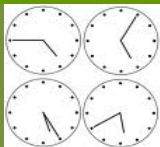


**EN QUIN MOMENT ESTIC?
TREBALLAR ENTRA EN ELS
MEUS PLANS?**



ACTIVITAT 2. EL MEU DIA A DIA

Alguna vegada t'has parat a pensar en què inverteixes el teu temps? I com l'organitzes? Treus el màxim profit del dia a dia? Són preguntes que no acostumem a fer-nos i que ens podrien ajudar a prendre consciència de com i en què utilitzem el temps.



Et proposem que pensis com són els teus dies i a què dediques el teu temps. Pregunta't i anota què fas en un dia normal, a cadascuna d'aquestes hores.

el meu dia a dia

Què faig normalment a aquestes hores?

7.00h	
8.00h	
9.00h	
10.00h	
11.00h	
12.00h	
13.00h	
14.00h	
15.00h	
16.00h	
17.00h	
18.00h	
19.00h	
20.00h	
21.00h	
22.00h	
23.00h	
00.00h	

I ara, reflexionant sobre tot el que has escrit, mira d'acabar les frases següents:

→ Crec que, en general, dedico el meu temps a...

→ Dedico poc temps a...

→ Dedico massa temps a...

→ Si volgués fer més coses (buscar feina, treballar, formar-me, fer alguna activitat que m'agradi per divertir-me i conèixer gent nova, etc.) hauria de...

→ Altres reflexions