

Plantilla semanal sin abrumarte

Una guía simple para organizar tu semana con más claridad y menos presión.

CarolínMagazine

Semana del _____ al _____

Enfoque de esta semana _____

3 prioridades reales

1 _____

2 _____

3 _____

Bloques suaves para la semana

Bloque	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Mañana	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Tarde	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____
Noche	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____	_____ _____

Día colchón

Para imprevistos, pendientes que se movieron
o cosas que tomaron más tiempo del esperado.

Regla clave

Si la semana se rompe,
no se reinicia desde cero.
Se ajusta.