Mi agenda 2022-2023

Para cumplir tus objetivos has de utilizar cada sección de la agenda como corresponde.

Mes: Apunta las fechas y citas importantes para tener una visión global de tu mes.

<u>Objetivos del mes</u>: Puedes proponerte grandes objetivos, pero has de desglosarlos en pequeñas tareas para conseguirlos.

Horario: Organiza tu horario de trabajo.

Agenda diaria: apunta todas las tareas extras al trabajo, así como las pequeñas tareas que te llevan a la consecución de tus objetivos mensuales.

Es muy importante que anotes también los huecos de tiempo libre y te los reserves para tener tiempo y espacio para ti. **Tener tiempo de ocio es obligatorio.**

No pierdas de vista la primera hoja del mes con tus objetivos y arrastra las tareas que no has podido realizar a otro día.

¡Aprende a gestionar tu tiempo!

SEPTIEMBRE Septiembre 2022

L	M	X	J	V	S	D
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

Objetivos

Apunta tus objetivos y sus fases

Notas			

Horas	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31	Jueves 1	Viernes 2





Del 29 Agosto al 4 de septiembre

Lunes 29	
Martes 30	
Miércoles 31	
Jueves 01	
Viernes 02	
Sábado 03	
Domingo 04	

Notas			

Horas	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9





Del 5 al 11 de septiembre

Lunes 05	
Martes 06	
Miércoles 07	
Jueves 08	
Viernes 09	
Sábado 10	
Domingo 11	

Notas			

Horas	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16





Del 12 al 18 de septiembre

Lunes 12	
Martes 13	
Miércoles 14	
Jueves 15	
Viernes 16	
Sábado 17	
Domingo 18	

Notas			

Horas	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23





Del 19 al 25 de septiembre

Lunes 19	
Martes 20	
Miércoles 21	
Jueves 22	
Viernes 23	
Sábado 24	
Domingo 25	

Notas			

Horas	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30





Del 26 de septiembre al 2 de octubre

Lunes 26	
Martes 27	
Miércoles 28	
Jueves 29	
Viernes 30	
Sábado O 1	
Domingo 02	

	O(TU	BRE
()) ~ 7	Ind	MAD	2022
		me	

L	М	X	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

Objetivos Apunta	tus objetivos y sus fases
-------------------------	---------------------------

1	

Notas			

Horas	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7





Lunes 03	
Martes 04	
Miércoles 05	
Jueves 06	
Viernes 07	
Sábado 08	
Domingo 09	

Notas			

Horas	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14





Lunes 10	
Martes 11	
Miércoles 12	
Jueves 13	
Viernes 14	
Sábado 15	
Domingo 16	

Notas			

Horas	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21





Lunes 17	
Martes 18	
Miércoles 19	
Jueves 20	
Viernes 21	
Sábado 22	
Domingo 23	

Notas			

Horas	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28





Lunes 24	
Martes 25	
Miércoles 26	
Jueves 27	
Viernes 28	
Sábado 29	
Domingo 30	

NOVIEMBRE Noviembre 2022

L	M	X	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

Notas			

Horas	Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4





Del 31 de octubre al 6 de noviembre

Lunes 31	
Martes 01	
Miércoles 02	
Jueves 03	
Viernes 04	
Sábado 05	
Domingo 06	

Notas			

Horas	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11





Lunes 07	
Martes 08	
Miércoles 09	
Jueves 10	
Viernes 11	
Sábado 12	
Domingo 13	

Notas			

Horas	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18





Lunes 14	
Martes 15	
Miércoles 16	
Jueves 17	
Viernes 18	
Sábado 19	
Domingo 20	

Notas			

Horas	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25





Lunes 21	
Martes 22	
Miércoles 23	
Jueves 24	
Viernes 25	
Sábado 26	
Domingo 27	

DICIEMBRE Diciembre 2022

L	M	X	J	V	S	D
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Objetivos Apunta tus objetivos y sus fases

Notas			

Horas	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2





Del 28 de noviembre al 4 de diciembre

Lunes 28	
Martes 29	
Miércoles 30	
Jueves 01	
Viernes 02	
Sábado 03	
Domingo 04	

Horas	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9





Lunes 05	
Martes 06	
Miércoles 07	
Jueves 08	
Viernes 09	
Sábado 10	
Domingo 11	

Notas			

Horas	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16





lunes 12	
Martes 13	
Miércoles 14	
Jueves 15	
Viernes 16	
Sábado 17	
Domingo 18	

Notas			

Horas	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23





Lunes 19	
Martes 20	
Miércoles 21	
Jueves 22	
Viernes 23	
Sábado 24	
Domingo 25	

Notas			

Horas	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30





Del 26 de diciembre al 1 de enero

Lunes 26	
Martes 27	
Miércoles 28	
Jueves 29	
Viernes 30	
Sábado 31	
Domingo 01	



L	М	X	J	V	S	D
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

Objetivos Apunta tus objetivos y sus fases

Notas			

Horas	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6





Lunes 02	
Martes 03	
Miércoles 04	
Jueves 05	
Viernes 06	
Sábado 07	
Domingo OS	

Notas			

Horas	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13





Lunes 09	
Martes 10	
Miércoles 11	
Jueves 12	
Viernes 13	
Sábado 14	
Domingo 15	

Notas			

Horas	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20





Lunes 16	
Martes 17	
Miércoles 18	
Jueves 19	
Viernes 20	
Sábado 21	
Domingo 22	

Notas			

Horas	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27





Lunes 23	
Martes 24	
Miércoles 25	
Jueves 26	
Viernes 27	
Sábado 28	
Domingo 29	

FEBRERO Ferrero 2023

L	M	X	J	V	S	D
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	1	2	3	4	5

7	
J	

Notas			

Horas	Lunes 30	Martes 31	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3





Del 30 de enero al 5 de febrero

Lunes 30	
Martes 31	
Miércoles 01	
Jueves 02	
Viernes 03	
Sábado 04	
Domingo 05	

Notas			

Horas	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10





Lunes 06	
Martes 07	
Miércoles 08	
Jueves 09	
Viernes 10	
Sábado 11	
Domingo 12	

Notas			

Horas	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17





Lunes 13	
Martes 14	
Miércoles 15	
Jueves 16	
Viernes 17	
Sábado 18	
Domingo 19	

Notas			

Horas	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24





Lunes 20	
Martes 21	
Miércoles 22	
Jueves 23	
Viernes 24	
Sábado 25	
Domingo 26	



L	M	X	J	V	S	D
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

Objetivos	Apunta tus objetivos y sus fases

1		
1		
1		
1		
1		
1		
1		

Notas			

Horas	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3





Del 27 de febrero al 5 de marzo

Lunes 27	
Martes 28	
Miércoles 01	
Jueves 02	
Viernes 03	
Sábado 04	
Domingo 05	

Notas			

Horas	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10





Lunes 06	
Martes 07	
Miércoles 08	
Jueves 09	
Viernes 10	
Sábado 11	
Domingo 12	

Notas			

Horas	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17





Lunes 13	
Martes 14	
Miércoles 15	
Jueves 16	
Viernes 17	
Sábado 18	
Domingo 19	

Notas			

Horas	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24





Lunes 20	
Martes 21	
Miércoles 22	
Jueves 23	
Viernes 24	
Sábado 25	
Domingo 26	

Notas			

Horas	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31





Lunes 27	
Martes 28	
Miércoles 29	
Jueves 30	
Viernes 31	
Sábado O l	
Domingo 02	



L	М	X	J	V	S	D
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Objetivos Apunta tus objetivos y sus fases

L		
ſ		
L		
Γ		
L		
Г		
Г		

Notas			

Horas	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7





Lunes 03	
Martes 04	
Miércoles 05	
Jueves 06	
Viernes 07	
Sábado 08	
Domingo 09	

Notas			

Horas	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14





Lunes 10	
Martes 11	
Miércoles 12	
Jueves 13	
Viernes 14	
Sábado 15	
Domingo 16	

Notas			

Horas	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21





Lunes 17	
Martes 18	
Miércoles 19	
Jueves 20	
Viernes 21	
Sábado 22	
Domingo 23	

Notas			

Horas	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28





Lunes 24	
Martes 25	
Miércoles 26	
Jueves 27	
Viernes 28	
Sábado 29	
Domingo 30	



L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Objetivos Apunta tus objetivos y sus fases

Notas			

Horas	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5





Lunes 01	
Martes 02	
Miércoles 03	
Jueves 04	
Viernes 05	
Sábado 06	
Domingo 07	

Notas			

Horas	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12





Lunes 08	
Martes 09	
Miércoles 10	
Jueves 11	
Viernes 12	
Sábado 13	
Domingo 14	

Notas			

Horas	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19





Lunes 15	
Martes 16	
Miércoles 17	
Jueves 18	
Viernes 19	
Sábado 20	
Domingo 21	

Notas			

Horas	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26





Lunes 22	
Martes 23	
Miércoles 24	
Jueves 25	
Viernes 26	
Sábado 27	
Domingo 28	



L	М	Χ	J	V	S	D
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

Į		
[
ı	İ	
L		
[
Į		
[

Notas			

Horas	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31	Jueves 1	Viernes 2





Del 29 de mayo al 4 de junio

Lunes 29	
Martes 30	
Miércoles 31	
Jueves 01	
Viernes 02	
Sábado 03	
Domingo 04	

Horas	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9





Lunes 05	
Martes 06	
Miércoles 07	
Jueves 08	
Viernes 09	
Sábado 10	
Domingo 11	

Notas			

Horas	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16





Lunes 12	
Martes 13	
Miércoles 14	
Jueves 15	
Viernes 16	
Sábado 17	
Domingo 18	

Notas			

Horas	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23





Lunes 19	
Martes 20	
Miércoles 21	
Jueves 22	
Viernes 23	
Sábado 24	
Domingo 25	

Notas			

Horas	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30





Lunes 26	
Martes 27	
Miércoles 28	
Jueves 29	
Viernes 30	
Sábado O l	
Domingo 02	



L	M	X	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

Objetivos Apunta tus objetivos y sus fases

Notas			

Horas	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7





Lunes 03	
Martes 04	
Miércoles 05	
Jueves 06	
Viernes 07	
Sábado OS	
Domingo 09	

Notas			

Horas	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14





Lunes 10	
Martes 11	
Miércoles 12	
Jueves 13	
Viernes 14	
Sábado 15	
Domingo 16	

Notas			

Horas	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21





Lunes 17	
Martes 18	
Miércoles 19	
Jueves 20	
Viernes 21	
Sábado 22	
Domingo 23	

Notas			

Horas	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28





Lunes 24	
Martes 25	
Miércoles 26	
Jueves 27	
Viernes 28	
Sábado 29	
Domingo 30	



L	M	X	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

Notas			

Horas	Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4





Lunes 31	
Martes 01	
Miércoles 02	
Jueves 03	
Viernes 04	
Sábado 05	
Domingo 06	

Notas			

Horas	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11





Lunes 07	
Martes 08	
Miércoles 09	
Jueves 10	
Viernes 11	
Sábado 12	
Domingo 13	

Notas			

Horas	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18





Lunes 14	
Martes 15	
Miércoles 16	
Jueves 17	
Viernes 18	
Sábado 19	
Domingo 20	

Notas			

Horas	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25





Lunes 21	
Martes 22	
Miércoles 23	
Jueves 24	
Viernes 25	
Sábado 26	
Domingo 27	

Notas			

Horas	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 1





Lunes 28	
Martes 29	
Miércoles 30	
Jueves 31	
Viernes 01	
Sábado 02	
Domingo 03	









