**CARTA COMPROMISO**



Nombre: Miguel Ángel Rodríguez Martínez

Edad: 26 años Ocupación: comerciante

Contrato: yo soy un hombre AMOROSO, LIBRE, RESPONSABLE

**MIS METAS**

1. **METAS PERSONALES**

**Objetivo 1**: Yo voy a ahorar 20 mil pesos en 3 meses

Acciones: Yo voy a entrar en una tanda de dosientos pesos diarios y voy a guardar ese dinero en una cuenta de banco

Esto es importante para mi vida porque, es como empezare a comprar mis cosas para mi, lo que incluye mis muebles y mis electrodomesticos

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que tengo que limitarme en muchos gastos inesesarios que no podre estar echando la hueva

**Objetivo 2**: Yo voy a leer 20 min. Al día

Acciones: buscare y encontrare mi libro La conspiración de Dan Brown

Esto es importante para mi vida porque, ejercitare mi cerebro y lo llenare de conocimientos

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi decidía por la lectura, mi tiempo y mi ignorancia

**Objetivo 3**: yo me comprare ropa y calzado adecuado para empezar a trabajar con Eriberto Femat

Acciones: contactare un amigo que vende pantalones y camisas a pagos y eligiere los de mi agrado comprare uno por uno para no descuidar los otros gastos

Esto es importante para mi vida porque, andar bien arreglado me da mucha seguridad y eleva mi autoestima

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que tendré que trabajar mas, invertir dinero y tiempo y mi flojera

**Objetivo 4**: yo mantendré mi hogar limpio

Acciones: ya sea en la mañana o en la Telde que llegue de trabajar limpiare el desorden que haga en mi casa para mantener limpio

Esto es importante para mi vida porque, me brinda tranquilidad y armonía con las personas que viven a mi alrededor

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que tendré que levantarme mas temprano para empezara asear mi cuarto, mi sala, mi cocina o mi baño mi flojera y la comodidad de estar de escarde flojo

**Objetivo 5**: yo voy a mandar mi ropa a la lavandería una vez a la semana

Acciones: recogeré y mandare mi ropa sucia una vez a la semana

Esto es importante para mi vida porque, porque el andar bien arreglado y con ropa limpia me brinda mucha seguridad y confianza porque estar bien limpio me hace sentir muy bien

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, invertir dinero para que me laven mi ropa

**Objetivo 6:** yo voy a pagar esas pequeñas deudas que aun tengo

Acciones: yo voy hacer una pequeña lista de esas personas que les de bos dinero por mas minima que sea la cantidad y las oprganizare de tal manera que valla pagando una por una

Esto es importante en mi vida porquer, ara que las personas que de algun modo me prestaron ese dinero vuelavan a tener la confianza en mi y para volver a acercarme a ellos sin yo pensar que tienen algun prejuicio sobre mi poder acercarme a ellos sin temer a tener algun tipo de problemas

Los precios que estoy dispueto a pagar son: mi decidia, mi flojera y mi falta de compromiso

1. **METAS DE SALUD**

**Objetivo 1**: yo consultarla un nutrió logo para saber como mantenerme saludable

Acciones:contactare una amiga de mi mama que es nutrió loga para que me apoye y me apoye en saber como abalanzarme y llegar a mi peso adecuado, que debo y que no puedo comer para estar saludable

Esto es importante para mi vida porque, me servirá a mantener una mejor salud y un mejor cuerpo

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que ya no comeré tanta porquería en la calle

**Objetivo 2**: yo me arreglare mi diente estrellado

Acciones: yo visitare a un dentista para ahechar precios de la reparación de mi diente y pagare para que este tenga su reparación

Esto es importante para mi vida porque, porque me brindara mucha seguridad y confianza

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, son mi decidía mi flojera invertir de mi tiempo y dinero

**Objetivo 3**: yo tomare 2 litros de agua al DIA

Acciones: al salir de mi casa diario llenare mi botella de dos litros con agua que tomare diariamente

Esto es importante para mi vida porque, ayuda a mi Chepo a tener una mejor digestión, mantener un cerebro y una piel hidratada y porque ayuda a mejorar mi salud

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que dejare de tomar mucho refresco

**Objetivo 4**: yo entrenare a un GYM

Acciones: voy a buscar un gimnasio cerca de avenida Tlalpan que este cerca de mi trabajo

Esto es importante para mi vida porque, tendré mejor condición y un cuerpo saludable y por consiguiente muchísima seguridad y confianza en mi persona

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, que invertiré de mi tiempo, que dejare la flojera y la apatía, mi hueva y mi inseguridad

**Objetivo 5**: yo voy a dejar de beber como un alcoholico y sin medida

Acciones: yo voy a tener la fuerza de voluntad de no tomar y de saber convivir con las personas que me rodean

Esto es importante para mi vida porque, tendré una mejor relación con las personas en casa, en el trabajo y con mi novia

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi forma de convivir con los demás, mi tiempo, mi salud y mi dinero

1. **METAS DE RELACION**

**Objetivo 1 sanare la relación con mi padre**

Acciones: estaré en comunicación continua con el, no determino el DIA porque realmente el es muy ocupado y no carga teléfono, pero hablare con el por indos o iré a visitarlo una vez a la semana, convivir y hacerle saber que estoy para el

Diaria.

Semanal.

Quincenal

Mensual.

Esto es importante para mi vida porque, retomare a un ser muy importante en mi vida

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi indiferencia y mi orgullo

**Objetivo 2 yo sanare la con mi madre**

Acciones: estare pendiente de ella a diario

Diaria. Conviviré ya sea en el desayuno, comida o cena el DIA a DIA con mi mama

Semanal.

Quincenal

Mensual.

Esto es importante para mi vida porque, es la persona mas importante en mi vida

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi indiferencia y mi orgullo

**Objetivo 3 yo sanare la relación sentimental con mi novia**

Acciones:

Diaria. Hablare de su DIA a DIA y le are saber y la are sentir que estoy con ella, la escuchare y le dare mi punto de vista o mi consejo, are que esta relacion este llena de comunicacion y de confianza

Semanal. Una vez a la semana saldré con ella y compartiré un domingo o el dia que ella tenga disponible puesto que ella esta en servicio y buscare la manera de estar con ella, saldremos a comer al cine o a conocer algún lugar y mejorare mi relación con ella

Quincenal

Mensual.

Esto es importante para mi vida porque, me hace ser una mejor persona, porque ella para mi es un 10 y yo estoy para sumar en su vida como ella en la MIA

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi apatia mi indiferencia, mi orgullo y mi ego

**Objetivo 4 yo sanare la relación con mi hermano Luis Eduardo**

Acciones: mantendré una mejor comunicación a diario apoyándolo y escuchándolo

Diaria. Yo voy a entablar una comunicacion con mi hermano y me voy acercar a el para saber de su vida y de mis sobrinas, saber en que lo puedo yo apoyar y acerle saber que estoy para el

Semanal. Yo voy a salir a comer una vez a la semana con el, convivir por lo menos una ves a la semana con

Quincenal

Mensual. Chocare que tanto el como mis dos sobrinas estén bien y salir a comer con ellos y hacerle saberle cuenta con todo mi apoyo incondicional

Esto es importante para mi vida porque,

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi indiferencia

**Objetivo 5 yo voy a tener una mejor relación de hermanos con mi hermano menor Edgar Humberto**

Acciones: tener una comunicación diaria con el saber como estar y escucharlo es su DIA a DIA

Diaria. Yo simplemente platicare con el de su dia a dia y estar entererado de como esta su vida personal

Semanal. Saldremos a practicar clases de salsa,

Quincenal yo voy a invitarlo a comer ya sea fuera o dentro de casa

Mensual.

Esto es importante para mi vida porque, porque es una de las personas mas importante en mi vida y hacer cosas juntos nos unirá como hermano

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi inseguridad y mi indiferencia

**Objetivo. 6 yo voy a mejorar mi relacion con mi amigo, hermano y buddy de vida Heriberto Femat.**

**Acciones.** Yo voy a llamarle a diario para hacerle saber como voy con mis reportes, voy a tener la comunicacion y la confianza sin saber si meresco tener su amistad, escucharlo y aprender a convivir de nueva cuenta con el

1. **METAS PROFESIONALES**

**Objetivo 1**: yo voy aprender a manejar

Acciones: 1 vez a la semana visitarla Heriberto Fermat a que me de clases de manejo

Esto es importante para mi vida porque, es útil para conseguir algún trabajo, por tener el conocimiento o en alguna emergencia estar preparado

Los precios que estoy dispuesto a pagar son. Mi flojera, mi decidía y mi ignorancia

**Objetivo 2**: yo voy a sacar mi licencia de manejo

Acciones al terminar mis clases de manejo iré hacer mi examen de manejar para obtener mi licencia

Esto es importante para mi vida porque, tendré opciones múltiples para encontrar un mejor trabajo o un trabajo mas seguro

Los precios que estoy dispuesto a pagar son. Mi flojera y mi decidía y miedo y mi miedo de hacer un examen

**Objetivo 3**: yo voy a meter solicitud a Ubre para trabajar

Acciones realizare una solicitud para obtener trabajo en ubre y Heriberto me apoyara para realizar los tramites que se requieren

Esto es importante para mi vida porque, es una opción laboral que me permitirá trabajar y hacer mis planes

Los precios que estoy dispuesto a pagar son salir de mi zona de confort mi miedo a las cosas nuevas

**Objetivo 4**: yo voy aprender sobre la religión santera

Acciones yo voy a investigar y aprender de esta religion por las personas que quiero,para entender de cierta manera todo lo que es su religion y poder entablar de alguna manera alguna comunicacion y coneccion con mi seres queridos

Esto es importante para mi vida porque, tendré el conocimiento de una nueva religión y es importante para poder entender por parte de mi familia y familia de mi novia y a mi novia que practican esta religión

Los precios que estoy dispuesto a pagar son. Mi ignorancia, mi tiempo y mi dinero para poder aprender sobre esta religión

**Objetivo 5**: yo buscare un empleo formal en algún lugar de comida japonesa

Acciones saldré a buscar un trabajo con manejo de horario en algún Susi

Esto es importante para mi vida porque, es algo que me apasiona y si no simplemente le are de comer un bufete a mi familia de todo lo que se hacer

Los precios que estoy dispuesto a pagar son: salir de mi zona de confort, mi flojera y mi decidía

1. **METAS ESPIRITUALES**

**Objetivo 1**:

Acciones: yo asistiré una vez por semana al templo

Esto es importante para mi vida porque, porque me hace conectarme con alguien superior a mi

Los precios que estoy dispuesto a pagar son: mi tiempo y mi vergueta a ser juzgado

**Objetivo 2**: yo are una plegaria a diario

Acciones: en cualquier momento de mi DIA are una plagaría para agradecer a mi creador

Esto es importante para mi vida porque, me hace sentir en armonía con mi ser y encontrar un balance

Los precios que estoy dispuesto a pagar son, mi vergueta y mi pena a ser juzgado

1. **META COMUNITARIA PERSONAL**

**Objetivo 1**: yo saldré a barrer la banqueta de mi calle 2 veces por semana

Acciones: saldré temprano los martes y jueves a barrer la calle y la banqueta de donde vivo

Esto es importante para mi vida porque, creara una mejor convivencia con los vecino y dará excelente aspecto en donde yo vivo

Los precios que estoy dispuesto a pagar Sony flojera y mi decidía

**Objetivo 2**: yo daré de comer 1 vez al mes tortas a los chavos en situación de calle

Acciones: una vez a la quincena preparare 15 tortas de jamón queso jitomate y las repartiré a niños en situación de calle, en el metro donde trabajo hay muchos chiquillos en situación de calle y las repartiré a ellos

Esto es importante para mi vida porque,

Los precios que estoy dispuesto a pagar son. Tiempo, salir de mi zona de confort he inversión de dinero

Esta carta compromiso debe de estar realizada al 100% a principios del mes de septiembre, mis reportes estaran dirigidos a Heriberto Femat ( morrison ) y doy mi palabra de comprometerme a cumplirla todo para ser una mejor persona, para tener una mejor relacion conmigo mismo y las personas que me rodean