

SISTEMUL TĂU PERSONAL DE PRODUCTIVITATE





DESPRE SISTEMUL PERSONAL DE OPERARE

Majoritatea încercăm să rezolvăm haosul zilnic prin mai mult efort sau mai multă disciplină. În realitate, problema nu este lipsa de voință, ci lipsa unui sistem.

Acest sistem personal de productivitate îți oferă 5 instrumente simple care te ajută să vezi săptămâna înainte să devină haotică, să îți construiești calendarul conștient și să scoți din minte munca invizibilă care îți consumă energia.

***NU ESTE DESPRE A FACE MAI MULT,
CI DESPRE A FUNCȚIONA MAI BINE.***

1. MAPAREA SĂPTĂMÂNII

Îți oferă vizibilitate asupra a ceea ce urmează,
înainte ca lucrurile să devină urgente.

CE VINE SPRE MINE SĂPTĂMÂNA ACEASTA?

UNDE ANTICIPEZ PRESIUNE SAU STRES?

CELE 3 LUCRURI CARE CONTEAZĂ CU ADEVĂRAT

1 _____

2 _____

3 _____

2. INGINERIA CALENDARULUI

un calendar codat pe culori, construit cu limite clare și timp protejat pentru lucru focusat

BLOCURILE MELE DE TIMP

LIMITELE CALENDARULUI MEU

NON-NEGOCIABILE

CE REFUZ

LEGENDA CULORILOR FOLOSITE

3. INVENTARUL NEVĂZUT

pentru munca care trăiește doar în mintea ta
și nu în calendar

LUCRURI LA CARE MĂ GÂNDESC CONSTANT

DECIZII AMÂNATE

4. CLARIFICAREA ROLULUI

te ajută să decizi ce are cu adevărat nevoie de tine

CE ARE NEVOIE DE MINE

CE FAC DIN OBIȘNUINȚĂ SAU VINĂ

CE POT SIMPLIFICA SAU DELEGA

1 _____

2 _____

3 _____

5. RITUALUL DE ÎNCHIDERE A ZILEI

Închide buclele deschise, ca munca să nu te
urmeze în viața personală

Ce am făcut astăzi

Ce rămâne pentru mâine

Ce închid mental pentru azi

PROGRESS TRACKER

Un instrument simplu pentru a construi consecvență
și pentru a vedea progresul real, zi după zi.

TASK: _____ DEADLINE: _____

100% 80% 60% 20% 0% PROGRESS

01 PLANNING

02 PLANNING

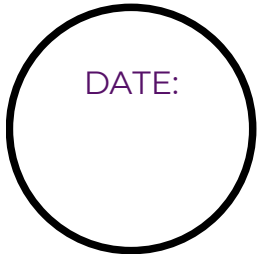
03 PLANNING

04 PLANNING

05 PLANNING

06 PLANNING

07 PLANNING



DAILY PLANNER

TOP PRIORITY

-
-
-

MORNING

-
-
-
-

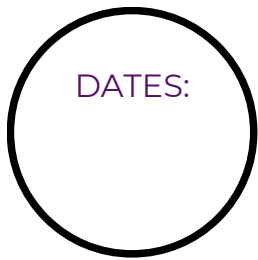
6AM	
7AM	
8AM	
9AM	
10AM	
11AM	
12PM	
1PM	
2PM	
3PM	
4PM	
5PM	
6PM	
7PM	
8PM	
9PM	
10PM	

AFTERNOON

-
-
-
-

EVENING

-
-
-
-



DATES:

WEEKLY PLANNER

LUNI

MARȚI

MIERCURI

JOI

VINERI

SÂMBĂȚĂ

DUMINICĂ

NOTES

TO-DO LIST

MONTH

MONTHLY PLANNER

MON

TUES

WED

THUR

FRI

SAT

SUN

NOTES



CE FACI MAI DEPARTE

Varianta 1 –
Coaching 1 to 1

Varianta 2 –
Programul Time reset

**DACĂ ACEST SISTEM ȚI-A ADUS CLARITATE,
URMĂTORUL PAS ESTE SĂ ÎL TRANSFORMI
ÎNTR-UN MOD REAL DE LUCRU.
POȚI FACE ASTA ÎN DOUĂ FELURI.**

The logo consists of the letters 'R' and 'P' in a stylized, blue, hand-drawn font.

Coaching

Te afli în mijlocul vieții. Muncești, coordonezi, susții, decizi. Ziua ta este plină, dar timpul tău nu mai este al tău.

ruxandrapredincea.eu/

Time Reset

Un program intensiv de 6 săptămâni pentru femeile antreprenoare care sunt mame de copii între 3 și 12 ani, își doresc să revină în lumea business-ului și să-și ia înapoi timpul, energia și echilibrul, fără să renunțe la ele și la visurile lor.

subscribepage.io

Ruxandra Predincea

+40 723 330 430

Productivity Coach

hello@ruxandrapredincea.eu



**E TIMPUL SĂ ÎȚI IEI
TIMPUL ÎNAPOI.**

*Hai să lucrezi cu viața reală,
nu cu cea ideală.*