

RETO ~~0~~ **x3**
dias

Reconexión

Reenfoque

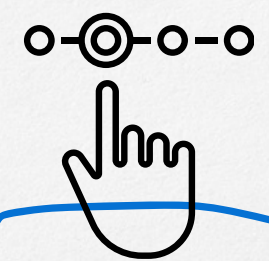
Reinvención



isabel obregón

DÍA 2

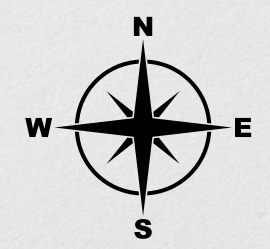
Hoy



Prioridades



Valores



Propósito

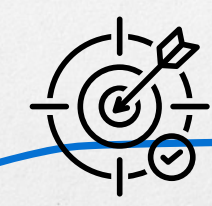
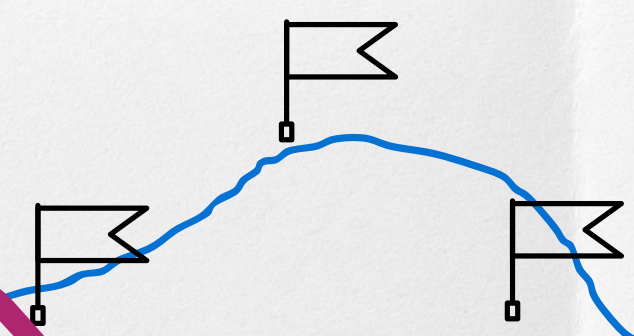
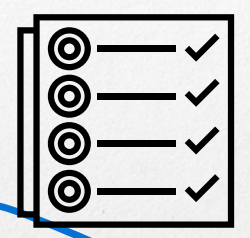
PLAN

ACCIONES

METAS

OBJETIVOS

VISIÓN



Hábitos

RUTA AL ÉXITO

Futuro



RUTA AL ÉXITO

Presente

Futuro

PLAN

ACCIONES

METAS

OBJETIVOS

VISIÓN

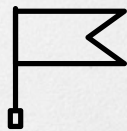
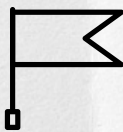
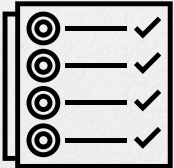
periodo

tareas y hábitos

3 metas por objetivo

3 objetivos por etapa

1 - 5 - 10 años



isabel obregón

www.isabelobregon.com

[@isabelobregon](https://www.instagram.com/isabelobregon)

RUTA AL ÉXITO

Presente

Futuro

Punto A



Punto B

PLAN

ACCIONES

METAS

OBJETIVOS

VISIÓN

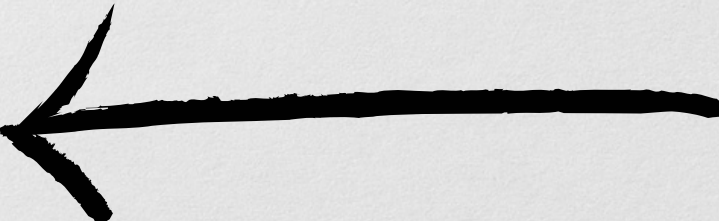
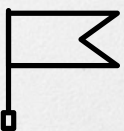
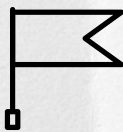
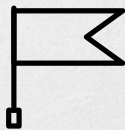
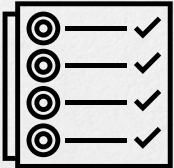
periodo

tareas y hábitos

3 metas por objetivo

3 objetivos por etapa

1 - 5 - 10 años



isabel obregón

www.isabelobregon.com

[@isabelobregon](https://www.instagram.com/isabelobregon)

RUTA AL ÉXITO

Presente

Futuro

Punto A

Punto C

Punto B



PLAN

ACCIONES

METAS

OBJETIVOS

VISION

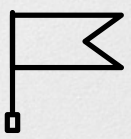
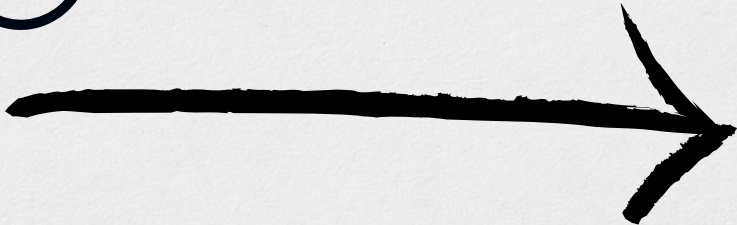
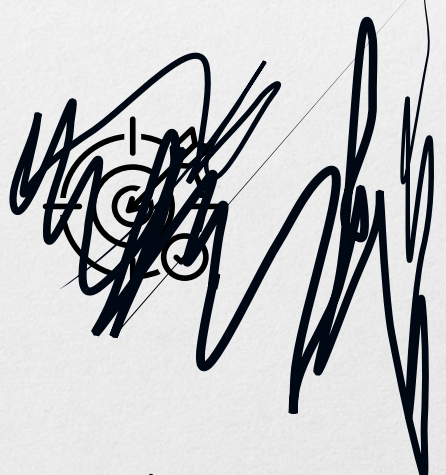
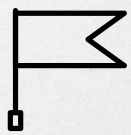
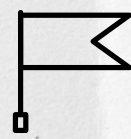
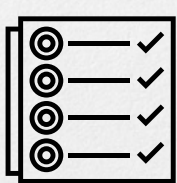
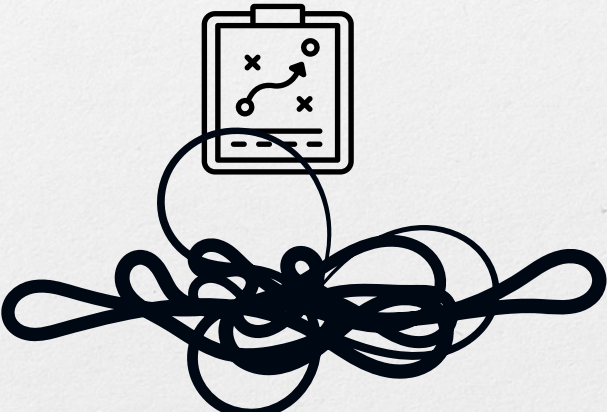
periodo

tareas y hábitos

3 metas por objetivo

3 objetivos por etapa

1 - 5 - 10 años



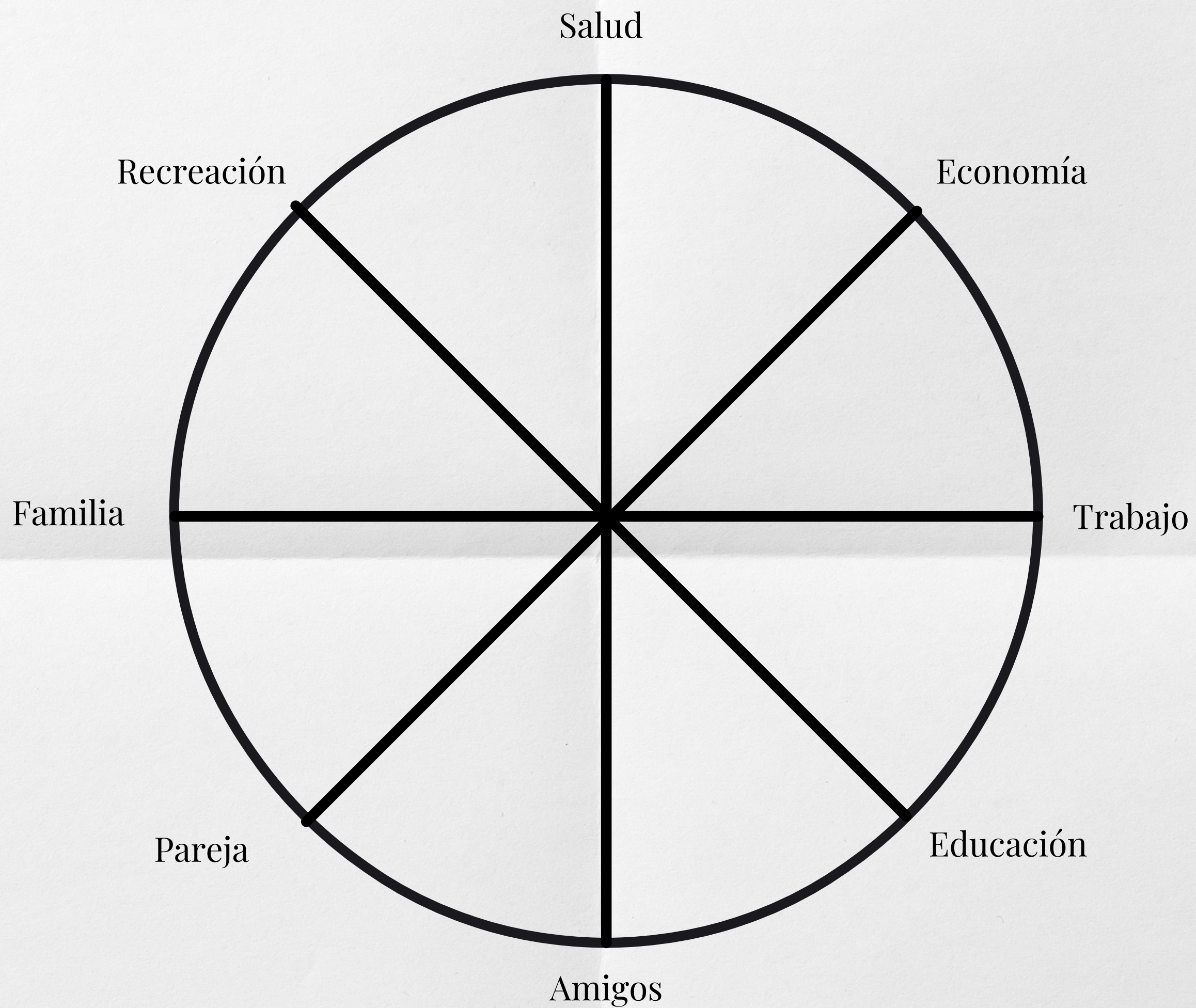
isabel obregón

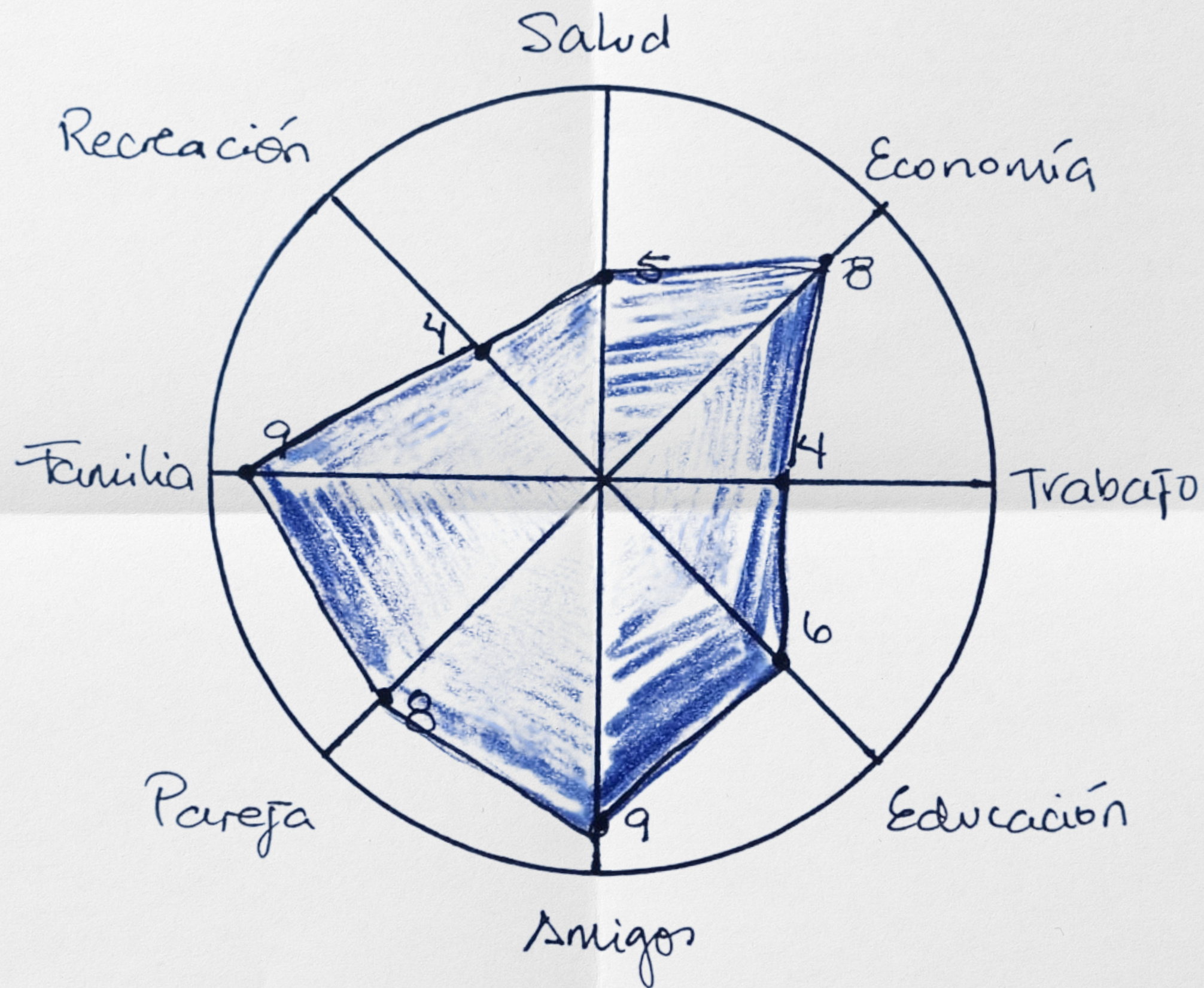
www.isabelobregon.com

[@isabelobregon](https://www.instagram.com/isabelobregon)

PRIORIDADES









?





LIKE

YouTube

help



MADE
IN
JAPAN.

SATUR
DAY

Meeting day
Business Jump
19 May 2017

MASK

Holi
day



80/20

Organiza tu lista por prioridades.

Utiliza la regla 80/20, que dice que 20% de las cosas en tu lista equivalen a 80% por ciento del valor de los resultados que alcances.



Organizate por Bloques de Tiempo

Agrupar tareas por categorías, proyectos, grado de complejidad, nivel de concentración, roles de vida.

8:30	
9:00	Revisión de emails y mensajes de Wp
9:30	
10:00	Diseño de propuestas para clientes
10:30	
11:00	
11:30	
12:00	

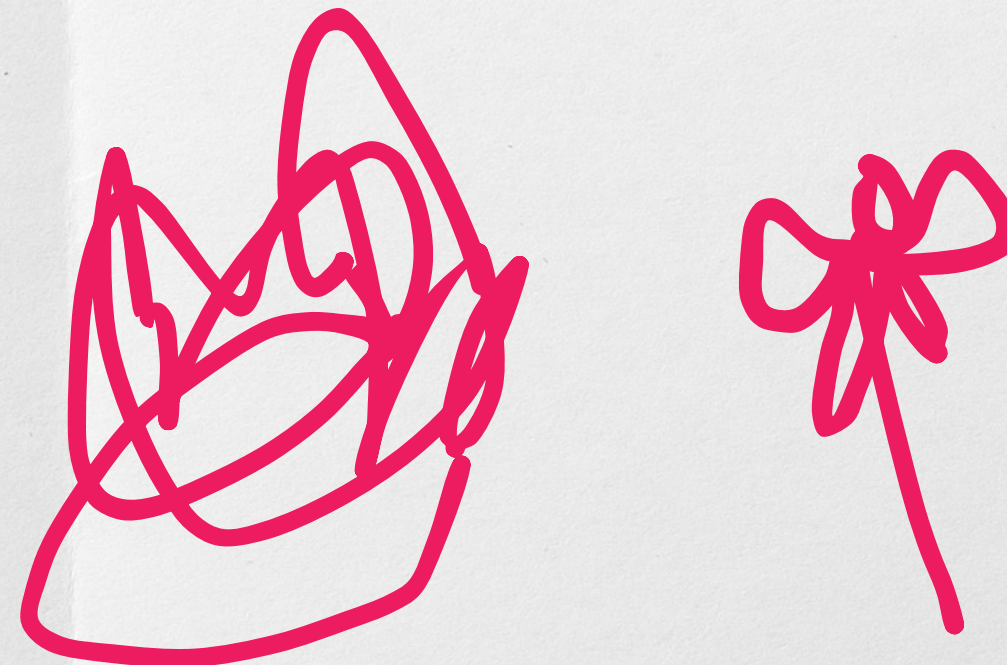


**Mente
desenfocada Vs.
mente enfocada...**

Trabaja con pausas...

25/5 45/5

Deja que tu mente
divague...



PRO - *No tengo PROpósito claro.*


CRAS - *Caigo en el círculo vicioso de la proCRAStinación.*

TI - *No gestiono mi TIempo eficientemente.*


NA - *NAvego sin rumbo en redes y/o en la web.*

CIÓN - *Caigo en la trampa de la COMPARACIÓN con otros.*





*Cada minuto de
planeación te
ahorra 10 minutos
en la ejecución*




*Cambia hacer
mucho y estar a
las carreras*

*Por hacer menos y
estar presente,
disfrutando!!!*




*Evita la ansiedad
por lo que falta
hacer*

*...Estando en PAZ
con lo que si estás
pudiendo hacer
ahora.*




*Evitar el
multitasking,
gestiona tu energía*

*Foco en lo que estoy
haciendo AHORA!!!*



*Divide la
dificultad en
pequeños pasos
y que el primero
sea fácil
- accionable -*



*Crea tu propio
sistema y usa un
segundo
cerebro!!!*

