



Esencialmente Vivir

Yael González

Tarea para el hogar :

A ti, **¿Cómo te ha sentado la Vida?** Escribe en una hoja los momentos que te han marcado y cómo te has sentido.

¿En algún momento has pensado hacer algo diferente? Escribe las 4 primeras ideas. Si te hace vibrar, ¡adelante! Te aseguro es más sencillo de lo que crees.

Guía rápida para empezar con el Proyecto 333

¿Qué me voy a poner? Si es la primera vez que participas, entonces quizás estos consejos te pueden ayudar:

Saca todo de tu armario. Realmente todo. Pon lo encima de la cama. Coge cada prenda en tus manos para ponerla en una de cuatro pilas.

- A. Prendas que adoras.
- B. Prendas que quieres mantener (pero no sabes por qué).
- C. Prendas que no son tu estilo, o ya no te caben = para donación.
- D. Prendas que ya no están en buen estado = basura.

Lleva pila D a la basura, deja pila C con una ONG.

Coloca las cosas en pila B en una caja y guárdalo. Si en tres meses no echaste de menos nada del contenido = donación.

De la pila A: escoge tus 33 prendas. El resto probablemente no es de temporada, así que lo puedes guardar en otra caja. Solo lo volverás a ver después de 3 meses.

Asegúrate que las prendas que has escogido están de acuerdo con el clima (no necesitas tu mini falda si estás a -5°C. A no ser que lo combinas con medias de lana). Además, intenta prever cualquier fiesta o viaje que se avecina durante los próximos tres meses.

Tu vida será más fácil si los colores combinan entre ellos. Pero no significa que tendrás que ir de blanco/gris/negro todo el tiempo. Escoger dos colores base (marrón y negro) y dos colores de personalidad (por ejemplo, verde y rosa, verde y azul, azul y rojo, azul y lila) te darán muchas oportunidades de combinación.

¡Suerte!