**Planifica tu último trimestre**

Material de implementación que acompaña el episodio del podcast.

Nota: está diseñado para que lo imprimas o lo uses en digital. Si lo usas en digital, duplica las tablas que necesites para más semanas.

**Cómo usar estas hojas**

1. Completa primero la revisión del año para tomar decisiones con datos.
2. Define un único objetivo para el trimestre.
3. Estructura tu trimestre en bloques: atraer, calentar, vender.
4. Aterriza en agenda: bloques de tiempo y microacciones diarias.
5. Haz una reunión semanal con tu “Yo CEO” para ajustar.

**Portada personal**

Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Fecha de inicio del plan: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 2025

Objetivo único del trimestre (en una frase clara y medible):

**1) Revisión del año (enero a septiembre 2025)**

**1.1 Métricas clave**

Tabla sugerida para comparar con 2024 y ver tendencia.

| **Métrica** | | | | | **2024 (ene–sep)** | **2025 (ene -sep)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ingresos acumulados | | | | |  |  |  |  |
| Seguidores IG | | | | |  |  |  |  |
| Suscriptoras email | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**1.2 Tres logros del año**

**1.3 Tres aprendizajes sobre tu audiencia/negocio**

**1.4 Tres decisiones que tomarías diferente**

**2) Tu único objetivo del trimestre**

**2.1 Factor 1: Situación actual**

Estado de tu oferta principal hoy:  
[ ] Aún no validada   
[ ] Validada con 1–10 clientas   
[ ] Validada con >10 clientas

Liquidez personal/negocio para este trimestre:  
[ ] Cómoda   
[ ] Ajustada   
[ ] Crítica

Notas prácticas (recursos, límites, prioridades económicas):

**2.2 Factor 2: Tiempo real disponible**

Compromisos personales relevantes (viajes, familia, salud, otros):

Horas disponibles por semana

| **Semana** | **Fechas** | **Horas disponibles** | **Compromisos fijos** | **Comentarios** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |

**2.3 Factor 3: Capacidad emocional**

Del 1 al 5, ¿cómo evalúas tu energía emocional actual? 1 = muy baja, 5 = muy alta  
Necesidades de cuidado/ritmo:

**2.4 Declaración del objetivo**

Completa la plantilla y verifica los criterios.

“De aquí al 31 de diciembre de 2025 voy a \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
para lograrlo, habré completado estos hitos: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Mi criterio de éxito es: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_”

Chequeo rápido.  
Mi objetivo es:  
[ ] Claro   
[ ] Medible   
[ ] Emocionante   
[ ] Realista

**2.5 Riesgos y ajustes previos**

Posibles obstáculos y plan B:

* Obstáculo 1 → Plan B: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Obstáculo 2 → Plan B: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Qué no haré este trimestre (lista de descarte): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3) Plan por bloques (octubre, noviembre, diciembre)**

Estructura recomendada: Mes 1 atraer, Mes 2 calentar, Mes 3 vender.

**Octubre – Atraer**

Meta del mes: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Noviembre – Calentar**

Meta del mes: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Diciembre – Vender/Lanzar**

Meta del mes: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Vista 13 semanas**

| **Semana** | **| Foco principal** | **| Entregable concreto** | **| Hecho** |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 |  |  | [ ] |
| 2 |  |  | [ ] |
| 3 |  |  | [ ] |
| 4 |  |  | [ ] |
| 5 |  |  | [ ] |
| 6 |  |  | [ ] |
| 7 |  |  | [ ] |
| 8 |  |  | [ ] |
| 9 |  |  | [ ] |
| 10 |  |  | [ ] |
| 11 |  |  | [ ] |
| 12 |  |  | [ ] |
| 13 |  |  | [ ] |

**4) Microacciones diarias**

Marca una por categoría cada día hábil. Repite esta tabla por semana.

| **Día** | **Venta (1 acción)** | **Visibilidad (1 acción)** | **Formación (1 acción)** | **Networking/Colab (1 acción)** | **Hecho** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lunes |  |  |  |  | [ ] |
| Martes |  |  |  |  | [ ] |
| Miércoles |  |  |  |  | [ ] |
| Jueves |  |  |  |  | [ ] |
| Viernes |  |  |  |  | [ ] |

Ideas rápidas

* Venta: dar seguimiento a 3 leads, mejorar la oferta, avanzar página de ventas.
* Visibilidad: publicar reel/carrusel/historia, grabar batch, colaboraciones.
* Formación: 1 lección de curso, 1 episodio del podcast, 10 páginas de libro.
* Networking: 3 comentarios útiles en cuentas afines, 1 propuesta de live, 1 DM genuino.

**5) Reunión semanal con tu Yo CEO (15 minutos)**

Agenda sugerida

1. Qué se completó y qué no (5 min)
2. “Volar el dron”: ¿Dónde estoy respecto al objetivo? (5 min)
3. Decidir: qué muevo, qué elimino, qué delego, qué priorizo (5 min)

Bitácora de decisiones

* Semana \_\_\_: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Semana \_\_\_: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Semana \_\_\_: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**6) Sistema y herramientas**

Captura del plan:  
[ ] Papel + calendario impreso   
[ ] Documento digital   
[ ] Otro: \_\_\_\_\_\_\_\_

Bloqueo en agenda (Google Calendar u otro)  
Bloques no negociables de la semana (ejemplo)

Seguimiento del proyecto:  
[ ] Libreta   
[ ] Trello   
[ ] Notion   
[ ] Otro: \_\_\_\_\_\_\_\_

**7) Errores comunes a evitar**

[ ] Implementar demasiadas estrategias a la vez

[ ] Planificar como si no tuvieras vida personal

[ ] No revisar el plan semanalmente

[ ] Abandonar el plan al primer desvío

Mis alertas personales:

**8) Evaluación trimestral**

Análisis de cierre del trimestre

1. Qué funcionó: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Qué mejorar: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Qué repito el próximo trimestre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**9) Cierre del trimestre y siguiente paso**

Celebraciones:

Aprendizajes clave:

Visión para 2026: