

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. _____
2. _____
3. _____

1.3 Tres aprendizajes sobre tu audiencia/negocio

1. _____
2. _____
3. _____

1.4 Tres decisiones que tomarías diferente

1. _____
2. _____
3. _____

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 nuevo, 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:
