








Abbott


MIS OBJETIVOS, MI PLAN

 OBJETIVO	¿PARA QUÉ?
	<hr/> <hr/> <hr/>

INICIO _____ ¿CUÁNDO DEBO FINALIZAR? _____

 ACCIONES, PASO A PASO	 FECHA LÍMITE	 COMPLETADO
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

POSIBLES OBSTÁCULOS 	¿CÓMO VOY A SUPERARLOS? 
<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>

 PROGRESO	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> <div style="width: 20px; height: 20px; background-color: #add8e6;"></div> </div>
--	--

CHL2329080



Abbott

MI PLAN DEL MES



Mi plan del mes

MES:

AÑO:

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábado Domingo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo



NOTAS

CHL2329080



Abbott

PLANIFICANDO CON ENFOQUE



DEFINO
MI TAREA



La fraccio en “**minitareas**” que me resulten más manejables

MINITAREAS

1

2

3

4

TIEMPO REQUERIDO



Programando mis **minitareas**



ACCIONES



RECORDATORIOS





Abbott

MI PLANIFICADOR DIARIO

D L M M J V S

Fecha

Input fields for date selection

Mi foco hoy

Area for daily focus with a target icon.

Citas para hoy

Area for daily appointments with a star and speech bubble icon.

Prioridades del día

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Hora	Lo que debo hacer hoy
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____

¿Qué agradezco hoy?

Area for gratitude with a sun and arrow icon.

¿Qué resultó bien hoy?

Area for what went well with a person and checkmark icon.

¿Qué me hizo feliz?

Area for what made me happy with a person jumping icon.

¿Qué voy a mejorar?

Area for what I want to improve with a person and plus icon.



Abbott

PRIORIDADES PARA LA SEMANA


MIS PRIORIDADES PARA LA SEMANA



DEL: AL:

LUNES  	MARTES  	MIÉRCOLES  	JUEVES  
VIERNES  	SÁBADO  	DOMINGO  	LUNES  

OBJETIVO DE LA SEMANA

MI PLAN PARA LOGARLO 

CHL2329080

SEMANA:



COSAS QUE LOGRÉ ESTA SEMANA



COSAS DIFÍCILES O ESTRESANTES DE LA SEMANA



COSAS QUE APRENDÍ ESTA SEMANA
