Canelith | MUESTRA GRATIS

3 HOJAS EDITABLES · GRATIS PARA TI

MI SEMANA EN ORDEN



Tres hojas de la colección «Mi libreta Canelith» para que organices tu semana, tus hábitos y tu dinero. Son tuyas.

Qué hay adentro

Plan semanal
Tu prioridad y tus citas de cada día.

Tracker de hábitos
Ocho hábitos, siete días.

Presupuesto mensual
Tu dinero del mes en una hoja.

Y una sorpresa
Al final te cuento qué más hay.

CÓMO LLENARLO

En el celular o el computador: ábrelo con Adobe Acrobat Reader (gratis), toca cada recuadro y escribe. Guarda una copia nueva cada semana o cada mes.

En papel: imprime solo las hojas que necesites, las veces que quieras, en A4 o carta (elige «Ajustar a la página»).

bien hecho y bien explicado

1 PLAN SEMANAL



Canelith

organiza tus días y cumple lo que importa

SEMANA DEL _____ AL _____

	PRIORIDAD PRINCIPAL	CITA O RECORDATORIO	HECHO
LUN			☐
MAR			☐
MIÉ			☐
JUE			☐
VIE			☐
SÁB			☐
DOM			☐

♥ RITUALES DE CUIDADO

3 PRIORIDADES	PAUSAS REALES	HORA DE CERRAR

★ UNA COSA IMPORTANTE

✦ NOTAS DE LA SEMANA

✦ constancia antes que perfección ✦

2 TRACKER DE HÁBITOS



Canelith

constancia, no perfección

SEMANA DEL

MI META

ESTA SEMANA

HÁBITO	L	M	X	J	V	S	D
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Ideas: beber agua, mover el cuerpo, leer 10 minutos, dormir temprano, respirar y hacer una pausa.

¿CÓMO ME SIENTO HOY?

Agotada ☐ Cansada ☐ Normal ☐ Bien ☐ Con energía ☐

MI SEMANA

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Mejor racha

ALGO QUE ME AYUDÓ

LA PRÓXIMA SEMANA VOY A

volver a empezar también cuenta

3 PRESUPUESTO MENSUAL



Canelith

organiza tu dinero con calma y claridad

INGRESOS	GASTOS	AHORRO	DISPONIBLE

★ PLAN POR CATEGORÍAS

CATEGORÍA	PRESUPUESTO	REAL	DIFERENCIA
Vivienda			
Mercado			
Transporte			
Servicios			
Ocio			
Deudas			
Ahorro			
Otros			

♥ PAGOS IMPORTANTES

1		
2		
3		
4		

Concepto y día de pago.

★ METAS DE AHORRO

1		
2		
3		
4		

Meta y cuánto llevas.

✦ MOVIMIENTOS

FECHA	CONCEPTO	CATEGORÍA	IMPORTE

✦ revisa tu presupuesto cada domingo ✦

Canelith | ¿TE GUSTÓ?

HAY 19 HOJAS MÁS ESPERÁNDOTE



La colección completa «Mi libreta Canelith» tiene 22 hojas para organizar tu vida, estudiar, cocinar con calma y escribir tu diario. Todas editables y para imprimir las veces que quieras.













Encuéntrala en canelith.com

Organización · Estudio · Cocina · Diario · Presupuesto

Truco de Canela: imprime el plan semanal cada domingo y pégalo donde lo veas. Lo que está a la vista se cumple.

bien hecho y bien explicado