DESAFIO OLHOS DE ÁGUIA

FASE 1

INÍCIO

Me apaixonei pelos meus Olhos

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assisti ao bônus Conhecendo os Olhos por dentro

cole seu adesivo de bonificação aqui

Ajudei alguma colega Águia que estava com dúvida na comunidade

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assisti ao Vídeo Específico sobre o MEU problema Visual (Módulo 0)

cole seu adesivo de bonificação aqui

Baixei o Aplicativo Olhos de Águia no meu celular (Módulo 0)

cole seu adesivo de bonificação aqui

Listei todos os Exercícios Visuais do MEU programa

cole seu adesivo de bonificação aqui

Acessei o meu Programa de Exercícios no Módulo 0

cole seu adesivo de bonificação aqui

Defini quais são as minhas 5 Qualidades Águia

cole seu adesivo de bonificação aqui

Uhuu Animação total para melhorar minha visão

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assisti ao Bônus 8 Súper Dicas e história Tatiana

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assisti ao Bônus Entrevista com Oftalmologista

cole seu adesivo de bonificação aqui

Acessei o Módulo 1

cole seu adesivo de bonificação aqui

Pratiquei o meu 1º Exercício Visual

cole seu adesivo de bonificação aqui

Anotei e dividi na comunidade minhas primeiras percepções com a #primeiraspercepções

cole seu adesivo de bonificação aqui

Yes, completei a 1ª Fase e estou pronto para a próxima (Postei uma foto desse Tabuleiro completo lá na comunidade do facebook com a #fase1completa

cole seu adesivo de bonificação aqui

Defini meu Porquê e escolhi minha imagem

cole seu adesivo de bonificação aqui

Imprimi essa imagem, coloquei na moldura (imã) Postei uma foto na comunidade com a #meuporque

cole seu adesivo de bonificação aqui

Fiz a 1ª Avaliação Visual para Longe, Perto e Campo e Anotei em meu Registro de Evolução

cole seu adesivo de bonificação aqui

Estabeleci a data das próximas Avaliações (sugestão daqui 6 semanas)

cole seu adesivo de bonificação aqui

Defini qual será o Prêmio (Vale Presente) que eu mesmo vou me dar quando chegar na Fase 4

cole seu adesivo de bonificação aqui

Postei a foto do meu Registro de Evolução e do meu Vale Presente na comunidade com a #primeiraavaliação

cole seu adesivo de bonificação aqui

Registro de evolução

Pedi ao oftalmo um relatório sobre minha visão e receitas atuais.

cole seu adesivo de bonificação aqui

Dividi com a comunidade a foto do meu relatório médico/receitas #primeirorelatorio

cole seu adesivo de bonificação aqui

Respondi pela 1ª vez o Questionário de Qualidade Visual

cole seu adesivo de bonificação aqui

Acessei o módulo 0 e assisti ao vídeo Como enxergar como Águia

cole seu adesivo de bonificação aqui

Entrei e me apresentei na Comunidade do Facebook

cole seu adesivo de bonificação aqui

Entendi como faço pra tirar dúvidas e li com atenção as Dúvidas Frequentes

cole seu adesivo de bonificação aqui

Vi o calendário e Anotei as datas das aulas (Secretária Digital)

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assisti ao Vídeo Primeiros Passos

cole seu adesivo de bonificação aqui

Assumi o compromisso comigo mesmo e sou Águia para começar o Desafio

cole seu adesivo de bonificação aqui

OLHOS DE ÁGUIA
MELHORANDO SUA VISÃO