

METAS

PENDIENTES

TO DO LIST

Descargable: **Filtro de foco semanal**

La plantilla para dejar de
sentir que todo es urgente.

@fabulosaestudio

Bienvenida a tu Filtro de Foco Semanal

Si eres emprendedora, probablemente conoces esta sensación:

- Empiezas la semana con mil ideas, una lista interminable de pendientes y la sensación de que todo necesita tu atención al mismo tiempo.

Contenido.

Clientes.

Ventas.

Administración.

Cursos.

Ideas que llegan mientras te estás bañando.

- Y antes de darte cuenta, pasaste toda la semana ocupada... pero sin sentir que realmente avanzaste.
- La realidad es que tu negocio no necesita que hagas más cosas.
- **Necesita que enfoques mejor tu energía.**

Es por eso que creé esta plantilla

@fabulosaestudio



- **No para ayudarte a hacer más.**
- Sino para ayudarte a identificar qué es lo más importante esta semana y tomar decisiones desde la claridad, no desde la urgencia.

**Porque cuando todo es prioridad,
nada recibe suficiente atención.**

¿Cómo usar esta plantilla?

Paso #1:

- Haz un Brain Dump rápido de todo lo que tienes en mente.

Paso #2:

- Identifica qué proyecto, tarea o iniciativa tendría el mayor impacto si avanzara esta semana.

Paso #3:

- Evalúa tus opciones y elige UNA prioridad principal.
Sí. Solo una.

Paso #4:

- Utiliza esa prioridad como brújula durante toda la semana.
- Cada vez que aparezca una nueva tarea, pendiente o idea, pregúntate:
- "¿Esto empuja mi prioridad semanal?"
- Si la respuesta es sí, adelante.
- Si la respuesta es no, probablemente puede esperar.

@fabulosaestudio



Paso #5:

- Al final de la semana revisa cuánto avanzaste y vuelve a repetir el proceso.

Recuerda:

- El objetivo no es hacer todo.
- El objetivo es mover lo que más importa.

Antes de empezar...

- Respira profundo.
- No necesitas resolver todo hoy.
- Solo necesitas decidir dónde poner tu energía primero.
- Y eso cambia todo.

Si llegaste hasta aquí, quiero recordarte algo:

- La organización no se trata de tener una agenda perfecta.
- Ni de despertarte a las 5 de la mañana.
- Ni de llenar cada minuto de tu calendario.
- La organización se trata de tomar mejores decisiones.
- De darle espacio a lo que realmente importa. Y de dejar de cargar pendientes que no merecen tu energía.

*Tu negocio crece cuando tú tienes claridad.
Y la claridad empieza con una decisión.*

Tu siguiente paso:

Ahora que elegiste tu prioridad semanal, escríbela en algún lugar visible.

Tu agenda.

Tu escritorio.

Un post-it.

Tu notion.

@fabulosaestudio



- Donde sea que puedas verla todos los días.
- Porque las prioridades solo funcionan cuando las recordamos.

Y si este ejercicio te ayudó, me encantará verlo.

- Compárteme una foto de tu plantilla en Instagram y etiquétame para celebrar juntas ese pequeño gran paso hacia un negocio más organizado.

Gracias por estar aquí

- Gracias por descargar esta plantilla.
- Gracias por invertir tiempo en ti y en tu negocio.
- Y gracias por permitirme acompañarte en este camino de construir un negocio que se sienta más ligero, más claro y más alineado contigo.
- **Nos vemos en el siguiente capítulo de esta serie.**



@FabulosaEstudio



@FabulosaEstudio



Brenda Cárdenas

Con cariño,
Brenda, de FabulosaLab

@fabulosaestudio

