregla un cajón	10 Dona ropa que no usas	11 3 objetos decorativos más importantes	12 3 objetos que no usas hace un año	13 Objetos o muebles están en mal estado	Vas muy bien 14 ¿Qué haces con lo que coleccionas? 15 ¿Qué eliminas de tu espacio hoy?	
16 Ordena por categorías un espacio	17 Colores de tu espacio hoy	18 <u>Elementos decorativos</u> <u>Lectura</u>	19 3 elementos que no funcionan	20 Pasea por tu espacio	21 Agradece por los cambios	22 ¿Por qué amas estar en tu espacio?
23 Cambia 3 elementos de lugar	24 Arregla un cajón	25 Elige un elemento protagonista	26 ¿Cómo estás de iluminación? <u>Lectura</u>	27 Pinta tu espacio	28 Créale un lugar a cada elemento	29 <u>Identifica tu estilo decorativo</u> <u>Quiz</u>

Toda transformación empieza con una acción

Comparte
tus resultados

 @espacio.epico

 Espacio Épico

CUADERNO DE *trabajo*

Transforma tus
espacios en 30 días

ESPACIO
ÉPICO | *By
Vanessa
Suárez*

Día 1

AGRADECE A TU ESPACIO

¿Qué agradeces?

Cuando entiendo
que la energía
trabaja para mi,
agradezco.

OBSERVA TU ESPACIO

¿Qué te gusta? ¿Qué no te gusta?

Día 2

Día 3

**CONECTA CON
TU ESPACIO**

¿Qué quiero reflejar de mí en
mis espacios?

Día 4

**BUSCA UN AROMA QUE TE
IDENTIFIQUE**

¿Cuál te gusta?
Ahora ambienta tus espacios

Día 5

Para lograr el éxito, debemos eliminar hábitos

TOMA EL OBJETO MÁS VIEJO QUE TENGAS

¿Qué aporta a tu vida?

Día 6

OBSERVA TU ESPACIO

¿Qué haces para que tus espacios se sientan agradables?



Día 7

¿QUÉ FUE LO ÚLTIMO QUE COMPRASTE PARA TU ESPACIO?

¿Qué le entrego a mis espacios?

Día 8

¿QUÉ EXHIBES EN TU ESPACIO QUE TE HAYAN REGALADO?

¿Valoras lo que te regalan?
¿No te regalan nada?

Día 9



ARREGLA UN CAJÓN

Lo que no tiene estructura
no es duradero



Día 10

DONA ALGO QUE NO USES

Me desprendo con consciencia
¿Qué donaste?

Día 11

ELIGE LOS 3 OBJETOS DECORATIVOS MÁS IMPORTANTES

¿Qué le aportan a tu vida?
¿Para que los tienes?

Día 12

ESCOGE 3 OBJETOS QUE NO USAS HACE MÁS DE UN AÑO

¿Qué harás?

Día 13

REVISAR QUE OBJETOS O MUEBLES ESTÁN EN MAL ESTADO

¿Arreglamos?

Día 14

¿TE GUSTA COLECCIONAR?

¿Qué haces con lo que coleccionas?

MENOS
ES MÁS

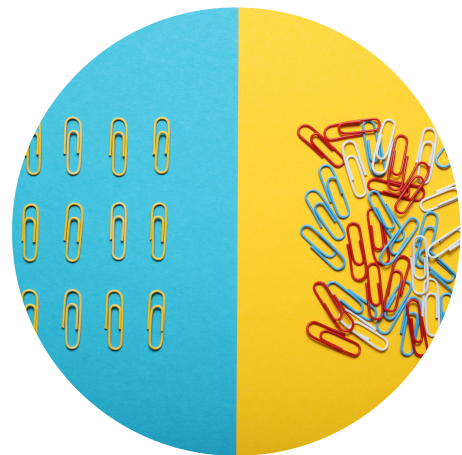
Día 15

¿QUÉ ELIMINAS DE TU ESPACIO HOY?

Día 16

ELIGE UN ESPACIO DONDE GUARDES MUCHAS COSAS, Y ORDÉNALAS POR CATEGORÍAS

¡Benditas categorías!



Día 17

¿CUÁLES COLORES SON LOS PRINCIPALES EN TU ESPACIO HOY?

¿Son los que quieres?



Día 18

¿QUÉ ELEMENTOS DECORATIVOS TE REPRESENTAN?

Día 19

ESCOGE 3 ELEMENTOS QUE NO FUNCIONAN

¡Arréglalos o bótalos!

Día 20

PASEA POR TU ESPACIO

Sí identificas que algo está en tu camino ubícalo en otro lugar

Día 21

AGRADECE POR LOS CAMBIOS

¿De que te sientes agradecido?

Presta
atención a lo
que haces, es
lo que eres



Día 22

¿POR QUÉ AMAS ESTAR
EN TU ESPACIO?

Día 23

CAMBIA AL MENOS 3
ELEMENTOS DE LUGAR

Evalúa tus hábitos con los
cambios

Día 24

ARREGLA UN CAJÓN

Que la primera opción
no sea rendirse

Día 25

**ELIGE UN ELEMENTO
PROTAGONISTA EN TU ESPACIO**

El que mas te guste y
busca que resalte

¿Cuál elegiste?



Día 26

¿CÓMO ESTÁS DE ILUMINACIÓN?

¿Después de la lectura, harás cambios?

Día 27

PINTA TU ESPACIO

¡Reto!



Día 28

**LA REGLA DE CADA COSA
EN SU LUGAR**

Créale un lugar a cada
elemento de tu espacio

¿Cómo te sientes con esta regla?

**Nadie lo hace
mal solo es
que no lo hace**

Día 29

IDENTIFICA TU ESTILO DECORATIVO

¿Cuál fue tu estilo, te identificas?

Día 30

**VE POR AQUELLA PIEZA DECORATIVA
QUE SIEMPRE QUISISTE**