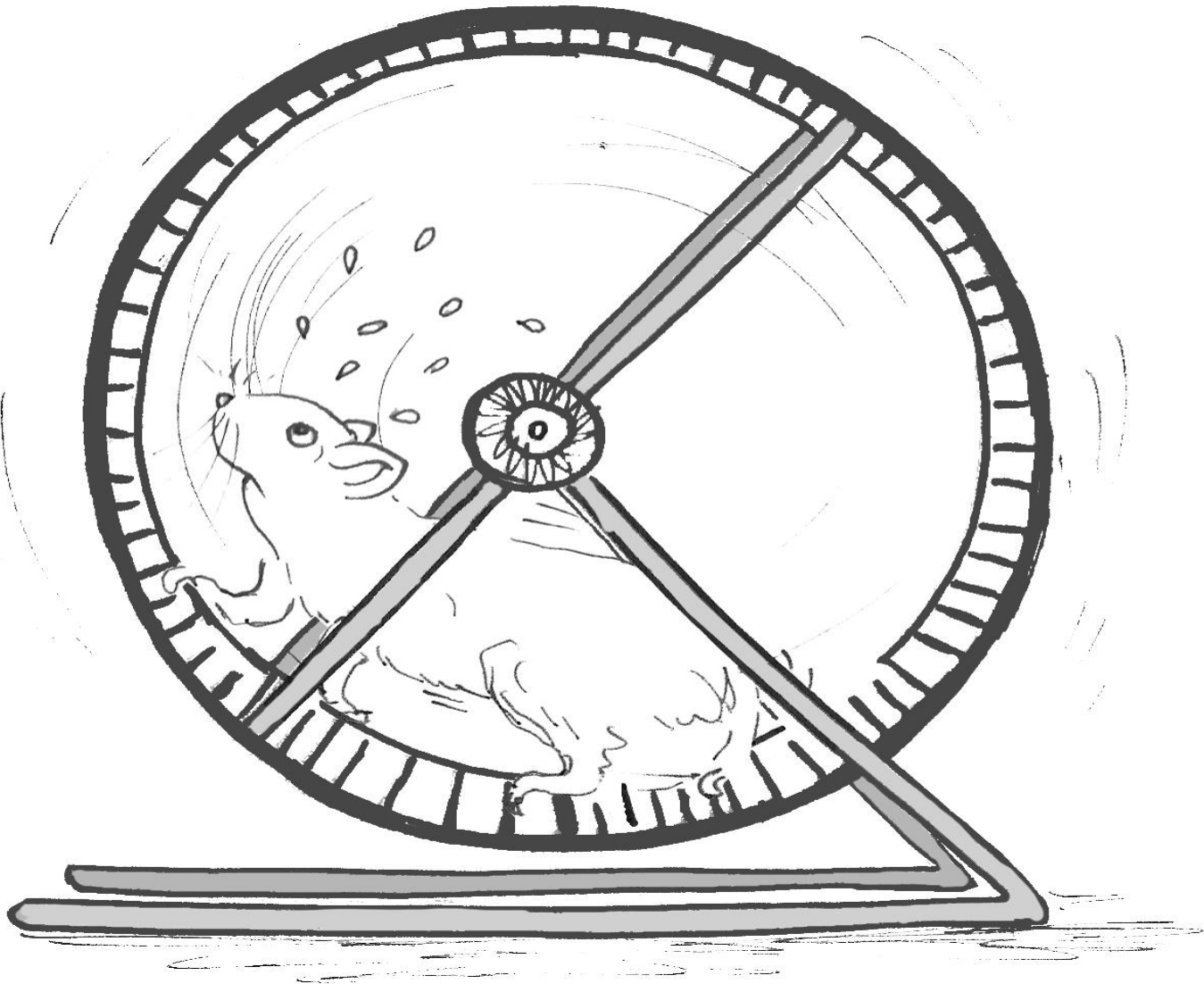


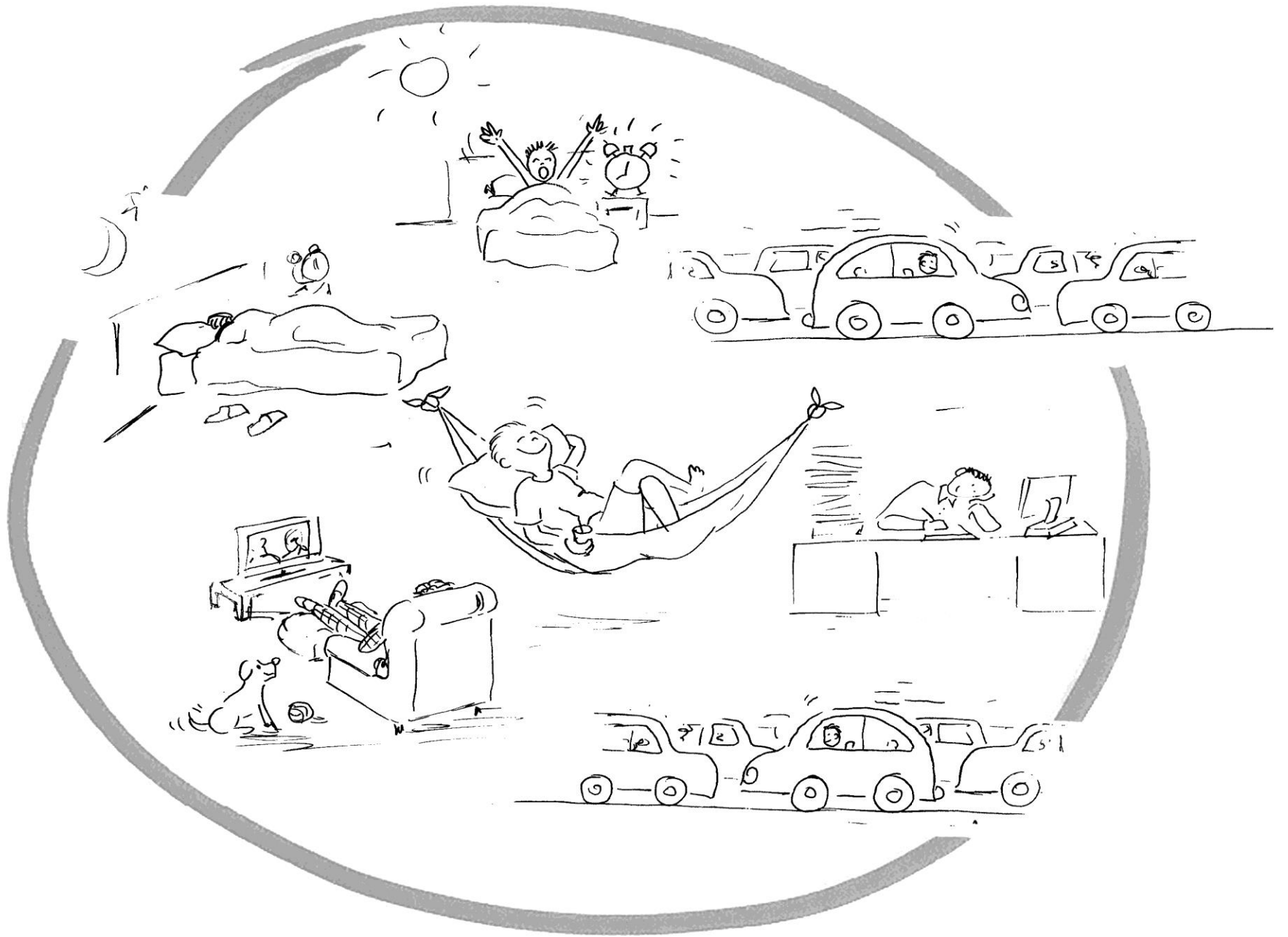
# BIENVENIDOS

Eficacia Personal. Organización.  
Gestión del Tiempo ?

Gustavo Piera









REUNIÓN CON MIGO MISTO







# CAMBIAR

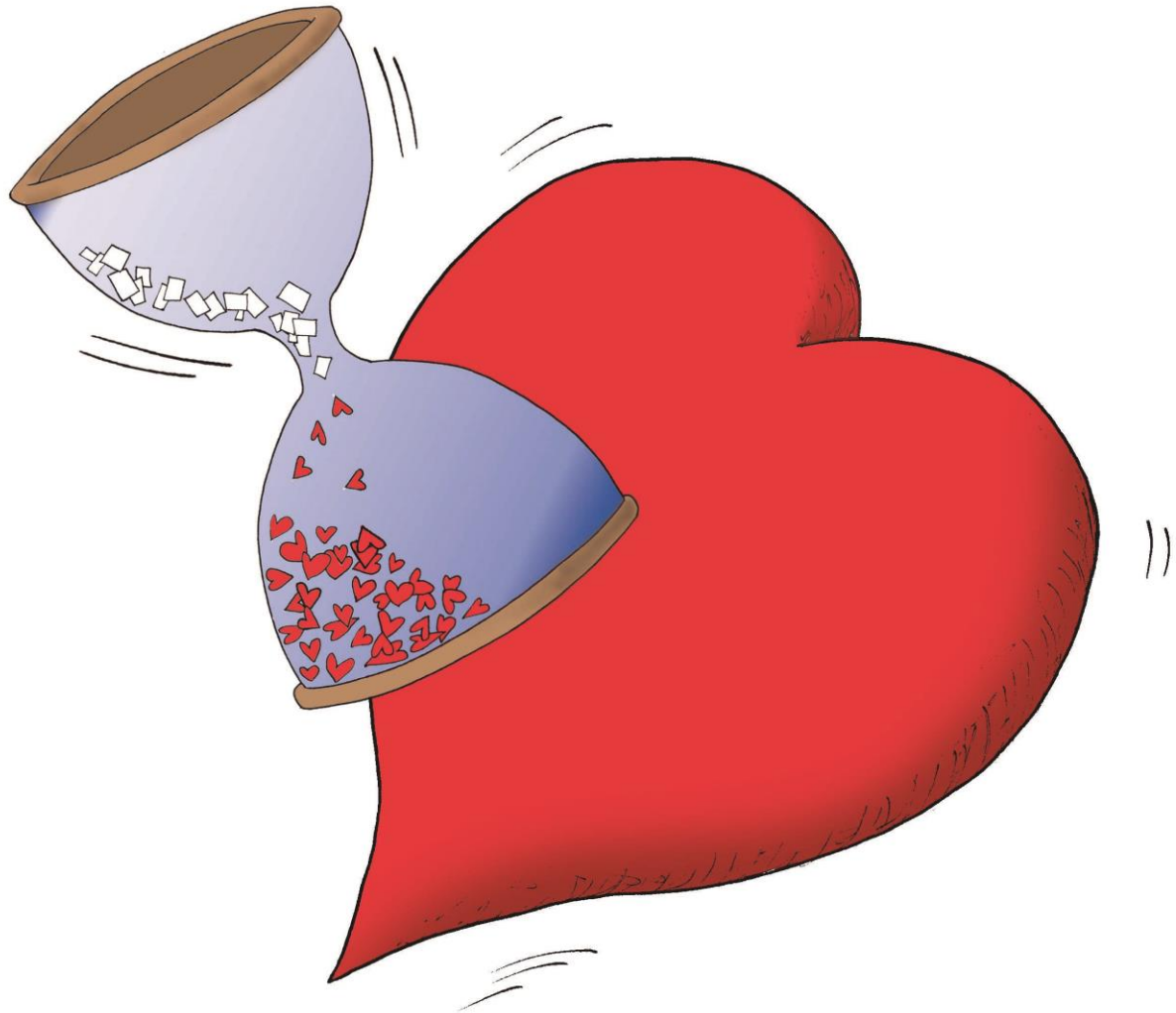
## Intenciones en Acciones

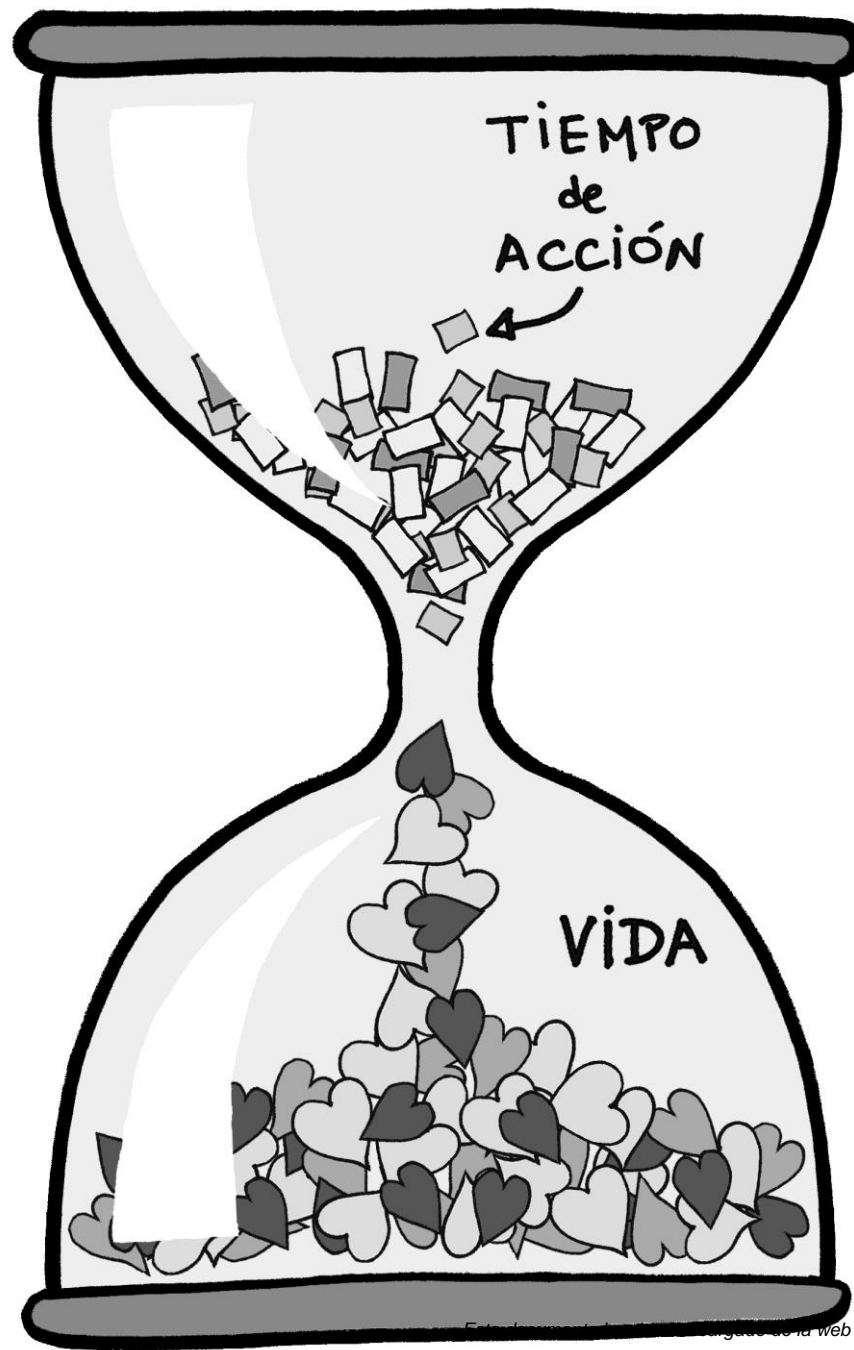
Acción, es.... desarrollar los 5 pasos :

- Que voy hacer y como.
- Con quien lo haré. Comunicación.
- Mi tiempo de dedicación, en minutos.
- Poner la fecha limite, cuando debe estar hecho.
- Bloquear en mi Agenda el tiempo de dedicación.

# PLAN DE ACCIÓN

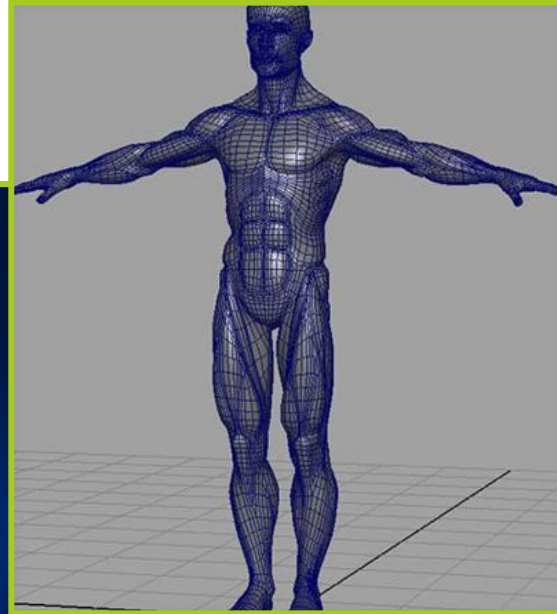
Actividad Que hacer	¿Con quién?	Duración H. Min.	¿Cuándo lo hare?	Fecha límite Debe estar hecho	ok
					





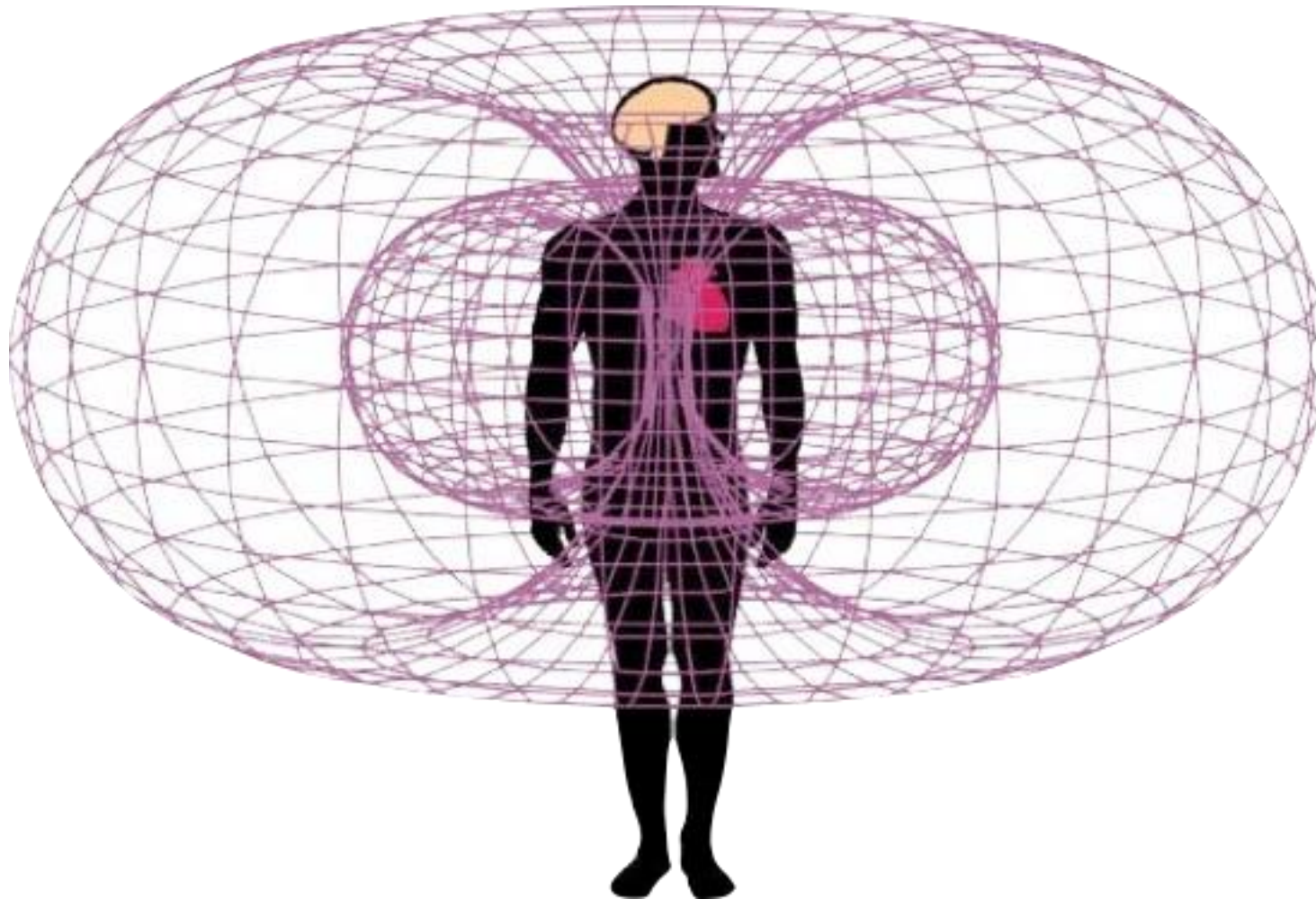


# CUERPO

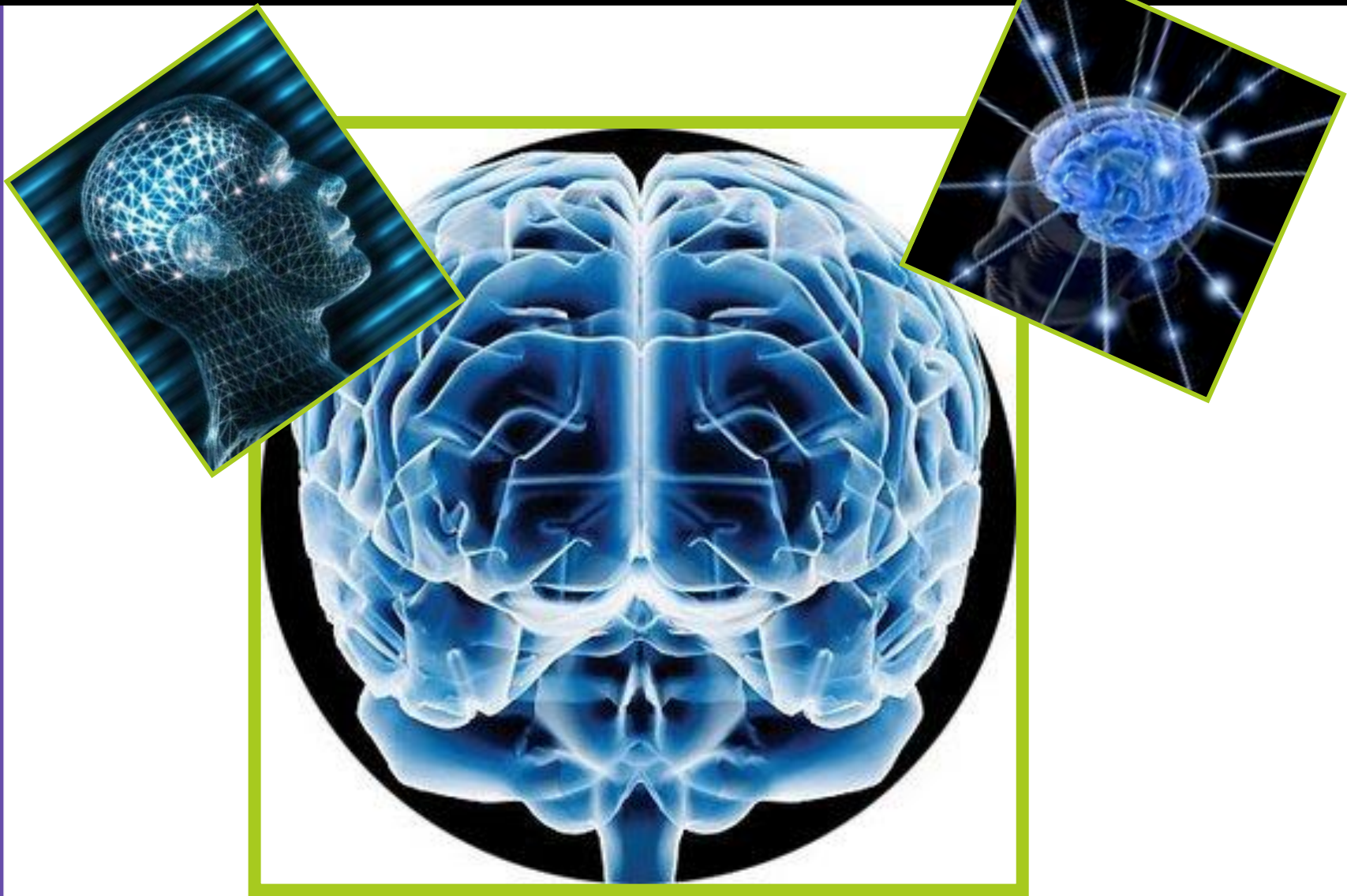


Celulas = Energía  
Emociones = Estímulos  
Glandulas = Hormonas

# CORAZÓN



# CEREBRO

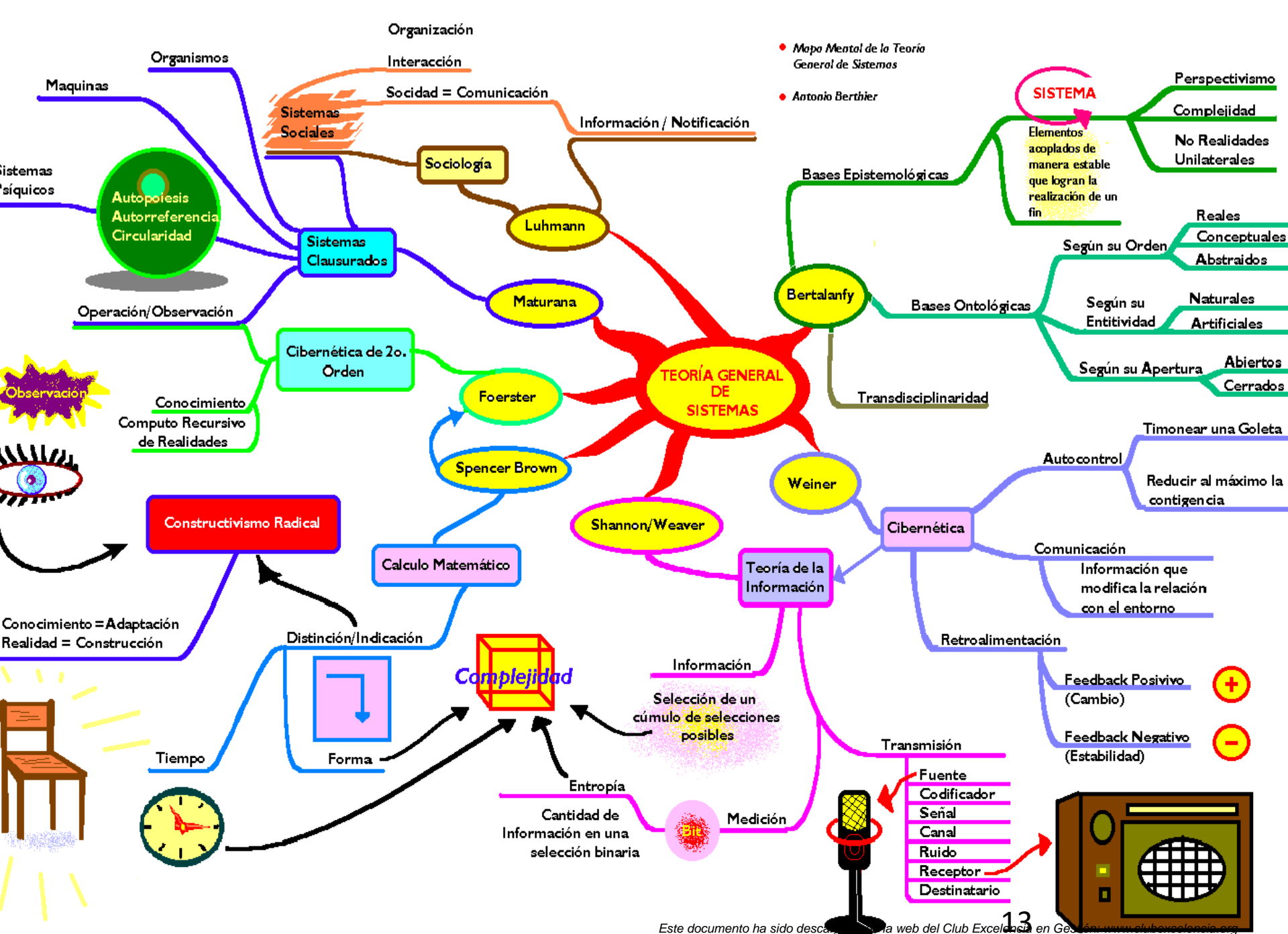


MI CEREBRO ESTA... **O.L.E.**

**O**RGANIZADO

**L**IMPIEZA MENTAL

**E**NTRENADO

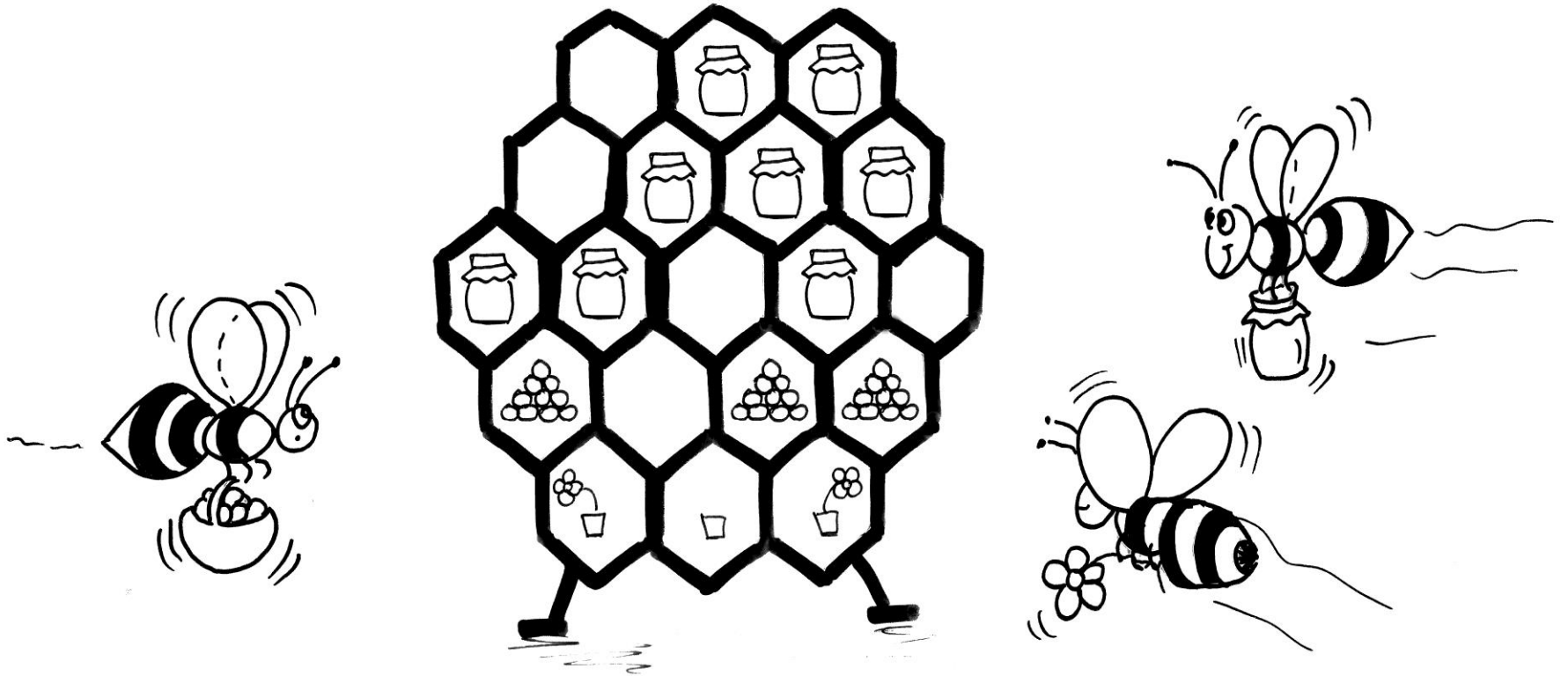


- ¿Como organizo mi cerebro?
- ¿Como limpio mi mente?
- ¿Qué hago cuando tengo un arrebatato?
- ¿ Cuales son mis 5 Valores ?
- ¿ Que ilusiones tengo?
- ¿ Mis objetivos a 3 años?
- ¿ Tengo alineadas mis 4 C's ?
- ¿ Que hago para tener mas memoria?
- ¿Mando yo o mi Ego?
- ¿ Que miedos me limitan?
- ¿ 3 Excusas que me digo con frecuencia?

A person is rappelling from a dark, jagged cave opening. The person is silhouetted against a bright sky. The sky is a mix of blue and orange, indicating a sunset or sunrise. The sun is low on the horizon, casting a golden glow over the landscape. Below the cave, there is a rocky coastline with several islands and a body of water. The overall scene is dramatic and adventurous.

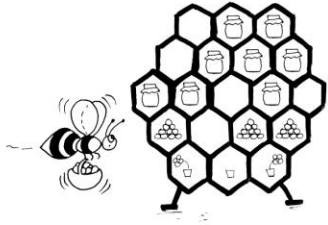
**CORAJE**

# Estructura, ORGANIZACIÓN



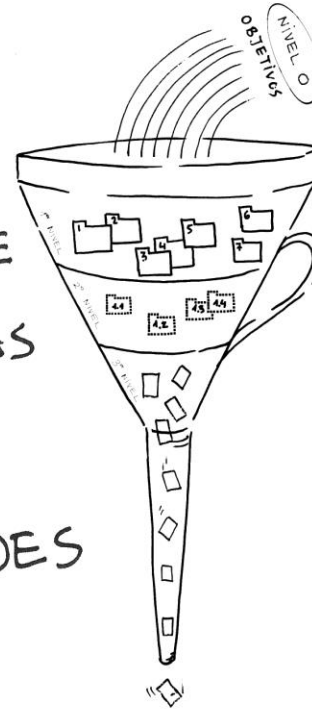


# MI TIEMPO = MI VIDA

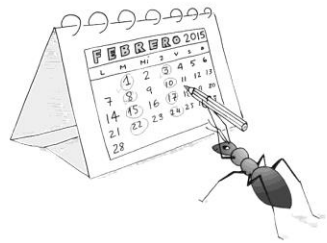


BASE DE DECISIÓN  
ESTRUCTURA  
ORGANIZACIÓN

AREAS CLAVE  
CATEGORIAS  
ACTIVIDADES

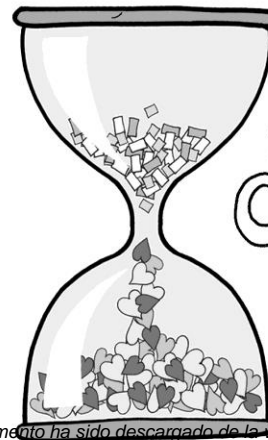


¿QUÉ?



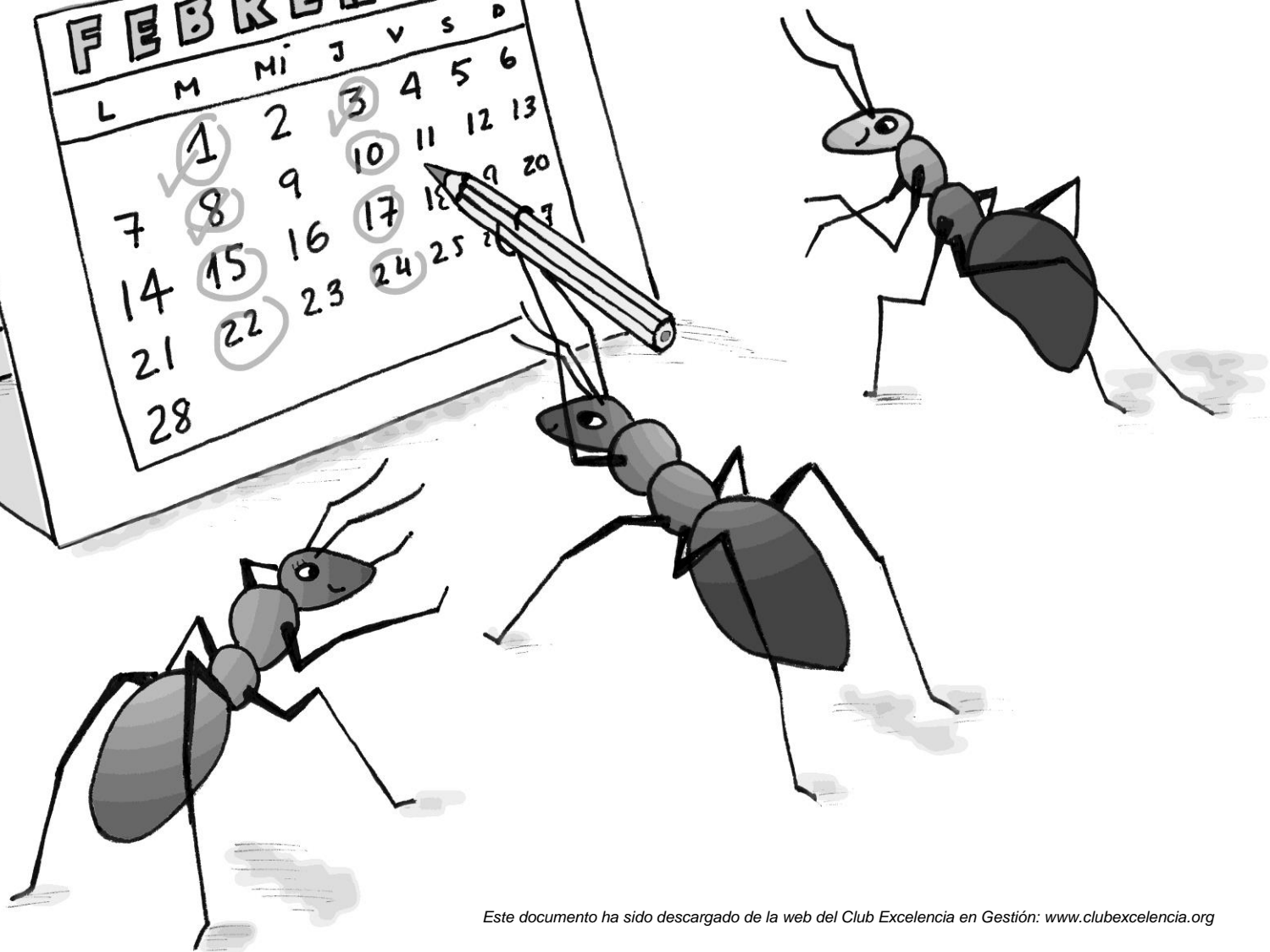
PLANES - TIEMPO  
PLANIFICACIÓN

AÑO  
MES  
SEMANA  
DÍA

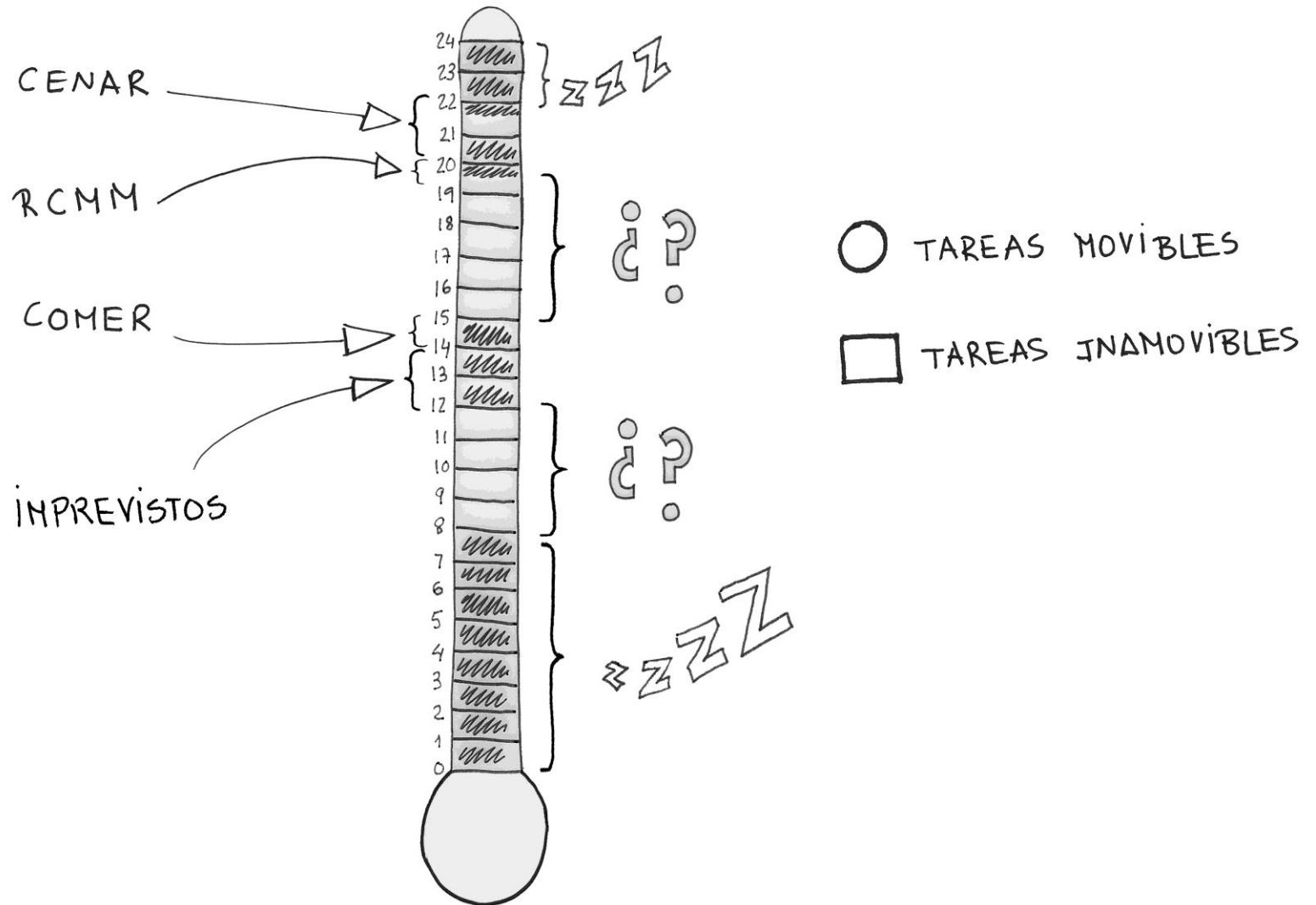


¿CUÁNDO?

# BLOQUEO en la AGENDA



# 24 HORAS





# **CONCLUSIONES**

**Mi tiempo es mi vida.**

**Mi cerebro es mi centro de control.**

**El cerebro. Aliado o Enemigo. Trabajarlo.**

**Alinear las 4 C's.**

**Debo conocerme. Propósito y valores.**

**RCMM cada dia 15 minutos**

**Organizar y planificar el mañana. Priorizar**

**Conocer mis ladrones del tiempo.**

**Disfrutar con lo que hagamos.**

**Nuestra percepción es nuestra realidad.**

**La persona es el centro de nuestro Trabajo.**



# TU CEREBRO, ¿ALIADO O ENEMIGO?

GUIA PRÁCTICA Y FÁCIL PARA SACARLE TODO SU POTENCIAL



**Amat**  
editorial

GUSTAVO PIERA

# Tú cerebro y Tú tiempo ..... son tú Vida

# GRACIAS



SÍGUEME



@gustavopiera

CONÓCEME



[www.gustavopiera.com](http://www.gustavopiera.com)

CONTÁCTAME



[gustavopiera@grupocmr.com](mailto:gustavopiera@grupocmr.com)



