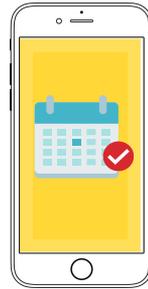


# USANDO UN CALENDARIO

Consejos para utilizar un calendario para planificar tus asignaciones y exámenes además de actividades importantes y divertidas para ti.

## 1. DESCARGA UNA APLICACIÓN DE CALENDARIO

- Si tienes una aplicación, tu calendario siempre estará contigo.
- Prueba una aplicación que se sincronice con otros programas que ya utilices (correo electrónico, páginas escolares, computadora).



¡Debes incluirlo todo en tu calendario, si no está en tu calendario, no lo harás!



Escuela

Trabajo



Quehaceres



Vida Social

Diversión



Organiza tu calendario usando colores para las diferentes categorías (escuela, trabajo, social, hogar, etc.)

## 2. AVERIGUA FECHAS Y ACTIVIDADES IMPORTANTES

- Considera tu vida social, la escuela y otras responsabilidades
- Para la escuela, pon el horario de las clases, fechas de exámenes y asignaciones, y el tiempo de estudio y tareas.

## 3. AÑÁDELOS A TU CALENDARIO

- Añade eventos que se repiten, para actividades recurrentes.
- Registra recordatorios para que no se te olvide lo que viene.
- Fija tiempos para descansar al igual que actividades divertidas.
- Fija actividades más fáciles y agradables después de algo más difícil.



Revisa y actualiza tu calendario cada día a un horario fijo.