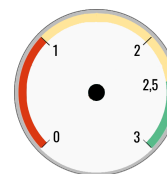


TOP 3 - SAPTĂMÂNA PERFECTĂ™

SCOR: _____ / 21 = _____ %

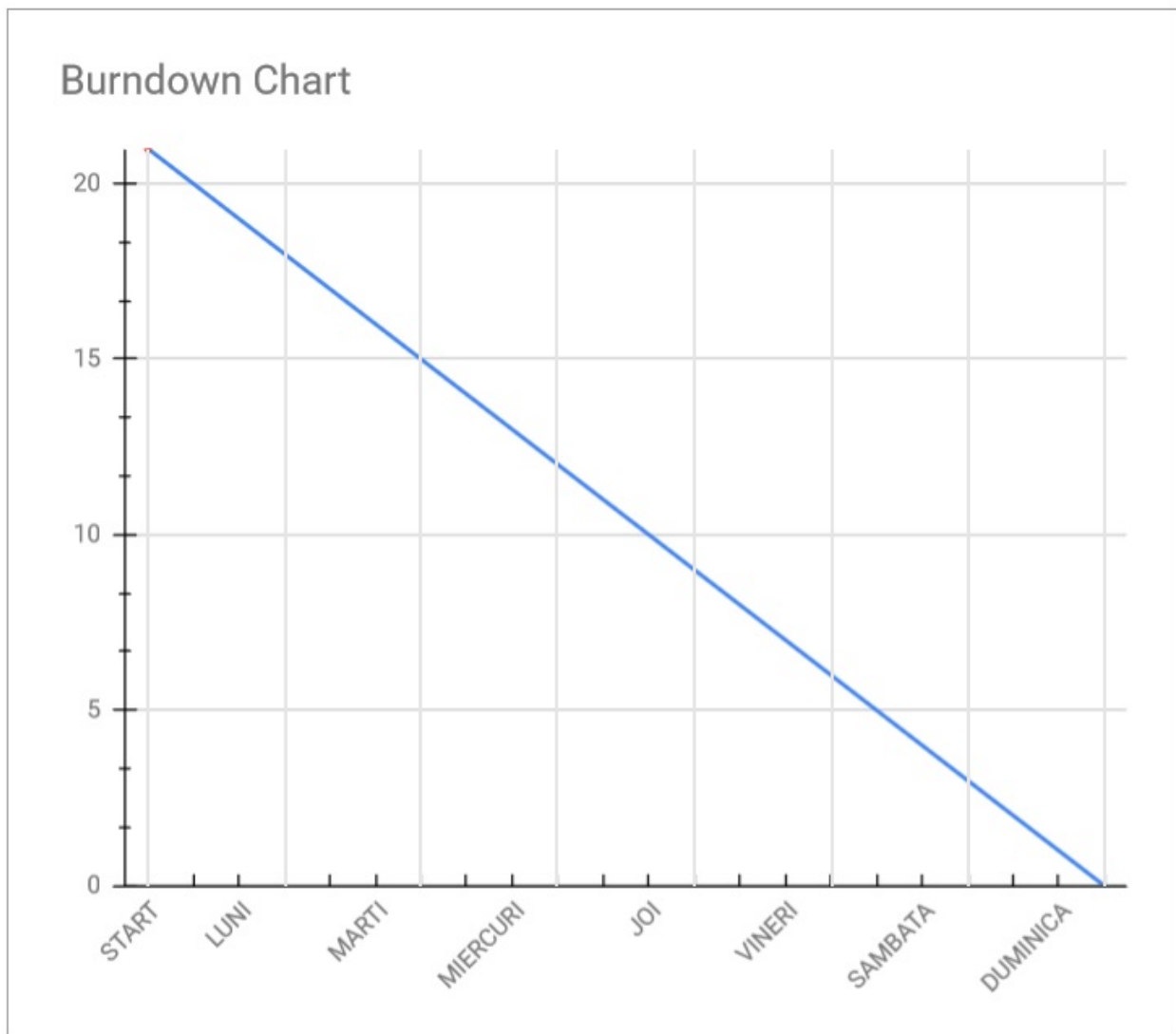
TOP 3 SĂPTĂMÂNA			
1			
2			
3			



TOP 3 ZILNIC				
LUNI	1			
	2			
	3			
MARȚI	1			
	2			
	3			
MIERCURI	1			
	2			
	3			
JOI	1			
	2			
	3			
VINERI	1			
	2			
	3			
SĂMBĂȚĂ	1			
	2			
	3			
DUMINICĂ	1			
	2			
	3			

TOP 3 - SAPTĂMÂNA PERFECTĂ™

RADAR		



TOP 3 - SAPTĂMÂNA PERFECTĂ™

Instrucțiuni:

TOP 3 SĂPTĂMÂNA ...(data începere - data terminare)...				
1	Obiectiv personal	Data și ora limită	R	
2	Obiectiv de carieră / business	Data și ora limită	R	
3	Obiectiv de învățare	Data și ora limită	R	

R = realizat - această valoare poate fi între 0 și 1

S = suma celor 3 R - valoarea poate fi între 0 și 3 - desenează un ac în dreptul valorii (pornește din centrul ceasului)

- <1 : grav
- 1 - 2,5 : mai multă atenție pe modul în care prioritizezi
- 2,5 - 2,9 : foarte bine
- 3 : excelent

TOP 3 ZILNIC				
LUNI	1	Obiectiv personal	Data și ora limită	R
	2	Obiectiv de carieră / business	Data și ora limită	R
	3	Obiectiv de învățare	Data și ora limită	R

Din obiectivele săptămânale rezultă acțiuni prioritare (obiective) zilnice.

Recomandarea este să ai din toate 3 tipurile în fiecare zi (pot exista excepții)

Scrie pentru fiecare zi care sunt prioritățile, inclusiv pentru weekend.

În weekend este de preferat să NU ai obiective de carieră / business

R = realizat - această valoare poate fi între 0 și 1

SCOR: S / 21 = P %

S = suma celor 21 R din toată săptămâna - valoarea poate fi între 0 și 21

P = S / 21 * 100 - este procentul de realizare din ceea ce ți-ai propus - valoarea poate fi între 0% și 100%

- <50% : foarte rău
- 50% - 70% : rău
- 70% - 85% : satisfăcător
- 85% - 99,99% : foarte bine
- 100% : excelent

TOP 3 - SĂPTĂMÂNA PERFECTĂ™

RADAR		
Activitate RADAR	Data și ora limită	R

RADAR = activități care nu sunt în TOP 3, dar pe care vreau / trebuie să le fac (ex: să iau copilul de la școală, să îmi fac programare la medic pentru analizele anuale, să caut un furnizor suplimentar, ca rezervă la cel pe care îl am deja, etc.)

R = realizat - valoarea poate fi între 0 și 1

Nu le contorizezi, dar le urmărești.

Dacă nu le faci săptămâna aceasta, le poți muta în săptămâna următoare

Nu există o limită zilnică, dar este bine să nu îți umpli calendarul cu ele.

ATENȚIE: copiezi activitățile din acest formular în CALENDAR (recomand Google Calendar) în zilele și intervalele orare menționate (blochezi timpul)

Cum se completează Burndown Chart

Linia albastră reprezintă idealul. Dacă faci toate activitățile TOP 3 din fiecare zi, evoluția ta este pe această curbă.

Folosește un pix de altă culoare (recomandare: roșu) pentru a desena curba ta reală.

Pornești din stânga sus. În funcție de cât ai realizat din fiecare acțiune scazi din valoarea anterioară.

Exemplu: pornești de la 21.

Luni faci 0,5 din obiectivul personal, 1 din obiectivul de carieră (adică ai efectuat complet această activitate) și 0,7 din cel de învățare. Total 2,2. Scazi $21 - 2,2 = 18,8$. Pui un punct în dreptul acestei valori pe verticala zilei de luni.

Dacă într-o zi nu faci nimic din ce ți-ai propus (sper să nu ai astfel de zile), practic vei obține o linie orizontală.

Repetă procesul în fiecare zi. La final vei obține curba reală pe care o poți compara cu cea ideală.

Dacă ai valoarea totală 21, ar trebui ca la suma din primul tabel să obții suma 3/

Dacă nu e așa, înseamnă că nu ai corelat obiectivele săptămânale cu activitățile (obiectivele) zilnice.

Să ai o săptămână de succes, de valoare 21-3!

TOP 3 - SAPTĂMÂNA PERFECTĂ™

Acest template este o foarte mica parte din programul

DOUBLE WIN PRO

Cum să câștigi simultan în carieră și în viața personală

"Ajută ANTREPRENORII SUPRASOLICITAȚI să lucreze maximum 30 DE ORE / SĂPTĂMÂNĂ, să crească afacerea DE 3-4 ORI, prin dezvoltarea unei ECHIPE AUTONOME, folosind un sistem SIMPLU ȘI PREDICTIBIL"

Programează-te la un apel telefonic sau pe Zoom pentru a afla mai multe detalii:

<https://calendly.com/remus-balan/60min>

Vizionează trainingul video aici:

<https://mme.remusbalan.ro/saptamana-perfecta-training-video>

