

HOJA DE SEGUIMIENTO DE OBJETIVOS

FECHA	OBJETIVO	QUÉ NECESITO HACER PARA ALCANZAR ESTE OBJETIVO	¿A QUIÉN LE PUEDO PEDIR AYUDA?	ME GUSTARÍA COMPLETAR ESTE OBJETIVO PARA EL	FECHA COMPLETADO
Ejemplo 3/15/15	Aprender a tomar mis medicamentos sin que mis padres me lo recuerden	a. Poner una alarma en mi teléfono para cuando necesite tomar mis medicamentos b. Mantener mis medicamentos en el mismo lugar para que pueda encontrarlos siempre (gabinete de la cocina)	Mamá y papá	5/15/15	