

METAS

PENDIENTES

TO DO LIST

Descargable: **Tu planner semanal fab**

Diseña una semana con
intención, no con miedo.

@fabulosaestudio

PLANNER SEMANAL FABULOSA

¡Bienvenida Fabu!

- Hay una diferencia enorme entre una semana que sucede y **una semana que diseñas**.
- La primera te deja con esa sensación de domingo por la noche de **'hice muchísimo pero no avancé en lo que importaba'**.
- La segunda, incluso si no salió perfecta, te deja con la satisfacción de haber **movido la aguja en las cosas que de verdad cuentan**.
- **Este planner no es una lista de tareas disfrazada**. Es un espacio para que, antes de llenarte de compromisos, primero llenes tu intención. **Para que la semana trabaje para ti, y no al revés**.
- Porque una semana bien diseñada no es una semana en la que hiciste todo. **Es una semana en la que hiciste lo correcto**.



@fabulosaestudio

PRIMER PASO

Tómate 15 minutos

- Los domingos o lunes por la mañana para completar este planner. **Ese pequeño ritual puede transformar completamente tu semana.**

Cómo usar este planner

- El secreto no está en llenar cada casilla. Está en responder cada pregunta con honestidad. Empieza por la intención y las prioridades, y deja que eso guíe todo lo demás.
- Completa primero la sección de intención antes de ver tu calendario
- Escoge solo 3 prioridades (sí, solo 3)
- Distribuye tus tareas según energía, no solo urgencia
- Reserva espacio para lo inesperado.

Antes de empezar: Define tu intención

Esta es la pregunta más importante de toda la semana. No la saltes.

- ¿Cómo quiero sentirme al final de esta semana?
- ¿Qué necesito hacer (o dejar de hacer) para sentirme así?



@fabulosaestudio

Mis 3 prioridades de la semana

- Si solo pudieras terminar tres cosas esta semana y el resto se quedara sin hacer, ¿cuáles tendrían que ser para que sintieras que la semana valió la pena?

Prioridad 1 (Negocio / Clientes)

Prioridad 2 (Contenido / Proyectos)

Prioridad 3 (Vida personal / Mi bienestar)

Distribución semanal

Día	Enfoque del día
Lunes	Energía alta: tareas que requieren concentración.
Martes	Reuniones, llamadas y trabajo con clientes.
Miércoles	Proyectos creativos y creación de contenido.
Jueves	Seguimiento, tareas administrativas y correos electrónicos.
Viernes	Cierre semanal, planificación y pendientes menores.

@fabulosaestudio



Mis fabuwins de la semana:

- Este espacio es para registrar tus victorias a medida que sucedan, no al final. **Porque los pequeños logros merecen ser notados en el momento.**

Victorias y avances que quiero recordar:

Recuerda: el objetivo no es hacer más.

- El objetivo es avanzar en lo que más importa, con la energía que tienes, sin agotarte en el proceso.
- No todo necesita suceder esta semana. Y está bien así. **Lo que importa es que las cosas que realmente mueven tu negocio y tu vida tengan un espacio garantizado.**

Con cariño,
Brenda, de FabulosaLab

@fabulosaestudio

