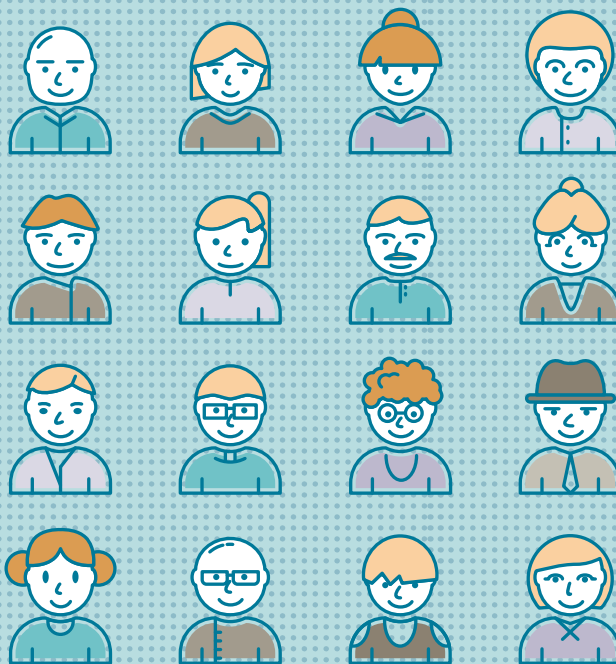


UNA EMPRESA  
FELIZ  
ES UNA EMPRESA  
EXITOSA



MANIFIESTO DE LA FELICIDAD EN EL TRABAJO

2019

CALENDARIO  
LABORAL  
BIZKAIA



[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# ENERO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

31 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 1 2 3

## DICIEMBRE 2018

26 27 28 29 30 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

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

## FEBRERO

28 29 30 31 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 1 2 3

# 1

## ELIJO SER FELIZ EN EL TRABAJO.

Rechúo a estar en un trabajo que no me hace feliz. Es así de simple. Quiero despertarme en la mañana esperando el momento de ir a trabajar. Quiero hablar orgullosamente a los otros del trabajo que hago y de mis compañeros. Esperaré de igual manera el lunes a la mañana como el viernes a la tarde. Esta elección no me hará feliz mágicamente pero es donde debo empezar.

# 2

## PUEDO SER FELIZ EN EL TRABAJO.

De hecho todos pueden. Siempre y cuando quieran.

# FEBRERO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

28 29 30 31 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 1 2 3

## ENERO

31 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 1 2 3

## MARZO

25 26 27 28 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

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 3

## MI FELICIDAD EN EL TRABAJO ES MI RESPONSABILIDAD.

Aunque mi jefe, mis compañeros, mis empleados y mi lugar de trabajo afecten mi felicidad en el trabajo, la responsabilidad final es mía y sólo mía.

# 4

## SABER QUÉ ME HACE FELIZ O INFELIZ EN EL TRABAJO ES MI RESPONSABILIDAD.

Saber qué me hace feliz en el trabajo es el primer paso para conseguirlo.

Y si yo no lo sé, ¿Quién?



# MARZO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

25 26 27 28 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

## FEBRERO

28 29 30 31 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 1 2 3

## ABRIL

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 1 2 3 4 5

 [www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 5

**HACER SABER A LOS DEMÁS QUÉ ME HACE FELIZ O INFELIZ EN EL TRABAJO ES MI RESPONSABILIDAD.**

No le corresponde a mi jefe, mis compañeros, mis empleados y mi lugar de trabajo el hecho de poder leerme la mente y encontrar qué me hace feliz en el trabajo. Yo debo decírselos.

# 6

**ALGO VA A PASAR CUANDO YO HAGA ALGO.**

Mientras me quede sentado esperando que mi jefe, mis compañeros, mis empleados y mi lugar de trabajo hagan algo para hacerme feliz, nada va a pasar.



# ABRIL

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

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 1 2 3 4 5

## MARZO

25 26 27 28 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

 [www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

## MAYO

29 30 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 1 2

# 7

## SÉ QUE MI FELICIDAD EN EL TRABAJO AFECTA MI FELICIDAD FUERA DE ÉL.

Es difícil sacarse de encima un mal día en el trabajo cuando llegamos a casa. Pero un gran día en el trabajo me da energía para una gran tarde y noche en casa. Una gran semana de trabajo es un excelente trampolín para un gran fin de semana.

# 8

## SÉ QUE LA FELICIDAD EN EL TRABAJO AFECTA MI SALUD.

Estar infeliz o estresado en el trabajo puede enfermarme, deprimirme e incluso matarme. Por el contrario, ser feliz en el trabajo me hace más sano y fuerte mental y físicamente.

# MAYO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

29 30 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 1 2

## ABRIL

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 1 2 3 4 5

## JUNIO

27 28 29 30 31 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

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 9

**PUEDO TERMINAR PASANDO LA MAYOR PARTE DE MI TIEMPO DESPIERTO EN EL TRABAJO Y QUIERO QUE ESAS HORAS SEAN IMPORTANTES.**

Probablemente pasaré más tiempo en el trabajo que con mi familia, mis hobbies y mis amigos todos combinados. Quiero que esas horas sean divertidas y placenteras. Quiero que ellas contribuyan a algo importante.

# 10

**ESTÁ OK TENER UN MAL DÍA EN EL TRABAJO.**

No puedo estar feliz todo el día, todos los días. Siempre está OK tener un mal día en el trabajo. Una mala semana, mes o año no está OK.

# JUNIO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

27 28 29 30 31 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

## MAYO

29 30 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 1 2

## JULIO

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 1 2 3 4

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 11

## CUANDO ESTOY FELIZ TRABAJO MEJOR.

Quando estoy feliz estoy comprometido, motivado, involucrado, soy más creativo, menos temeroso, más servicial y productivo.

# 12

## NO EXISTE ALGO ASÍ COMO DEMASIADA FELICIDAD.

No importa cuan feliz esté, un poco más nunca hace mal.

# JULIO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

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 1 2 3 4

## JUNIO

27 28 29 30 31 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

## AGOSTO

29 30 31 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 1

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 13

**RECONOZCO QUE LA FELICIDAD EN EL TRABAJO TAMBIÉN VIENE DEL TIEMPO QUE NO ESTOY EN EL TRABAJO.**

Vacaciones, fines de semana, feriados y otros momentos fuera del trabajo me permiten reflexionar y descansar. Me da nuevas producciones e ideas. Una vida transcurrida casi exclusivamente en el trabajo **SEGURAMENTE** no me hará feliz.

# 14

**RECONOZCO QUE LA FELICIDAD EN EL TRABAJO ES DIFERENTE PARA CADA UNO.**

El sueño de una persona es el infierno de otra. Las cosas que me hacen feliz a mí en el trabajo pueden ser una experiencia terrible para muchos otros.



# AGOSTO

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

29 30 31 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 1

## JULIO

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 1 2 3 4

## SEPTIEMBRE

26 27 28 29 30 31 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

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 15

## FELICIDAD EN EL TRABAJO ES ALGO QUE CREO AHORA.

No el próximo mes, el próximo trimestre o el próximo año. Soy feliz ahora... o nunca.

# 16

## RECONOZCO QUE LA FELICIDAD EN EL TRABAJO NO VIENE DE LA AUSENCIA DE COSAS MALAS EN EL LUGAR DE TRABAJO.

Todos los lugares de trabajo pueden tener gente desagradable, demasiado trabajo, clientes exigentes, estrés, burocracias y otras idiosincrasias y molestias. Aunque intentemos minimizarlos, yo no esperaré a ser feliz en el trabajo hasta que todo eso sea eliminado. Si espero, nunca seré feliz.

# SEPTIEMBRE

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

26 27 28 29 30 31 1

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23/30 24 25 26 27 28 29

## AGOSTO

29 30 31 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 1

## OCTUBRE

30 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 1 2 3

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 17

## LA FELICIDAD EN EL TRABAJO ES CONTAGIOSA - YO SERÉ PORTADOR.

La gente feliz hace feliz a los demás. Así es como quiero afectar a los otros. La infelicidad en el trabajo también es contagiosa - pero no es divertido contagiar este virus en particular.

# 18

## LA MEJOR MANERA DE SER FELIZ EN EL TRABAJO ES HACIENDO QUE OTROS TAMBIÉN SEAN FELICES EN EL TRABAJO.

No tiene sentido tratar y ser feliz tan solo yo. La felicidad es contagiosa. Rápidamente perdería mi felicidad si fuera el único feliz.

# OCTUBRE

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

31 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 1 2 3

## SEPTIEMBRE

26 27 28 29 30 31 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

## NOVIEMBRE

28 29 30 31 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 1

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 19

## ME VA A LLEVAR TIEMPO HACERLO.

Lograr que yo esté feliz en el trabajo y también los demás lleva tiempo. Este es tiempo bien invertido, porque ser feliz me hace más productivo. Yo (felizmente) me tomo ese tiempo.

# 20

## ARREGLARÉ MI TRABAJO O RENUNCIARÉ.

Si no hay forma que pueda ser feliz en mi trabajo actual, renunciaré. Si, esto asusta. ¿Pero que hay de ir a trabajar todos los días sintiéndote desmotivado, cínico, estresado e indefenso? ¿Esto asusta menos?

# NOVIEMBRE

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

28 29 30 31 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 1

## OCTUBRE

30 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 1 2 3

## DICIEMBRE

25 26 27 28 29 30 1  
2 3 4 5 6 7 8  
9 10 11 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22  
23/30 24/31 25 26 27 28 29

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 21

## LA FELICIDAD EN EL TRABAJO NO ES CIENCIA ESPACIAL.

Las cosas necesarias para hacerme feliz en el trabajo son realmente simples y pueden ser llevadas a casi cualquier lugar de trabajo. Reconocimiento. Actitud positiva. Aprender y crecer. Compartir decisiones. Apertura.

# 22

## YO DOY PRIMERO.

Si siento que los otros nunca me aprecian, yo comenzaré apreciándolos a ellos. Si los otros no me escuchan, yo los voy a escuchar. Voy a dar un buen ejemplo, y voy a dar primero.

# DICIEMBRE

# 2019

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

25 26 27 28 29 30 1

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23/30 24/31 25 26 27 28 29

## NOVIEMBRE

28 29 30 31 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 1

## ENERO 2020

30 31 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 1 2

[www.asesoriaprojecta.com](http://www.asesoriaprojecta.com)

# 23

LA FELICIDAD EN EL TRABAJO PROVIENE DE LAS COSAS QUE HACEMOS AQUÍ Y AHORA.

Voy a involucrar a otros y comenzaré ahora mismo.

# Busca el día laboral **festivo 2019** para tu municipio.

- **Amoroto:** 4 de julio (San Martín).
- **Arakaldo:** 18 de julio (Santa Marina).
- **Arantzazu:** 1 de julio (San Pedro).
- **Areatza:** 24 de agosto (San Bartolomé).
- **Arrankudiaga:** 11 de noviembre (San Martín).
- **Arratzu:** 21 de diciembre (Santo Tomás).
- **Arrieta:** 11 de noviembre (San Martín).
- **Arrigoriaga:** 22 de julio.
- **Artea:** 6 de septiembre.
- **Artzontales:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Atxondo:** 29 de junio (San Pedro).
- **Aulesti:** 24 de junio (San Juan).
- **Bakio:** 29 de agosto (San Juan Doloz).
- **Balmaseda:** 23 de octubre (San Severino).
- **Barakaldo:** 16 de julio (Nuestra Sra. del Carmen).
- **Barrika:** 24 de junio (San Juan).
- **Basauri:** 4 de octubre (San Fausto).
- **Bedia:** 24 de junio (San Juan).
- **Berango:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Bermeo:** 16 de septiembre (Santa Eufemia).
- **Berriatu:** 9 de mayo (San Gregorio).
- **Berriz:** 2 de julio.
- **Bilbao:** 23 de agosto (Viernes de la Semana Grande).
- **Busturia:** 10 de julio (San Cristóbal).
- **Derio:** 15 de mayo (San Isidro Labrador).
- **Dima:** 28 de junio (San Pedro).
- **Durango:** 13 de octubre (San Fausto).
- **Ea:** 24 de junio (San Juan).
- **Elantxobe:** 1 de julio (San Pedro).
- **Elorrio:** 4 de julio ( San Balendin Berrio-Otxoa).
- **Erandio:** 20 de junio (Corpus Christi).
- **Erreño:** 30 de septiembre (San Miguel).
- **Ermua:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Errigoiti:** 13 de junio (San Antonio).
- **Etxebarrri:** 26 de diciembre (San Esteban).
- **Etxebarrria:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Forua:** 11 de noviembre (San Martín).
- **Fruiz:** 6 de agosto (San Salvador).
- **Galdakao:** 13 de septiembre (Exaltación de la Santa Cruz).
- **Galdames:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Gamiz-Fika:** 11 de noviembre (San Martín).
- **Garai:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Gatika:** 25 de abril (San Marcos).
- **Gaitejiz de Arteaga:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Gernika-Lumo:** 16 de agosto (San Roque).
- **Getxo:** 15 de mayo (San Isidro).
- **Gizaburuaga:** 9 de septiembre (Andra Mari).
- **Gordexola:** 26 de septiembre.
- **Gorliz:** 5 de agosto (Ntra Sra. de las Nieves).
- **Gueñes:** 12 de agosto (San Lorenzo).
- **Ibarrangelu:** 20 de junio (Corpus Christi).
- **Igorre:** 13 de junio.
- **Ispaster:** 26 de julio (Sta Ana).
- **Iurreta:** 30 de septiembre (San Miguel).
- **Izurtza:** 9 de septiembre (Nuestra Sra. de Erdoiza).
- **Valle de Carranza:** 18 de septiembre (Nuestra Sra. del Buen Suceso).
- **Kortezubi:** 26 de julio.
- **Lanestosa:** 5 de agosto (Las Nieves).
- **Larrabetzu:** 15 de mayo (San Isidro Labrador).
- **Laukiz:** 30 de septiembre.
- **Leioa:** 24 de junio.
- **Lekeitio:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Lemoa:** 9 de septiembre (Andra Mari).
- **Lemoiz:** 17 de octubre.
- **Lezama:** 9 de septiembre (Bolaleku).
- **Loiu:** 1 de julio (San Pedro).
- **Mallabia:** 6 de marzo (Miércoles de ceniza).
- **Mañaria:** 21 de octubre.
- **Markina-Xemein:** 16 de julio.
- **Maruri-Jatabe:** 13 de septiembre (Santa Cruz).
- **Mendata:** 15 de mayo (San Isidro).
- **Mendexa:** 1 de agosto (San Pedro Ad Vincula).
- **Meñaka:** 16 de agosto (San Roque).
- **Morga:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Mundaka:** 25 de noviembre (Santa Catalina).
- **Mungia:** 18 de enero.
- **Munitibar-Arbatzegi Gerrikaitz:** 29 de junio (San Pedro).
- **Murueta:** 9 de septiembre (Andra Mari).
- **Muskiz:** 24 de junio (San Juan).
- **Muxika:** 28 de octubre (Último Lunes de octubre).
- **Nabarniz:** 9 de septiembre (Andra Mari).
- **Ondarroa:** 17 de agosto (Día del pescador).
- **Orozko:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Ortuella:** 17 de mayo (San Félix de Cantalicio).
- **Otxandio:** 18 de julio.
- **Plentzia:** 22 de julio (La Madalena).
- **Portugalete:** 16 de agosto (San Roque).
- **Santurtzi:** 16 de julio (Virgen del Carmen).
- **Sestao:** 29 de junio (San Pedro Apóstol).
- **Sondika:** 24 de junio.
- **Sopelana:** 16 de julio (Virgen del Carmen).
- **Sopuerta:** 26 de julio (Santa Ana).
- **Sukarrieta:** 30 de noviembre (San Andrés).
- **Trucíos:** 16 de agosto (San Roke).
- **Ubide:** 24 de junio.
- **Ugao-Miraballes:** 9 de septiembre (Nuestra Sra. de Udiarraga).
- **Urduliz:** Irailaren 9a (Andra Mari).
- **Orduña:** 8 de mayo (Otxomaio).
- **Valle de Trápaga:** 6 de agosto (Transfiguración del Señor).
- **Zaldibar:** 5 de julio.
- **Zalla:** 7 de octubre (Día de Gangas).
- **Zamudio:** 11 de noviembre (San Martín).
- **Zaratamo:** 9 de agosto (San Lorenzo).
- **Zeanuri:** 15 de mayo (San Isidro).
- **Zeberio:** 2 de septiembre (San Antolín).
- **Zierbena:** 15 de octubre (Día de la Independencia de Zierbena).
- **Ziortza-Bolibar:** 24 de junio (San Juan).