

FREE *Your* **MIND**

Formazione in Azione



Calendario OBIETTIVI 2014

GUIDA al CALENDARIO OBIETTIVI

- Stabilire per ognuna delle 6 aree UN SOLO OBIETTIVO MENSILE (6 obiettivi/mese).
- Per ogni obiettivo scegliere massimo 3 AZIONI CONCRETE e specifiche da compiere QUOTIDIANAMENTE e utili al raggiungimento dell'Obiettivo Mensile Prefissato.
- Per ogni giorno in cui PORTATE A TERMINE le azioni di una specifica area (una o tutte e tre le azioni), barrate il simbolo vuoto presente nella casella di quel giorno.
- OBIETTIVO GIORNALIERO: riempire i 6 simboli vuoti OGNI GIORNO (da così □○☆↑◇△ a così ■●★↑◆▲).
- Consigliamo di dedicare ALMENO 10 minuti al giorno ad ogni AREA.
- Gli Obiettivi devono essere SMART+: Specifici, Misurabili, Attivanti (desiderabili), Realizzabili e Temporizzati (su base mensile), e formulati Positivamente (+).
- Le azioni devono essere concrete e misurabili. Se dichiaro di camminare ALMENO 30 minuti, camminando 29 minuti non raggiungo lo standard minimo e non potrò riempire il simbolo.
- Alla fine di ogni settimana verificate qual è il vostro andamento in direzione dei vostri 6 obiettivi, ed eventualmente "correggete il tiro" variando le Azioni Specifiche.
- Valutate qual è la vostra Area di Forza, la vostra Area di Focus (in cui vi risulta facile concentrarvi e compiere le azioni specifiche), la vostra Area di Miglioramento Prioritaria e la vostra Area di Distrazione (dove c'è resistenza nel compiere le azioni specifiche).
- CONDIVIDETELO in modo da assumervi un IMPEGNO PUBBLICO.
- METTETELO IN UN POSTO BEN IN VISTA o PORTATELO IN TASCA CON VOI.
- Nei giorni in cui non riempiete alcuni simboli, scrivete quali sono i motivi per cui non avete compiuto le azioni specifiche e valutate se sono scuse o motivazioni reali.
- A FINE MESE scrivete gli OBIETTIVI RAGGIUNTI sul piano annuale 2014.
- **DIVERTITEVI AD AGIRE E A RAGGIUNGERE I VOSTRI OBIETTIVI!!!**

ESEMPI

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Perdere 2 chilogrammi di massa grassa entro fine mese

Azioni Specifiche:

- Mangiare solo frutta e verdura
- Camminare almeno 30 minuti
- Andare in palestra almeno 50'

Lunedì	Martedì
1	2
■●★↑◆△	□●★↑◆▲

Non Agito

**Inviaci i tuoi feedback
e i tuoi suggerimenti
scrivendoci a
info@fym.it**

GENNAIO 2014

*"Ci sono molti modi di arrivare.
Il migliore è partire."*

- Ennio Flaiano -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
		1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△
6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△
13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△
20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△
27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△		

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

FEBBRAIO 2014

"Nulla esiste, tranne il QUI ed ORA."

- Bruce Lee -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
					1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△
3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△
10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△
17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△
24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△		

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

MARZO 2014

"Il TEMPO è la cosa più preziosa che un uomo possa spendere."

- Teofrasto -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
					1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△
3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△
10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△
17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△
24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△
31 □○☆↑◇△						

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

APRILE 2014

"Mai ti è concesso un desiderio senza che ti sia dato il potere di realizzarlo."

- Richard Bach -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
	1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△
7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△
14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△
21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△
28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△				

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

MAGGIO 2014

"Ho deciso di essere FELICE perché fa bene alla mia salute."

- Voltaire -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
			1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△
5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△
12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△
19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△
26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△	

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

GIUGNO 2014

"Diventa il cambiamento che vuoi vedere."

- Gandhi -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
						1 □○☆↑◇△
2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△
9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△
16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△
23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△
30 □○☆↑◇△						

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

LUGLIO 2014

"Lo scopo del LAVORO è quello di guadagnarsi il TEMPO LIBERO."

- Aristotele -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
	1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△
7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△
14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△
21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△
28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△			

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

-

-

-

AGOSTO 2014

*"La vita è come andare in bicicletta.
Per mantenere l'equilibrio devi muoverti."*
- Albert Einstein -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
				1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△
4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△
11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△
18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△
25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

SETTEMBRE 2014

*"Tutto quello che vuoi
è dall'altra parte della paura."*

- Jack Canfield -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△
8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△
15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△
22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△
29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△					

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

OTTOBRE 2014

*"Posso perdere una battaglia,
ma non perderò mai un minuto."*

- Napoleone -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
		1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△
6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△
13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△
20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△
27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△		

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

.....

Azioni Specifiche:

-

-

-

NOVEMBRE 2014

"Dobbiamo usare il TEMPO come uno strumento, non come una poltrona."

- J. F. Kennedy -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
					1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△
3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△	8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△
10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△	15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△
17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△	22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△
24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△	29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....
 -
 -
 -

DICEMBRE 2014

*"Non abbiate paura del futuro,
perché il futuro siete voi."*

- Karol Wojtyła -

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
1 □○☆↑◇△	2 □○☆↑◇△	3 □○☆↑◇△	4 □○☆↑◇△	5 □○☆↑◇△	6 □○☆↑◇△	7 □○☆↑◇△
8 □○☆↑◇△	9 □○☆↑◇△	10 □○☆↑◇△	11 □○☆↑◇△	12 □○☆↑◇△	13 □○☆↑◇△	14 □○☆↑◇△
15 □○☆↑◇△	16 □○☆↑◇△	17 □○☆↑◇△	18 □○☆↑◇△	19 □○☆↑◇△	20 □○☆↑◇△	21 □○☆↑◇△
22 □○☆↑◇△	23 □○☆↑◇△	24 □○☆↑◇△	25 □○☆↑◇△	26 □○☆↑◇△	27 □○☆↑◇△	28 □○☆↑◇△
29 □○☆↑◇△	30 □○☆↑◇△	31 □○☆↑◇△				

◆ Per il mio LAVORO ◆

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

▲ Per le mie FINANZE ▲

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

■ Per il mio CORPO ■

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

● Per la mia MENTE ●

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

★ Per le mie RELAZIONI ★

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

↑ Per la mia CRESCITA ↑

Obiettivo SMART+:

Azioni Specifiche:

.....

.....

.....

IL MIO 2014

"Il TEMPO è una scusa. Quando si ama una cosa, il tempo lo si trova."

- Dacia Maraini -

GENNAIO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	FEBBRAIO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	MARZO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	APRILE OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE
MAGGIO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	GIUGNO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	LUGLIO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	AGOSTO OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE
SETTEMBRE OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	OTTOBRE OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	NOVEMBRE OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE	DICEMBRE OBIETTIVI RAGGIUNTI CORPO MENTE RELAZIONI CRESCITA LAVORO FINANZE