

## **1 Razones para comenzar a organizar y planear.**

Porque es necesario aprender a planear y a organizar

## **2 Establece objetivos.**

Como plantear objetivos realistas y estrategias para lograrlos

## **3 Vacía tu mente**

Como liberar tensiones de tu mente

## **4 Categoriza y Prioriza**

Proceso para definir prioridades y dividirlos en categorías funcionales

## **5 Gestión del tiempo**

Asigna tiempo y espació a tus actividades

## **6 Flexibilidad**

Aprende a gestionar los imprevistos, modificar los planes y la diferencia entre flexibilidad y procrastinación

## **7 Mide y evalúa**

Como medir para mejorar la estrategia

## **8 Herramientas de organización**

Introducción a NOTION (una herramienta de gestión)